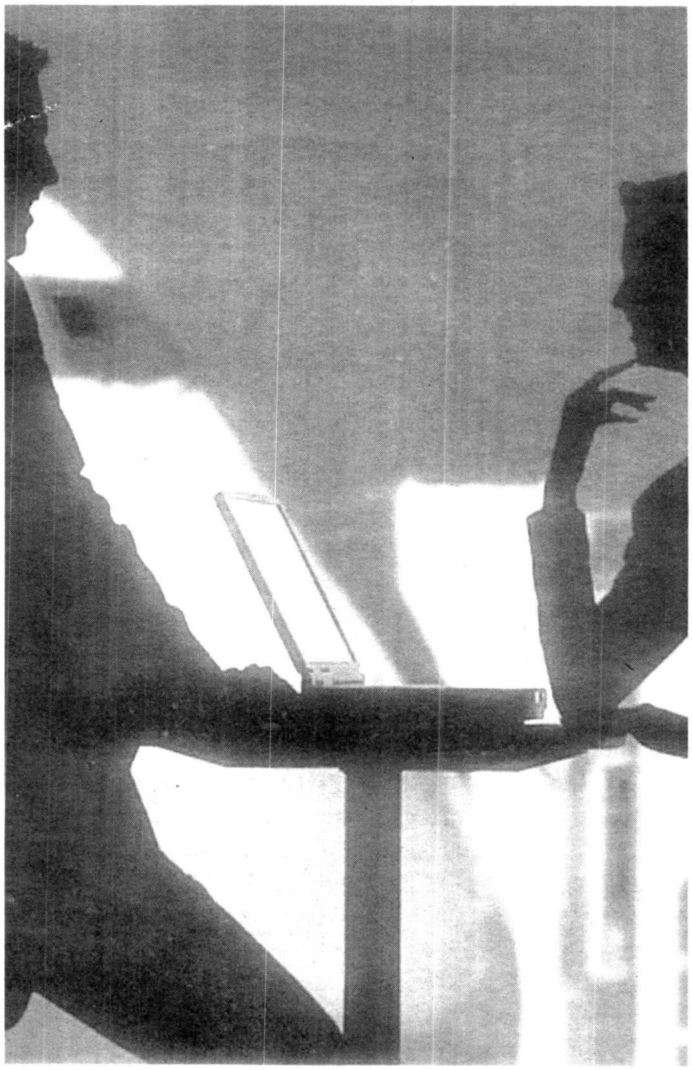
මනෝ විද්‍යාව

ලිංගික ගැටලු හා මෙරට සමාජය

මනෝවෛද්‍ය විශේෂඥ
වෛද්‍ය සරත් පඬුවාවල



මෙම ප්‍රශ්නවලින් පීඩා විඳින්නන් අතර ස්ත්‍රී පුරුෂ දෙපක්ෂයේම අය සිටින අතර බොහෝ දෙනෙක් මේ පිළිබඳව රහස්‍යභාවය රැක ගැනීමට උත්සුක වෙති. මේ නිසා මොව්හු, ලිංගික ගැටලු බරපතල ආබාධ ලෙස හුවා දක්වා ඒවාට ඖෂධ ප්‍රතිකාර කිරීමට පුවත්පත්වල දැන්වීම් පළකරන වෛද්‍යවරුන් යයි කියා ගන්නා පිරිසකට ලෙහෙසියෙන් ගොදුරුවෙති.

