**त्यामुळे रिकाम्या कुशीतही हास्य गुंजेल**

**मुलांच्या सुखासाठी ज्योतिष किंवा पूजेसाठी नाही, हे उपाय उपयोगी ठरतील...**

**\* प्रतिनिधी**

पालक होणे ही कोणत्याही जोडप्यासाठी सर्वात मोठी आणि आनंदाची संधी असते. लग्नाच्या काही काळानंतर प्रत्येक जोडप्याला आपले कुटुंब वाढवायचे असते. 2-3 वर्षांचे झाल्यानंतर अंगणातील मुलांचे रडणे ऐकून हताश झालेले हे जोडपे पहिली 1-2 वर्षे नैसर्गिकरित्या गर्भधारणेचा प्रयत्न करतात. जर गर्भधारणा नैसर्गिकरित्या होत नसेल तर डॉक्टर त्यांचा सल्ला घेऊ लागतात.

आजकाल प्रजनन क्षमता कमी होण्याचे प्रमाण दिवसेंदिवस वाढत आहे. डावेपणा हा आजार म्हणून पाहिला जातो. जर जोडपे 12 महिने किंवा त्याहून अधिक नियमित असुरक्षित लैंगिक संबंधानंतर गर्भधारणा करू शकत नसतील तर त्यांना वंध्यत्व मानले जाते. WHO चा अंदाज आहे की भारतात वंध्यत्व दर 3.9% आणि 16.8% च्या दरम्यान आहे.

संयुक्त कुटुंबात राहणाऱ्या जोडप्याने लग्नाला 1-2 वर्षे उलटूनही चांगली बातमी दिली नाही, तर ते काळजीत पडतात आणि कुटुंबातील सदस्य आणि नातेवाईकांच्या प्रश्नांना बळी पडतात. घरातील वडीलधाऱ्यांना आजी-आजोबा होण्याची घाई असते. सुनेला पाळी आली की काही सासूच्या भुवया उंचावतात. प्रथम, गर्भधारणा होऊ शकत नाही याची चिंता असते आणि सर्वात वरती, पती-पत्नी कुटुंबातील सदस्यांच्या वागण्याने आणि उपहासाने गुरफटलेल्या जीवनाबद्दल उदासीन होतात.

दर काही दिवसांनी या प्रकरणाची चौकशी करणारे कुटुंबीयच आपले शत्रू दिसू लागतात. वादाची सुरुवात, पण एकट्या राहणाऱ्या जोडप्यांना वंध्यत्वाबाबत कमी त्रास सहन करावा लागतो का? अजिबात नाही, अशा जोडप्याला असे वाटते की, शेजाऱ्यांना एकटे सोडा, अनोळखी व्यक्तींचे डोळे देखील प्रश्न विचारतात, तुम्ही आनंदाची बातमी केव्हा देत आहात? दूरवर राहणारे कुटुंबीय आणि नातेवाईक आम्हाला फोन करतात आणि आमच्या संवादात विचारतात की आजी-आजोबा होण्याचा आनंद कधी मिळणार? मग पती-पत्नी दुखावले जातात आणि आपल्या प्रियजनांचे फोन उचलण्यासही लाजायला लागतात.

वंध्य जोडप्यांसाठी, शारीरिक कमतरतेची चिंता मानसिक अस्थिरतेस कारणीभूत ठरते आणि संपूर्ण शरीराच्या कार्यामध्ये अडथळा आणते. म्हणू शकत नाही, सहनही करू शकत नाही. वंध्यत्वामुळे होणारे वाद एकमेकांवर संशय आणि दोषाने सुरू होतात. दोघेही स्वत:ला निरोगी समजतात आणि समोरच्या व्यक्तीमध्ये उणिवा दिसतात, काही वेळा नवरा गैरसमजाचा बळी ठरतो आणि विचार करतो की मला लग्नापूर्वी हस्तमैथुनाची सवय होती, त्यामुळे माझ्यात काही कमतरता आहे का? माझे वीर्य पातळ झाले आहे का? शुक्राणूंची संख्या कमी झाली आहे का? त्या काल्पनिक भीतीमुळे व्यक्ती कामावर लक्ष केंद्रित करू शकत नाही आणि त्याचा लैंगिक जीवनावरही वाईट परिणाम होतो.

