

दुःखाचा जन्म!

- डॉ. मनोज भाटवडेकर

गरोदरपणात प्रोजेस्टेरॉन नावाचं एक संप्रेरक (हॉर्मोन) कार्यरत असतं. प्रसूतीनंतर या संप्रेरकाची पातळी कमी होते. कधीकधी ही पातळी अचानक खूप खाली येते. हे बहुतेककरून प्रसूतीनंतरच्या तिस-या दिवसानंतर होतं. याचे मेंदूतल्या रासायनिकतेवर विपरीत परिणाम होतात. त्यामुळे मनःस्थिती बिघडते.

“हल्लीच्या काळात मुलगा आणि मुलगी असा भेद सुशिक्षितांच्या घरात तरी कुठे दिसतो डॉक्टर? तिच्याकडून आमची नक्कीच ही अपेक्षा नव्हती. तिने असं प्रत्यक्ष बोलून दाखवलं नाही की मुलगी झाली म्हणून मी दुःखी आहे, पण कळतंच ना हो आपल्याला शेवटी. आमची ही मोठी मुलगी... आम्ही तिला मुलीच असं वाढवलं नाही. माझ्या माहेरी आम्ही पाच मुली होतो. तेव्हा आम्हाला खूप वेगळं वागवलं गेलं मुली म्हणून. पण लग्नानंतर मला खूप छान वागणूक मिळाली. माझ्या मिस्टरांचा तर मुलगा आणि मुलगी यात भेद करण्याला पहिल्यापासून विरोध आहे. त्यामुळे त्यांनी कधी मला आमचा मुलगा आणि मुलगी यांच्यात भेद करू दिला नाही. हिच्या डोक्यात हे नवीन खूळ काय आलंय कोण जाणे. ती स्वतः कॉम्प्युटर इंजिनिअर आहे. तिचं करिअर उत्तम आहे. नवरा चांगला आहे. सासरची मंडळी चांगली आहेत. तिचे स्वतःचे विचार खूप आधुनिक आहेत. संपूर्ण गरोदरपणात तिने स्वतःची छान काळजी घेतली. तिला काहीही त्रास झाला नाही. तिची डिलिव्हरी नॉर्मल झाली. चांगली तीन किलो वजनाची मुलगी झाली. पहिले तीन दिवस हीसुद्धा आनंदात होती. भेटायला आलेल्यापैकी कुणीतरी तिला म्हटलं, “चला आता पुढच्या वेळी मुलगा होऊ दे”. आणखी कुणीतरी म्हटलं, “बघ हं बाळाला कधी कधी दूध पुरत नाही. तू डॉक्टरांना नीट विचारून घे.” झालं. त्या दिवसापासून ही आपली रडतेच आहे. मुलीला जवळ घेत नाही. तिला पाजायचं नाही म्हणते. रात्रीची झोपत नाही. नीट बोलत नाही. मी तिला खूप समजावण्याचा प्रयत्न केला पण ती ऐकतच नाही. म्हणताना मात्र म्हणते की मुलगी झाली म्हणून मला काही वाटत नाही पण तिला मुलीचं काही करावंसं वाटत नाहीए. गेले दोन दिवस ही मुलगी धड जेवली नाही. कसं चालेल बाळंतपणात असं करून? तिचे डॉक्टर आणि बाळाचे डॉक्टर- दोघांनी तिला सांगितलं की सगळं व्यवस्थित आहे तू कसलीही काळजी करू नकोस. तिला काही पटतच नाहीए आता कुणाचं. इतकी हट्टी नव्हती ती कधी. तुम्ही तिला खडसावा चांगलं.

आनंदाच्या प्रसंगी दुःख काय करतेस म्हणावं? दुसरं तिला हेही सांगा की आम्ही सगळे तिच्याबरोबर आहोत . तिला काही कमी पडू देणार नाही आम्ही .”

“मला हे काय झालंय डॉक्टर? मी अशी कधी नव्हते . मला कळतंय माझ्यात काहीतरी बदल झालाय . मी आतल्या आत कुठतेय . का ते कोण जाणे . सगळेजण मला समजावताहेत सगळं व्यवस्थित आहे . मला असं का वाटतंय की मी माझ्या बाळाची काळजी घ्यायला असमर्थ आहे म्हणून? विचित्र विचार करतेय मी . माझं दूध पुरणारच नसेल बाळाला तर पाजूच कशाला? मी जर बाळाची काळजी घेऊ शकणार नसेन तर नकोच मला बाळ . हे भयंकर आहेत विचार . समजतंय मला . डॉक्टरांच्या मते दूध पुरेसं आहे . बाळही व्यवस्थित आहे त्यांच्या मते . मग मलाच का असं वाटतंय की माझी मुलगी नीट नाहीए? ती जरा रडली की मला वाटतं तिला काहीतरी झालं . आता मला तिला सांभाळता येणार नाही . मग मला ती नकोच . उगाच या फंदात पडले . मूल नसलेल्या बायका किती सुखी असतील . बाप रे- किती उलटे विचार आहेत हे! आणि खरं सांगू डॉक्टर, कसं सांगू तुम्हाला मी? तुम्ही म्हणाल काय नालायक मुलगी आहे ही...”