ලිංගික ප්‍රශ්න හා ඊට සම්බන්ධ මානසික හා සමාජයීය ගැටලු මෙරට සුලබ ය. අප සංස්කෘතිය හා බැඳි නොයෙකුත් විස්වාස හා වත්පිළිවෙත් ආදිය ද මීට බලපා ඇත. මෙම ප්‍රශ්නවලින් පීඩා විඳිත්තත් අතර ස්ත්‍රී පුරුෂ දෙපක්ෂයේම අය සිටින අතර බොහෝ දෙනෙක් මේ පිළිබඳව රහස්‍යභාවය රැක ගැනීමට උත්සුක වෙති. මේ නිසා මොව්හු, ලිංගික ගැටලු බරපතල ආබාධ ලෙස හුවා දක්වා ඒවාට ඖෂධ ප්‍රතිකාර කිරීමට පුවත්පත්වල දැන්වීම් පළකරන වෛද්‍යවරුන් යයි කියා ගන්නා පිරිසකට ලෙහෙසියෙන් ගොදුරුවෙති. ප්‍රතිඵලය වන්නේ මොවුන් හමුවී තම කාලය ශ්‍රමය හා ධනය නිකරුනේ වැයකිරීමයි.

තුරුණුවියේ සිට මහලුවිය දක්වා ඇතිවන බොහෝ ලිංගික ගැටලුවලට ප්‍රධාන හේතුව වන්නේ ඒ පිළිබඳ හරි අවබෝධයක් නොමැතිවීම යි. තුරුණුවියේ සිටින්නන්ට තම ලිංගික අවයව හා උපාංගයන් ගැන නිවැරදි දැනීමක් නොමැතිවීම සුලභ මානසික ගැටළු ඇතිකරවයි. සමහර තරුණයන්ට තම ශිශ්නයේ ප්‍රමාණය මදිබව සිතේ. එය හරි කෙළින් නොපිහිටා ඇදවී හෝ වකුටුවී ඇති බව හැඟේ. තවද එහි පෙරසම යට ගැටිති හෝ සුදුපැහැති ද්‍රව්‍යයක් තැන්පත්වී ඇති බව ශිශ්නයේ මුල කුරුලෑ වැනි ගැටිති ඇති බව, කෝෂ දෙපස ඒකාකාරව නොපිහිටා පැත්තක් පහත්වී ඇති බව ආදිය තවත් ගැටලු ය. මේ පිළිබඳව ඔවුන් නිතර කල්පනා කරමින් බියෙන් කල්ගෙවන අතර කිසිවකුගෙන් හරි උපදෙසක් නොලැබේ. මේවාට අමතරව සිහින පෙනී හෝ නොපෙනී ශුක්‍ර පහවීම හෝ ස්වයං වින්දනය මගින් ශුක්‍ර පහවීම ආදී කරුණු පිළිබඳ වූ ගැටලු ද ඉතා සුලභ ය.

සාමාන්‍යයෙන් ප්‍රාණවත් පුරුෂ ශිශ්නයේ දිග අඟල් 4–6 පමණ වීමට පුළුවන. සමහරුන් ගේ අඟල් 3 සිට සමහරුන් ගේ අඟල් 7–8 දක්වා දිගුවීමට පුළුවන. ස්ත්‍රී යෝනි මාර්ගය සාමාන්‍යයෙන් අඟල් 3 1/2 ක් පමණ වේ. එය ඇදෙන සුළු බැවින් ඕනෑම ප්‍රමාණයක ශිශ්නයක් එහි තැන්පත් කිරීමට හැකි අයුරින් එය පිහිටා ඇත. එම නිසා ශිශ්නයේ දිග පළල කුමක් වුවද ප්‍රශ්නයක් නොවේ. නමුත් එය ඉතා දිග වන විට (අඟල් 10 පමණ) සමහර අවස්ථාවල දී ස්ත්‍රියට යම් ප්‍රශ්න ගෙනදිය හැකි ය. තවද ශිශ්නය ඇදවී පිහිටියත් එය එහි ක්‍රියාකාරිත්වයට බාධාවක් නොවේ. ශිශ්නයේ පෙරසම යට ගැටිති වැනි ස්වභාවයක් තිබීම සාමාන්‍ය දෙයකි. පෙරසම යට ඇති පුපුටු ග්‍රන්ථවලින් නිපදවන සුදුපැහැ ද්‍රව්‍යය එම පෙදෙස නොසෝද තිබෙන විට එකතු වී එහි කසන සුළු ස්වභාවයක් ඇතිවීමට පුළුවන. කෝෂයේ අඩංගු වන්නේ වෘෂණ යුගලයයි. ඉන් ශුකාණු නිපදවන අතර එම ක්‍රියාවලියට අවයවය නියත උෂ්ණත්වයක පැවතිය යුතු ය. මෙම කාර්ය සාර්ථකවීම සඳහා කෝෂ සීතල වේලාවට හැකිලීමත්, උෂ්ණාධික වේලාවට දිග හැරීමත් සිදු වේ. තවද එහි එක් පැත්තක් පහළට ඇදී තිබීම අසාමාන්‍ය දෙයක් නොවේ.

