



গোপন সমস্যার সমাধান খুঁজছেন? কাউকে বলতে দ্বিধা করছেন? একটি ফোন কল দিতে পারে আপনার সমাধান। কিন্তু তাতেও আছে অস্বস্তি। অপরিচিত একজনকে ফোন করে কিভাবে সমস্যার কথা বলবেন এই দ্বন্দ্ব কাজ করে তখন। এমন অবস্থায় পড়লে চিঠি লিখে আপনার সমস্যা জানান এই বিভাগে। টেলিজিঙ্কাসার ডেস্ক থেকে বিশেষজ্ঞের সমাধান পেয়ে যাবেন...

- আমি নবম শ্রেণীর ছাত্র, যখন দ্বিতীয় শ্রেণীর ছাত্র তখন থেকেই মিলন শুরু করি। এবং বর্তমানে আমি একে কোনো মতেই ছাড়তে পারছি না। আমি এ পর্যন্ত ৬ জনের সঙ্গে মিলিত হয়েছি, প্রটেকশন ছাড়া। অনেক বইতে এইডসের লক্ষণগুলো পড়েছি কিন্তু এর একটিও আমার আজও হয়নি। এছাড়া আমি সম্পূর্ণ সুস্থ রয়েছি।

আমার প্রশ্নগুলো হলো-

(ক) আমি মোটামুটি বিতশালী লোকের ছেলে। কিন্তু আমি এতো খাবার এবং এতো ভিটামিন ট্যাবলেট যেগুলোর একটার দাম সাড়ে নয় টাকা, সেগুলো খেয়েও সুস্বাস্থ্যের অধিকারী হতে পারছি না। (আমি ব্যায়ামও করে থাকি নিয়মিত)।

(খ) আমি প্রতিদিন রাত ১২টায় ঘুমাই কিন্তু রাত তিন-চারটার আগে ঘুম আসে না কেন?

(গ) প্রতি রাতে আমাকে মৈথুন করতে হয় কিন্তু আমি তা করতে চাই না।

(ঘ) আমার গাল দিন দিন বসে যাচ্ছে এবং ভেতরে চলে যাচ্ছে।

(ঙ) কিভাবে এইডস হতে পারে এর ২০টার মতো লক্ষণ উল্লেখ করে আমাকে বাধিত করবেন।

ওপরের সব কারণ, প্রতিরোধ ও লক্ষণ উল্লেখ

## ঘোষণা

সাপ্তাহিক ২০০০-এ চিঠির মাধ্যমে শারীরিক সমস্যা, রোগ কিংবা এইডস সম্পর্কিত প্রশ্নের জবাব দেয়া হয়। বিশেষজ্ঞের মতামত হয়তো পাল্টে দিতে পারে আপনার জীবনকে। 'টেলিজিঙ্কাসার ডেস্ক থেকে' বিভাগে লিখুন। নাম ঠিকানা না উল্লেখ করলেও চলবে। ছদ্মনামেও লিখতে পারেন। তবে আপনার যে কোনো সমস্যা খোলাখুলিভাবে লিখুন তাহলে সঠিক পরামর্শ দেয়া সহজ হবে।

চিঠি পাঠাবার ঠিকানা:

'টেলিজিঙ্কাসার ডেস্ক থেকে'

সাপ্তাহিক ২০০০

৯৬/৯৭, নিউ ইন্সটন রোড, ঢাকা-১০০০

- আমার বয়স ২৬ বছর। সুস্থ এবং স্বাভাবিক শারীরিক গঠন আমার। সমস্যাগুলো নিম্নরূপ-

১. খুব ছোটবেলা (৮ম শ্রেণীর ছাত্র) থেকে দুর্ভাগ্যবশত মৈথুনে অভ্যস্ত হয়ে পড়ি। এখন ছেড়ে দিয়েছি। উত্তেজিত অবস্থায় ৪' লম্বা তবে গোড়ার দিকটা কিছুটা চিকন এবং ডানে বাঁকা।

২. যেকোনো উত্তেজনার পরিস্থিতিতে খুব তাড়াতাড়ি উত্তেজিত হই এবং এক ধরনের মিউকাস নির্গত হয়।

৩. সময় ২/১ মিনিটের বেশি স্থায়ী হয় না। আমি একজন উচ্চপদস্থ কর্মকর্তা। মা এখন বিয়ে দিতে চাচ্ছেন। ২/১ মিনিট স্থায়ী হওয়ায় আমি ভয় পাচ্ছি। এ ব্যাপারে আপনার পরামর্শ একান্ত কাম্য।