“हे बघा तुमच्या मनात जे विचार येताहेत ते तुम्ही मोकळेपणाने बोला . विघडलेल्या मनःस्थितीत विचित्र विचार येऊ शकतात . या विचारांची आपल्यालाच लाज वाटते . तसं तुमचं होतंय . पण एक लक्षात घ्या . हे विचार तुम्ही मुद्दाम करत नाही आहात . ते तुमच्या इच्छेविरुद्ध तुमच्या मनात येताहेत . मी हे समजू शकतो . तुमच्या मनात एखादा वाईट विचार आला तर त्याचा अर्थ तुम्ही वाईट आहात असा होत नाही . जे असेल ते मोकळेपणाने बोला . कदाचित आतापर्यंत ते तुम्ही कुणाला सांगितलंही नसेल .”

“ नाहीच सांगितलं . कशी सांगू? मला खूप भीती वाटते एका गोष्टीची . मी माझ्या मुलीला ठार मारीन गळा दाबून अशी . माझ्या हातून असं घडलं तर? मला असं नाही करायचंय डॉक्टर . पण माझ्या हातून असं नाही ना घडणार डॉक्टर? माझ्या आईला जर मी हे सांगितलं तर तिला ते सहनच होणार नाही . माझी खूप घुसमट होतेय . माझा नवरा मला खूप धीर देतोय . माझी आई तर मोडूनच जाईल असं वाटतंय मला . माझ्यामुळे किती त्रास होतोय सगळ्यांना . आणि माझ्या मुलीचा यात काय दोष? तिने का माझ्या प्रेमाला मुकावं? आणि तुम्हाला मी खरं सांगते . मुलगी झाली म्हणून मला दुःख झालंय असं मुलीच नाहीए . खरोखरच नाहीए .

माझ्यावर विश्वास ठेवा डॉक्टर . माझ्या आईला हे प्लीज समजावा तुम्ही . ती सारखं मला हे समजावतेय की मुलगी होण्यात कमीपणा नाही . कंटाळले मी आता हे ऐकून . मला मूलच नको असं वाटतंय . खूप पश्चात्ताप होतोय मला आई झाल्याचा . एकीकडे कळतंय काय चाललंय ते . कळतंय हे बरोबर नाहीए . पण दुसरीकडे वाटतं की आपले हे विचारच बरोबर आहेत . काय करू मी डॉक्टर?”

तिच्या मनात येणारे नकारात्मक विचार, रात्रीची झोप न येणं, रडू येणं, भीती, उदास वाटणं ही सरळ सरळ नैराश्याची लक्षणं आहेत . हे नैराश्य तिला का आलं याची स्पष्टीकरणं तिच्याकडे नाहीत . तिची आई मात्र तिच्या परीने याची कारणं शोधते आहे . ‘मुलगी झाली म्हणून नैराश्य आलं’ हे कारण आईच्या स्वतःच्या विचारसरणीतून आलेलं आहे . ते कारण ती आपल्या मुलीवर लादू पाहते आहे . तिने सांगितलेल्या दोन छोट्या घटनांचं काय? कुणीतरी दिलेले अनाहूत सल्ले किंवा मारलेले शेर हे इतक्या तीव्र नैराश्याचं कारण होऊ शकत नाही . मग तिला हे नैराश्य का यावं?

गरोदरपणात प्रोजेस्टेरॉन नावाचं एक संप्रेरक (हॉर्मोन) कार्यरत असतं . प्रसूतीनंतर या संप्रेरकाची पातळी कमी होते . कधीकधी ही पातळी अचानक खूप खाली येते . हे बहुतेककरून प्रसूतीनंतरच्या तिस-या दिवसानंतर होतं . याचे मेंदूतल्या रासायनिकतेवर विपरीत परिणाम होतात . त्यामुळे मनःस्थिती बिघडते . तिच्या मेंदूतले रासायनिक बदल ही घटना तिच्या आकलनाच्या आवाक्यात नाही आणि ताब्याखालीही नाही . कळतं पण वळत नाही असं जे तिचं झालं आहे ते त्यामुळेच . तिच्या नैराश्यासाठी औषधोपचार हा मुख्य उपचार असेल . पहिल्या दोन आठवड्यांत तिला बरं वाटायला सुरुवात होईल . सुमारे महिन्याभरात तिला पूर्ण बरं वाटे . त्यानंतर काही महिने तिला औषधं घ्यावी लागतील . तिच्या नैराश्याला ती जबाबदार नाही हा विचार तिच्या आणि इतरांच्या गळी उतरवणं महत्त्वाचं . या नैराश्यातून पूर्णपणे बाहेर पडून ती नॉर्मल होईल आणि मातृत्वाचा आनंद घेऊ शकेल . ही आधुनिक मनोविकारशास्त्राची देणगी आहे!

कुठल्यातरी आईने आपल्या नवजात अर्भकाला वरच्या मजल्यावरून खाली फेकून दिल्याच्या घटना आपण ऐकतो . हे अतिटोकाचं नैराश्य असू शकतं किंवा तो ‘सायकोसिस’ सारखा गंभीर मानसिक आजार असू शकतो . कधीकधी या स्त्रीला आधीपासूनच मानसिक आजार असण्याची

शक्यता असते . या सर्व घटनांच्या मुळाशी मेंदूतले रासायनिक घटक जबाबदार असतात, ती आई नाही . ती आजारी असते, गुन्हेगार नाही .

नेहमी मनात येणारा विचार याही वेळी आलाच- बाळंतिणीला 'स्नेहभेट' देणारी मंडळी फक्त स्नेहच का देत नाहीत? सल्ले का देतात? अशा हितचिंतक मंडळींनी आपल्याला न समजणा-या विषयातले अनाहूत सल्ले देणं किंवा नुकत्याच जन्मलेल्या बाळाचं मूल्यमापन करणं बंद केलं तर डॉक्टरांच्या कामातले कितीतरी अडथळे दूर होतील!