තරුණ ගැහැනු ළමුන් මානසිකව පීඩාවට පත්කරවන කරුණු (ලිංගික) අතර, සුදුයාම හා ඉන් යට ඇදුම් තෙත්වීම, ආර්තව චක්‍රයේ අක්‍රමවත්බව හා ඊට සම්බන්ධ වේදනාවන් ද වේ. ස්ත්‍රී ලිංගික පද්ධතිය ආවරණය වී පිහිටා ඇති බැවින් බොහෝ දෙනකුට එහි උපාංග පිළිබඳ අවබෝධයක් නැත. යෝනි මාර්ගයෙන් ශ්‍රාවයන් පිටවීම සාමාන්‍ය දෙයකි.

ලිංගික උත්තේජනය අනුව ගලන ශ්‍රාවය අඩු වැඩි විය හැක. සමහරුන් මෙය ඇඟ උණුකරවා යාම යනුවෙන් හඳුන්වන බැවින් (විශේෂයෙන් පුවත්පත්වල පළවන දැන්වීම්වල) මෙයට බියවෙති. ගැහැනු ළමයකු වැඩිවියට පත්වී කලක් ගතවනතුරු ආර්තව චක්‍රය මසකට වරක් ඇතිනොවී අක්‍රමවත්ව පැවතිය හැකි ය. ආර්තවය මසකට වරක් තිබිය යුතුය යන්නත් එය නිසිකලට ක්‍රමවත් කිරීමට ඇති බෙහෙත් පිළිබඳ දැන්වීම් පළකරන "වෛද්‍යවරුන්" නිසාත් මේ පිළිබඳව කාන්තාවන් අතර බියක් පවතී. කන්‍යාභාවය පිළිබඳ ගැටලු කාන්තාවන් අතර සුලබ ය. විශේෂයෙන් නොයෙකුත් ක්‍රීඩාවලට සහභාගිවූවත්, ස්වයං වින්දනයෙහි යෙදුනවුන්, පිරිමි සමග බාහිර

විවාහයක් සිදුකිරීමට ආසන්න වන විට විවාහාපේක්ෂකයින්ට මානසිකව ඇතිවන ආතතීන්ට විවිධ හේතු තිබුණත් බොහෝ දෙනෙකුට පීඩාකාරී බවක් ඇතිකරවන්නේ ලිංගික සම්බන්ධතා ගැන වූ අසුබවාදී සිතුවිලි ය. වෙනත් අය ගේ යෝජනා මගින් සිදුකරන විවාහවලදී මේවා තදින් බලපෑ හැකි ය. ප්‍රධාන වශයෙන් ඊට හේතුවන්නේ තමාට ලිංගික කාර්යාවලියට සාර්ථකව මුහුණු දීගත හැකිවේද යන්න ගැන ඇති බියයි.