प्रयत्न करूनही तो ना स्वतः कळस गाठू शकला, ना बायकोला आनंद देऊ शकला. त्यामुळे दोघेही एकमेकांकडे खेचले जातात. कनिष्ठता संकुलाने त्रस्त अशा वेळी पत्नीही स्वत:लाच दोष देते आणि पीसीओडीमुळे मासिक पाळी अनियमित होत असल्याचे समजते. त्यामुळे गर्भधारणा होऊ शकत नाही, किंवा कौमार्य असताना एखाद्या मुलीने काही चुकीमुळे गर्भपात केला असेल, तर ती ना तिच्या पतीला सांगू शकत नाही ना डॉक्टरांना, अशा परिस्थितीत अपराधीपणाची भावना तिला खात असते. त्यामुळे ती तिच्या नवऱ्याला जिव्हाळ्याच्या क्षणी साथ देऊ शकत नाही.

मग तहानलेला नवरा एकतर बायकोवर संशय घेऊ लागतो किंवा बायकोपासून दुरावतो आणि दुस-यासोबत विवाहबाह्य संबंध ठेवतो. अनेक वेळा, संयुक्त कुटुंबांपासून वेगळे राहणारी जोडपी मुक्त जीवनशैली जगतात, ज्यात ते दररोज पार्ट्यांमध्ये जातात आणि आजकाल तरुणाईच्या पार्ट्या दारू, सिगारेट आणि जंक फूडशिवाय अपूर्ण आहेत.

त्यामुळे दारू, तंबाखू आणि जंक फूडच्या सेवनानेही गर्भधारणेत अडथळा निर्माण होतो. अनेक वेळा असे देखील दिसून येते की खूप प्रयत्न करूनही गर्भधारणा होत नाही तेव्हा काही जोडपी चकवा किंवा बाबांच्या जाळ्यात अडकतात. ते वेळ आणि पैसा वाया घालवतात आणि अशा चुकीच्या उपचारांमुळे निराश होतात आणि आशा गमावतात.

अशा परिस्थितीत काही लोक हार मानतात तर कधी प्रयत्न सोडून देतात. पण अशा परिस्थितीत पती-पत्नी दोघेही शहाणे असतील तर वंध्यत्वाबाबत एकमेकांवर आरोप करण्याऐवजी त्यांनी मनमोकळेपणाने चर्चा करून डॉक्टरांकडे जाऊन उपचार घ्यावेत. सर्व चाचण्या झाल्या. चला मार्ग घेऊया.

**वंध्यत्वाची कारणे :** वंध्यत्वाची अनेक कारणे असू शकतात. पहिले म्हणजे, आजच्या युगात करिअर ओरिएंटेड मुले-मुली वयाच्या ३०-३२ पर्यंत लग्न पुढे ढकलतात. शिवाय, लग्नानंतर ते प्रवासात आणि मजा करण्यात थोडा वेळ वाया घालवतात, तर प्रत्येक काम आपल्या वयातच व्हायला हवे, असे त्यांना वाटत नाही. त्याशिवाय सध्याची जीवनशैली, खाण्यापिण्याच्या चुकीच्या सवयी, पर्यावरणासह विविध कारणांमुळे घटक आणि उशीरा बाळंतपण. वंध्यत्व सामान्य झाले आहे.

गर्भनिरोधक गोळ्यांचा वापर वंध्यत्वाच्या वाढत्या प्रकरणांमध्ये योगदान देत असल्याचे मानले जाते. वंध्यत्व ही एक वैद्यकीय स्थिती आहे जिथे अनेक जोडपी अनेक वर्षे प्रयत्न करूनही गर्भधारणा करू शकत नाहीत. ही समस्या जगभरात चिंतेची बाब आहे. सुमारे 10 ते 15 टक्के जोडप्यांना या आजाराचा त्रास होतो आणि ओव्हुलेशन समस्या हे स्त्रियांमध्ये वंध्यत्वाचे सर्वात सामान्य कारण आहे. स्त्रीचे वय, हार्मोनल असंतुलन, वजन, रसायने किंवा किरणोत्सर्गाचा संपर्क आणि मद्यपान आणि सिगारेट या सर्वांचा प्रजनन क्षमतेवर परिणाम होतो. तज्ञ काय म्हणतात: डॉक्टरांच्या मते, गर्भधारणेसाठी योग्य वय 18 ते 28 मानले जाते.