দীলিপ

টেলিজিঙ্কাসার ডেস্ক থেকে: ১. মানুষের মাঝে প্রচলিত যে ভুল ধারণাগুলো রয়েছে সেগুলোরই বহিঃপ্রকাশ ঘটছে আপনার চিঠিতে। প্রথমঃ কেশরে মৈথুনে অভ্যস্ত হয়ে পরাক্রমে দুর্ভাগ্যবশত বলেছেন, যা মোটেই সুবিবেচনাপ্রসূত নয়। পৃথিবীতে হয়তো এমন পুরুষ পাওয়া যাবে না যে বা যারা এ বিষয়ে অভ্যস্ত হয়নি। এটা খুবই স্বাস্থ্যকর এবং স্বাভাবিক একটি ক্রিয়া। আকার নিয়ে আপনার দুশ্চিন্তা সম্পূর্ণ অমূলক, আপনি সম্পূর্ণ স্বাভাবিক আছেন।

২. উত্তেজনার পরিস্থিতিতে আপনার বয়সের পুরুষতো তাড়াতাড়িই উত্তেজিত হয়ে থাকেন।

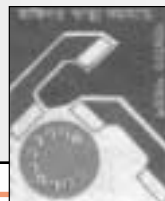
৩. বেশির ভাগ মানুষই বিয়ের আগে মৈথুনে স্বল্প স্থায়িত্ব নিয়ে দুশ্চিন্তায় ভুগে থাকে। আসলে এ সময় অবচেতনভাবে প্রধান লক্ষ্যই থাকে দ্রুত জ্বলন, তাই স্থায়িত্ব কম হয়। প্রকৃত পক্ষে এটা কোনো সমস্যাই নয়। বিয়ের পর এমনিতেই এটা ঠিক হয়ে যায়। অচিরেই আপনার সুখময় দাম্পত্য জীবনের জন্য শুভ কামনা রইল।

করে আমাকে জানিয়ে কৃতজ্ঞ করবেন।

কায়সার হক, ঢাকা

টেলিজিঙ্কাসার ডেস্ক থেকে: এই বয়সে আপনার মিলিত হওয়ার যে অভিজ্ঞতা হয়েছে তা অবশ্যই বিরল। ছয়জনের সঙ্গে প্রটেকশন ছাড়া মিলিত হয়েছে নীরোগ থাকা ভাগ্যেরই ব্যাপার। এইডস এবং অন্যান্য রোগ হওয়ার জন্য অবশ্যই দু' জনের অন্তত একজনের এইডস বা কোনো রোগ থাকতে হবে, সে ক্ষেত্রে তার সঙ্গে প্রটেকশন ছাড়া মেলামেশা করলে উপরোক্ত রোগগুলো হয়ে থাকে। আপনার ক্ষেত্রে সৌভাগ্যক্রমে তাদের কারোরই হয়তো ঐ রোগগুলো ছিল না। মৈথুন কোনো অস্বাস্থ্যকর বিষয় নয়। তবে কোনো কিছুই যে অতিরিক্ত করা মন ও স্বাস্থ্যের জন্য ভালো নয় তার প্রমাণ নিশ্চয়ই

আপনি পেয়ে গেছেন। ভালোভাবে খাওয়া-দাওয়া, খেলা ধুলা, ব্যায়াম ইত্যাদি অভ্যাসগুলো নিয়মিত করলে অবশ্যই আপনি সবদিকে স্বাভাবিকতা ফিরে পাবেন। এইডস ছড়ায় মূলত চার ভাবে। ১. অনিরাপদ মেলামেশার (প্রটেকশন ছাড়া) মাধ্যমে, ২. রক্তের মাধ্যমে, ৩. একই ইনজেকশনের সূঁচ কয়েকজন মিলে ব্যবহার করলে, ৪. গর্ভবর্তী মায়ের এইডস থাকলে তার গর্ভস্থ সন্তানের ভেতর এরোগ আসতে পারে। এইডস হলে সাধারণত বিনা কারণে দীর্ঘদিন যাবৎ জ্বর, দীর্ঘমেয়াদী ডায়রিয়া, হঠাৎ করে অনেক ওজন হ্রাস, শরীরের বিভিন্ন গ্রন্থিগুলো ফুলে যেতে পারে। তবে এগুলো দেখা গেলেই এইডস ভেবে নেয়া ঠিক হবে না। নিশ্চিত হওয়ার জন্য রক্ত পরীক্ষা করাতে হবে।



এইচআইভি/ মুক্ত এবং অন্যান্য যৌনবাহিত রোগ সম্পর্কে আরো জানতে চাইলে নির্দিষ্ট ফোন করুন- টেলিজিঙ্কাসা:

টেলিফোন নং: মহিলাদের জন্য ৮৮১১৪৭৫, পুরুষদের জন্য ৮৮১২৬৭০  
রবিবার থেকে বৃহস্পতিবার, সকাল ৯টা থেকে বিকেল ৫টা পর্যন্ত