වශයෙන් ශාරීරික සම්බන්ධතාවයන් පැවැත්වූවන් මේ අතර වෙති. මෙය ගැටලුවක් වී ඇත්තේ පිරිමියකු සමග ප්‍රථම ලිංගික එක්වීමේදී කන්‍යා පටලය බිඳී රුධිරය පිටවිය යුතුය යන මතයක් පවතින බැවිණි. පටලයේ ස්වභාවය අනුව සමහර කාන්තාවන් ගේ මෙවැනි රුධිරය පිටවීමක් සිදුනොවිය හැකි ය. පුරුෂයකු ගේ ශිශ්නයක් තම ශරීරය තුළට ඇතුල් කළ හැකි ද යන්න පිළිබඳව බිය හෝ දරුවන් ලැබීම පිළිබඳ ඇති බියෙන් පෙළෙන කාන්තාවෝ විවාහ වීමට බිය වෙති.

නිතර ශුක්‍ර පහවීම බොහෝ දෙනෙකුට අසහනය ගෙන දෙන්නකි. මෙරට මෙන් ම මෙය ඉන්දියාවේද ප්‍රශ්නයකි. ඒ නිසා මෙය බොහෝවිට ආයුර්වේදයේ බලපෑම නිසා ඇතිවූවක් විය හැකි ය. ශුක්‍ර වලට "ධාතුව" යනුවෙන් හැඳින්වීමෙන් ඊට ලබා දී ඇති වටිනාකම ගැන අවබෝධයක් ලබාගත හැකි ය. තරුණවියේ දී ශුක්‍ර නිතර පිටවීම (විවාහයට පෙර) අයථා මෝචනයක් ලෙස හැඳින්වෙන අතර එමගින් ශරීරය අබල දුබල වී විවාහ වනවිට පුරුෂ ශක්තිය හීනවී ලිංගික ක්‍රියාකාරිත්වය අඩපන වන බවට විශ්වාසයක් පවතී. මෙය සැහෙන පිරිසක් බියට පත්කරවීමට හේතුවක් වී ඇත. නින්දේදී (සිහින පෙනී හෝ නොපෙනී) හෝ ස්වයං වින්දනය මගින් ශුක්‍ර පහවීම සිදුවන අතර සමහරු මීන් කනස්සල්ලට පත්වෙති. තරුණවියේ දී ඉතා කෙටි කලක දී උසින් වැඩිවීම නිසා බොහෝ ළමයින් ගේ සිරුර සිහින් ස්වභාවයක් ගනී. "මහත්වීම" සිදුවන්නේ ශරීරයේ මේදය තැන්පත්වීම මගිනි. සිහින් සිරුර ගැන සිත් යොමුකරන ඔව්හු තමා මහත් නොවීමට හේතුව නිතර ශුක්‍ර පහවීම යයි සිතා ඉන් අසහනයට පත් වෙති. මෙවන් පුද්ගලයින් ලිංගික ශක්තිය ලබාගැනීමේ චේතනාවෙන් කඩවල විකිණීමට ඇති ලේගියම් මෝදකය, මදන මෝදකය ආදී නම්වලින් හැඳින්වෙන ගුලි භාවිත කරති. මෙම ද්‍රව්‍යයෙහි සැහෙන ප්‍රමාණයක් ගංජා අඩංගු වේ. මානසිකව රෝගී වූවන් අතර මේවා භාවිත කර ඇති අය අපට සුලබව දකින්නට ලැබේ.

මේ අතර මුත්‍රා සමග පිටි හෝ ධාතු පහවෙතැයි බියෙන් ප්‍රතිකාර පතන්නවුන් ද සිටිති. මුත්‍රා කිරීමට පෙර හෝ පසු උකුවට සෙවල වැනි ද්‍රව්‍යයක බිංදු කිහිපයක් වැගිරීම මුත්‍රා සමග ධාතු පිටවීමක් ලෙස සමහරු හඳුන්වති. ඇත්ත වශයෙන් මෙහිදී වන්නේ ලිංගික උත්තේජනයේ දී ශිශ්නයේ පිහිටි ග්‍රන්ථියක් මගින් නිකුත් කරන ශ්‍රාවයක් මුත්‍රා කිරීමේ දී පිටවීමයි. මෙය ශුක්‍ර නොවන අතර රෝගී තත්වයක් ද නොවේ. සමහර පුද්ගලයින් කුප්පියකට හෝ බෝතලයකට මුත්‍රා පහකර පරීක්ෂාවෙන් තබති. බැක්ටීරියා ක්‍රියාකාරිත්වය නිසා මුත්‍රවල සංඝටකයන් ගේ වෙනස්වීම හේතුවෙන් යම් යම් ද්‍රව්‍ය භාජනයේ අඩියට මිදී තිබීමට පුළුවන. මේවා දකින පුද්ගලයා තමා ගේ මුත්‍රවල පිටි හෝ ධාතු කොටස් ඇති බව සිතා බියට පත් වේ.