त्यामुळे या वर्षांमध्ये मुलासाठी केलेले प्रयत्न अधिक यशस्वी होतात. सर्वात आधी लग्न योग्य वयातच झाले पाहिजे आणि लग्न उशिरा झाल्यास मुलाच्या नियोजनात विलंब होता कामा नये, अन्यथा अडचणी येऊ शकतात. गर्भधारणा. पती-पत्नीचे लैंगिक जीवन निरोगी असावे. जोपर्यंत तुम्ही पुन्हा पुन्हा रिंगमध्ये उतरत नाही तोपर्यंत तुम्हाला समस्या येणार नाहीत.

तुम्ही जितके जास्त सेक्स कराल तितकी गर्भधारणा होण्याची शक्यता जास्त असते. जेव्हा नैसर्गिक गर्भधारणा यशस्वी होत नाही, तेव्हा डॉक्टर जोडप्यासमोर काही पर्याय मांडतात जसे की: IVF पद्धतीने गर्भधारणा, हा एक सामान्य प्रजनन उपचार आहे. या प्रक्रियेत 2-चरण उपचार केले जातात. जर स्त्रीच्या अंडाशयात अंडी योग्यरित्या तयार होत नसेल आणि कूपपासून वेगळे होऊ शकत नसेल, पुरुष जोडीदार कमी शुक्राणू तयार करत असेल किंवा ते कमी सक्रिय असतील, तर अशा स्थितीत स्त्रीला काही इंजेक्शन्स दिली जातात, ज्यामुळे अंडी योग्यरित्या कूप पासून वेगळे आहे.

यानंतर, पुरुष जोडीदाराकडून शुक्राणू मिळवले जातात, ते स्वच्छ केले जातात आणि दर्जेदार शुक्राणू सिरिंजद्वारे स्त्रीच्या गर्भाशयात सोडले जातात. यानंतरची संपूर्ण प्रक्रिया नैसर्गिकरित्या घडते. त्याचा यशाचा दर 10 ते 15% आहे.

काही प्रकरणांमध्ये, IUI यशस्वी होतो, परंतु जर समस्या इतर काही प्रकारची असेल तर IVF हा योग्य उपचार आहे. समस्येचे निराकरण करण्यासाठी, वंध्यत्वाच्या समस्येने ग्रस्त जोडप्यांना इनव्हिट्रोफर्टिलायझेशन तंत्राचा सल्ला दिला जातो. कोणत्याही कारणामुळे फॅलोपियन ट्यूबमध्ये अडथळा किंवा नुकसान झाल्यास ही पद्धत वापरली जाते.

स्त्रीला ओव्हुलेशनमध्ये समस्या असल्यास, आयव्हीएफच्या मदतीने गर्भधारणा होऊ शकते. टेस्ट ट्यूब बेबी तंत्रज्ञान आता नवीन राहिलेले नाही. अनुभवी डॉक्टरांनी केलेले उपचार नक्कीच परिणाम देतात. कृत्रिमरित्या गर्भधारणा होण्यात काही धोका असतो आणि या प्रक्रियेमध्ये काही गुंतागुंतीचा सामना करावा लागतो.

परंतु याचा अर्थ असा नाही की ज्या स्त्रिया इन विट्रो फर्टिलायझेशन किंवा कृत्रिम गर्भधारणा करतात त्यांना निश्चितपणे आरोग्य समस्यांना सामोरे जावे लागेल. आजकाल, प्रगत वैद्यकीय पद्धतींमुळे, कृत्रिम गर्भाधानाच्या यशाच्या दरात लक्षणीय सुधारणा झाली आहे. त्यामुळे वंध्यत्वाने त्रस्त असलेल्या जोडप्यांनी हार न मानता किंवा काळजी न करता योग्य निर्णय घ्यावा आणि योग्य उपचारांनी समस्या सोडवावी.