**गृहशोभिकेचा सल्ला**

**गृहशोभिकेच्या सल्ल्यांमधून महिलांना काही माहिती देण्यात येत आहे...**

**\* प्रतिनिधी**

**मी २६ वर्षांची विवाहित महिला आहे. लग्नाला ३ वर्षे झाली आहेत पण अजूनही मला गर्भधारणा होऊ शकलेली नाही. यासाठी आता मी सेक्स करताना खाली उशीदेखील ठेवते आणि वीर्यपतनानंतर बराच वेळ पतीला त्याच स्थितीत राहण्यास सांगते. तरीही गर्भधारणा होऊ शकलेली नाही तथापि माझी मासिक पाळी नियमित येत आहे आणि आम्ही नियमितपणे सेक्सदेखील करतो. मला सांगा मी काय करू?**

संभोगादरम्यान वीर्यपतनाच्या वेळी पुरुषाच्या लिंगातून शुक्राणू अतिशय वेगाने बाहेर पडतात आणि खोलवर पोहोचतात. जे शुक्राणू मजबूत नसतात ते योनीतून बाहेरदेखील पडतात, परंतु यामुळे गर्भधारणेच्या प्रक्रियेत काही फरक पडत नाही. ही एक सामान्य प्रक्रिया आहे आणि यामुळे घाबरण्याची गरजही नाही.

जर तुमच्या पतीच्या शुक्राणूंची संख्या बरोबर असेल, तुमची मासिक पाळी नियमित असेल, तर तुम्हाला गर्भधारणा न होण्यामागे दुसरे काही वैद्यकीय कारण असण्याची शक्यता आहे. हे कारण तुमच्यात किंवा तुमच्या पतीमध्ये दोघांपैकी कोणामध्ये ही असू शकते.

उत्तम हेच होईल की तुम्ही कोणा स्त्रीरोगतज्ज्ञाचा सल्ला घ्यावा आणि प्रजनन क्षमतेबद्दल बोलावे तरच तुम्ही लवकर गर्भधारणा करू शकता.

**मी २४ वर्षांचा आहे आणि माझी मैत्रीण २५ वर्षांची आहे. मागील काही दिवसांत मी कंडोम न लावता मैत्रिणीसोबत २-३ वेळा सेक्स केला होता. तथापि मैत्रिणीने ७२ तासांच्या वैद्यकीय मर्यादेतच इमर्जन्सी गर्भनिरोधक गोळी घेतली पण आता आम्हा दोघांचे टेन्शन वाढले आहे. मैत्रिणीला २० ते २७ दिवसांच्या दरम्यान मासिक पाळी येते, जी यावेळी आली नाही. ती गर्भवती आहे का?**

इमर्जन्सी गोळया या कंडोमप्रमाणेच गर्भधारणा रोखण्याचे एक साधन आहे, परंतु त्या सहसा तेव्हा घेतल्या जातात जेव्हा लैंगिक संबंध उत्स्फूर्तपणे झाला असेल आणि त्या दरम्यान कुठल्याही गर्भनिरोधक पद्धतीचा अवलंब केला गेला नसेल.आपत्कालीन गर्भनिरोधक गोळी समागमानंतर ७२ तासांच्या आत घ्यायची असते. ७२ तासांपूर्वी घेतल्यास गर्भधारणेची शक्यता बऱ्याच प्रमाणात टाळता येते,

तुमच्या मैत्रिणीने इमर्जन्सी गोळी घेतल्याने तिच्या रक्तातील हार्मोन्सचे संतुलन बिघडले असण्याची शक्यता आहे. तिची मासिक पाळी उशिरा येण्याचीही शक्यता आहे.

तुम्ही तुमच्या मैत्रिणीला युरिन प्रेग्नेंसी टेस्ट करायला सांगितल्यास बरे होईल. ती घरीही सहज करता येते.

सेक्समध्ये उतावळेपणा करणे किंवा घाई करणे योग्य नसते आणि कंडोमशिवाय सेक्स केल्यास नवीन समस्या उद्भवते. त्यामुळे भविष्यात जेव्हाही तुम्ही लैंगिक संबंध ठेवाल तेव्हा कंडोम अवश्य वापरा जेणेकरून तुम्हा दोघांनाही न घाबरता सेक्सचा आनंद घेता येईल आणि नंतरही कसले टेन्शन येणार नाही.

**मी ३१ वर्षांची विवाहित महिला आहे. आम्हाला २ मुलं आहेत आणि आम्ही सासू-सासरे, दीर-जाऊ आणि त्यांच्या मुलासोबत एकाच छताखाली राहतो. माझ्या जाऊ छोटया-छोटया गोष्टींवरून माझ्याशी भांडतात आणि सासूचे कान भरत राहतात. मी एक खुल्या विचाराची स्त्री आहे तर जाऊ परंपरावादी आणि कमी शिकलेली आहे. त्या रोज माझ्याशी भांडत असतात. घरी जाऊशी वारंवार भांडण होत असल्याने आम्हांला वेगळया घरात राहायला हवे का? यासाठी सासू मला मनाई करते, पण जाऊचे बोलणे सहन करायलाही सांगते. मला माझ्या पतीशी याबद्दल बोलायचे आहे पण कधी बोलू शकले नाही कारण, त्यांना आई-वडिलांना सोडून वेगळे राहायचे नाही. मला सांगा मी काय करू?**

जर सलोख्याचे सर्व मार्ग बंद असतील आणि घरगुती क्लेश वारंवार होत असतील तर वेगळं राहण्यात काहीच नुकसान नाही, पण त्याआधी तुम्ही सार्थक पुढाकार घेतल्यास घरात समाधान आणि शांतीचं वातावरण निर्माण होऊ शकतं.सर्वप्रथम तुम्हाला हे जाणून घेणे आवश्यक आहे की परस्पर भांडणाचे खरे कारण काय आहे? सामान्यत:, घरगुती भांडण, बजेटमधील भागीदारी, स्वयंपाकघरात कोण किती काम करेल, घरातील कामांचे वितरण इत्यादीशी संबंधित असते. कधी-कधी एकमेकांचा मत्सर केल्यानेही परस्परांमध्ये वितुष्टाचे वातावरण निर्माण होते.

भांडणाचे खरे कारण जाणून घेतल्यानंतर समेट करण्याचा प्रयत्न केला जाणे चांगले असेल, सासू आणि पतीकडून जाऊंच्या भांडणखोर स्वभावाचे कारण जाणून घेण्याचा प्रयत्न केल्यास परस्पर संबंध सुधारू शकतात. जाऊ कमी शिकलेली आहे, त्यामुळे हे देखील एक कारण असण्याची शक्यता आहे. त्यांच्यात तुमच्याबद्दल न्यूनगंड असू शकतो. योग्य वेळ साधून जाऊंशी बोलणेसुद्धा चांगले असेल.

जर सासू तुम्हाला वेगळया घरात जाण्यास नकार देत असतील तर साहजिकच त्या तुम्हाला आणि जाऊंना अधिक चांगल्या प्रकारे ओळखत असतील, त्यामुळे फक्त तुमच्या सासूच योग्य निर्णय घेऊ शकतील.

१-२ गोष्टींकडे दुर्लक्ष केले तर संयुक्त कुटुंब ही आजच्या काळाची गरज आहे, ज्यात राहून प्रत्येकजण आपल्या स्वप्नांना पंख लावून उडू शकेल.