තරුණ වියේ දී වෘෂණකෝෂවල ශුකාණු නිපදවීම ඇරඹෙන අතර ඒවායේ නිපයෙන ශුකාණු ශුක්‍ර අංශයිකාවල තැන්පත් කෙරේ. ලිංගික උත්තේජනය ද නිරතුරුව සිදුවන බැවින් මෙම ක්‍රියාවලිය නොකඩවා සිදු වේ. ආශයිකාවල ගබඩා කර තැබිය හැක්කේ සීමිත ප්‍රමාණයක් බැවින් ඒවා පිටවීම සිදු වේ. මෙසේ වරින්වර නින්දේ දී ශුක්‍ර පිටවීම ස්වාභාවික ය. ස්වයං වින්දනය මගින් වරින්වර ශුක්‍ර පිටවූවද එය බිය වීමට හේතුවක් නොවේ.

විවාහයක් සිදුකිරීමට ආසන්න වන විට විවාහාපේක්ෂකයින්ට මානසිකව ඇතිවන ආතතීන්ට විවිධ හේතු තිබුණත් බොහෝ දෙනෙකුට පීඩාකාරී බවක් ඇතිකරවන්නේ ලිංගික සම්බන්ධතා ගැන වූ අසුබවාදී සිතුවිලි ය. වෙනත් අය ගේ යෝජනා මගින් සිදුකරන විවාහවලදී මේවා තදින් බලපෑ හැකි ය. ප්‍රධාන වශයෙන් ඊට හේතුවන්නේ තමාට ලිංගික කාර්යාවලියට සාර්ථකව මුහුණ දීගත හැකිවේද යන්න ගැන ඇති බියයි. සමහර පිරිමින් විශේෂයෙන් තමන්ගේ ශිශ්නයේ ප්‍රමාණය හා තමාට ස්ත්‍රිය සතුටු කළ හැකිවේද යන්න ගැනත් සමහර ස්ත්‍රීන් තමනට පුරුෂ අවයවය දරාගත හැකිවේද යන්නත් ඉන් වේදනා ගෙන දේද යන බියෙනුත් පීඩා විඳින බව මීට කලින් සඳහන් කරන ලදී. තරුණවියේ දී ස්ත්‍රී පුරුෂයන් ගේ ලිංගික ආශාව අඩුවීම හෝ නැතිවීම හෙවත් නෂ්ට කාමයට බොහෝවිට හේතුවන්නේ මානසික රෝගී තත්ත්වයන් ය. විශේෂයෙන් විෂාදයෙන් පෙළීම හෙවත් ශෝකයෙන් රෝගීවීම ප්‍රධාන හේතුවකි. කලාතුරකින් එය හෝමෝන අඩුපාඩුවක ප්‍රතිඵලයක් විය හැක. පිරිමින් ගේ ලිංගික අප්‍රාණිකත්වය සුලබ ආබාධයකි. තරුණ වයසේ දී ඇතිවන බොහෝ මානසික පීඩාවන් මීට හේතුවිය හැකිවන අතර මැදිවියේ ගෝ ඊට පසුව ස්නායුගත රෝග නිසාද මෙය හටගැනීමට පුළුවන. දියවැඩියාව, මත්පැන් භාවිතය හා අධික දුම්පානය ආදී කරුණු ද මීට හේතුකාරක විය හැකි ය.

ලිංගික කාර්යය සාර්ථකව ඉටුකර ගැනීමට ඊට සම්බන්ධ වන යුවළ ගේ මනස සැහැල්ලුවෙන් තිබිය යුතු ය. සිතෙහි ඇතිවන සාංකාව, බිය, ශෝකය ආදී පීඩාකාරී තත්ත්ව යටතේ ලිංගික අප්‍රාණිකත්වයට මෙය ප්‍රධාන හේතුවක් වේ. කලින් සඳහන් කළ පරිදි විෂාදයෙන් පෙළෙන්නන්ට සුළුවෙන් හෝ ප්‍රාණවත්වීමක් සිදුනොවිය හැකි ය. මීට සමගාමීව ස්ත්‍රීන් ගේ යෝනි මාර්ගය අවට පේශී ලිහිල් නොවීම හා ශ්‍රාවයන් රහිතවීම නිසා එහි වියළිබව පැවතීම ද සිදු වේ. මෙවැනි තත්ත්වයකදී සංසර්ගය වේදනාකාරී බවක් ගෙනදෙයි. ක්ෂණික මෝචනය යනුවෙන් හඳුන්වන්නේ පිරිමින් ගේ ලිංගික ආබාධිත තත්ත්වයකි. මෙහිදී වන්නේ ලිංගික උත්තේජනය වූ වහාම හෝ ලිංගික සම්බන්ධතාව ඇරඹුණු වහාම ශුක්‍ර පිටවීයාමයි. මින් හට ගැනෙන මානසික පීඩාව අතිමහත්වන අතර බොහෝවිට මෙම තත්ත්වයට හේතුවන්නේ මනසේ හටගැනෙන නොසන්සුන් බවයි. තරුණ වියේ දී සිදුකළ ස්වයං වින්දනය සමලිංගික ක්‍රියාවන් ආදිය පසුකාලීනව ඇතිවන ලිංගික අප්‍රාණිකත්වය හා ක්ෂණික මෝචනය වැනි තත්ත්වයන්ට හේතුවන බව සමහරු විශ්වාස කරන අතර එනිසා තමන් වැරදිකාරයෙක් යන හැඟීම සිත්හි දරාගෙන තැවෙති. මීට අමතරව කලින් ස්ත්‍රීන් හා ලිංගික සම්බන්ධතා පැවැත්වීමට ගොස් අත්දුටු අමිහිරි සිදුවීම් ද මීට බලපායි. උදහරණ වශයෙන් සමහර පිරිමින් විවාහයට පෙර අත්දැකීම් ලබා ගැනීමට හෝ තමාගේ ලිංගික යෝග්‍යතාව පරීක්ෂාකර ගැනීම සඳහා ගණිකාවන් කරා යති. මොවුන් මෙම කාර්යයට සහභාගී වන්නේ දහසකුත් එකක් සිතුවිලි සමග බියෙන් හා චකිතයෙනි. කවුරුන් හෝ මෙය දකීද, නැතහොත් මෙය ආරංචිවේද, තමාට සමාජ රෝග වැළදේද ආදී සිතුවිලි සමග බොහෝවිට පිරිහුන පෞද්ගලික සෞඛ්‍ය තත්ත්වයකින් සිටින ස්ත්‍රීන් කරා යන පුද්ගලයින් බොහෝවිට ලිංගික අප්‍රාණිකත්වයට හෝ ක්ෂණික මෝචනයට මුහුණදී තමාට මෙවන් කාර්යයක් ඉටුකර ගැනීමට නොහැකිවෙතැයි යන හැඟීමක් ඇතිකර ගනිති. අවසන් ප්‍රතිඵලය වන්නේ විවාහයට ඇතිවන අතිසී බිය හෝ විවාහයෙන් පසු ලිංගික සම්බන්ධතාවය ගැන ඇතිවන බිය නිසා එම කාර්යය අසාර්ථක වීමත් ය.