

सुरवंटाचे झाले फुलपाखरू



म. टा. खास प्रतिनिधी, मुंबई

मासिक पाळीबद्दल सहसा खुलेपणे बोलले जात नाही. अनेकदा घरच्याशी आणि मित्र-मैत्रिणींशी शर्यत बोलणे टाळले जाते. वाट स्वच्छ आरोग्याची या मोहिमेतर्गत संताकृष्णच्या प्रेमलीला विठ्ठलदास पॉलिटेक्निक महाविद्यालयामध्ये झालेल्या चर्चेच्या कार्यक्रमाभावील विद्यार्थिनीही मासिक पाळीबद्दल कसे बोलतायचे याबाबत सुरुवातीला संभ्रमत होत्या. मात्र या नैसर्गिक चक्राबद्दल बोलताना आधी बाबचळलेल्या या

एसएनडीटीच्या विद्यार्थिनी झाल्या मोकळेपणाने व्यक्त



वेगवेगळ्या दृष्टिकोनां

विविध शाळेच्या विद्यार्थिनी या चर्चासत्रासाठी एकत्र आल्याने त्यांच्या शारीरिक दृष्टिकोनाही वेगवेगळ्या होता. काहीनी मासिक पाळीबद्दलच्या होणाऱ्या त्रासामुळे मासिक पाळी मुलींनाच का असं प्रश्न उपस्थित करीत मनातील भावना उलगडली. चराबाहेर असताना येणाऱ्या अडचणीबद्दलही या विद्यार्थिनींनी सांगण्याचा प्रयत्न केला. अतिरिक्त रक्तस्राव, त्यासाठी करावया लागणाऱ्या उपाययोजना, स्वच्छतागृहांची कमतरता या मुद्द्यांनाही त्यांनी स्पर्श केला.

काही मुलींनी मासिक पाळी ही स्त्रीला दिलेली दैवी देणगी आहे असे सांगत प्रजननशक्तीबद्दल त्यांना असलेली माहिती सहकारी विद्यार्थिनींना दिली. काहीना मासिक पाळी म्हणजे खराब रक्त शरीराबाहेर टाकले जाणे, असे वाटत होते. यातील काही विद्यार्थिनीना

सांगितले, असे अभिमानाने नमूद केले. या चर्चासत्रामध्ये अनेक विद्यार्थिनींनी मासिक पाळीबद्दलच्या मिळणाऱ्या वागणुकीचा अनुभव मांडला. गावी गेल्यावर बाजूला बसायला लागणे, खोळीत टाकल्याची निर्माण होणारी भावना, गणपती-नवरात्रीदरम्यान गोळ्या घेऊन पाळी पुढे-मागे करण्यासाठी होणारे प्रयत्न याबद्दल अनेक विद्यार्थिनी बोलल्या होत्या. अनेकांनी हा अनुभव आल्याने या विद्यार्थिनींनी मनमोकळेपणे विचार मांडले.

काहीनी क्रांतीकारक पाऊल उचलत वाटत होते. यातील काही विद्यार्थिनीना मासिक पाळीबद्दलच्या मंदिरात केलेल्या

प्रवेशाची आठवण सांगितली. तर, काहीनी मासिक पाळीमध्ये बाजूला बसणार नाही, असे घरच्यांना स्पष्ट बजावल्याचे सांगितले. आपल्याच वयाच्या काही विद्यार्थिनींनी या विषयी घेतलेल्या ठाम भूमिकेचे इतर विद्यार्थिनींनी टाळण्याचा वाजून कौतुकही केले. या चर्चासत्रानंतर या सगळ्याच विद्यार्थिनींनी मनातील शंका खुलेपणाने विचारल्याचे, आपल्याला होत असलेला त्रास कुटुंबीयांकडे व्यक्त करण्याचे, वैद्यकीय मदतीबद्दल अधिक जागरूक होण्याचे वचन स्वतःलाच दिले.

(संकलन - अनुजा चवाडे)



विद्यार्थिनी नंतर गप्पा मातामारता पाळी तर देवानेच दिली आहे, काय असते, या मुलभूत प्रश्नांपासून चर्चेला सुरुवात झाली. टॅबू असलेल्या या विषयसंदर्भात विद्यार्थिनीना व्यक्त होत यावे हा या चर्चेचा मुख्य हेतू होता. मासिक पाळीबद्दलच्या पोटोटा

अधोरेखित झाले.

मासिक पाळीच्या वेळी नेमकी भावना काय असते, या मुलभूत प्रश्नांपासून चर्चेला सुरुवात झाली. टॅबू असलेल्या या विषयसंदर्भात विद्यार्थिनीना व्यक्त होत यावे हा या चर्चेचा मुख्य हेतू होता. मासिक पाळीबद्दलच्या पोटोटा

दुखते, मासिक पाळी नकोशी असते, मळमळण्याची भावना निर्माण होते, खूप उकडते, त्रास सहन होत नाही असे काही विद्यार्थिनींनी खुलेपणाने सांगितले. मात्र काही विद्यार्थिनी या जाणिवेवही मैत्रिणींसमोर व्यक्त करू शकत नव्हत्या.

काही विद्यार्थिनींनी विज्ञान विषयाचे अध्ययन केल्याने आपल्या आईला मासिक पाळीमागचे शरीरशास्त्र उलगडून

विद्यार्थिनीना काय वाटले ?

महत्त्वाचे विवेचन



मी कॉमर्स शाळेची विद्यार्थिनी आहे. मी विज्ञान शिकले नाही. ही चर्चा आणि त्यासंदर्भातील विवेचन मला फार महत्त्वाचे वाटले. मी इथे खुलेपणाने व्यक्त झाले. सगळ्यांचे अनुभव मला ऐकता आले. मीही आता अधिक मोकळेपणाने यावर बोलणार आहे.

- विशाखा काटेलिया

खूप शिकायला मिळालं

या चर्चासत्रात आणि मार्गदर्शनमधून खूप गोष्टी शिकण्यासारख्या होत्या. जे खुलेपणाने बोलू को, नाही याची खात्री नव्हती त्या विषयवर्गाही आम्ही बोललो. इथे आमच्या समस्यांना, प्रश्नांना उत्तर आणि मार्गदर्शन मिळाले. आता यासंदर्भात इतरांनाही सांगू शकतो. समस्या शोध करू शकतो. मुळात ही समस्या नाहीच. मासिक पाळी नैसर्गिक गोष्ट आहे, हे स्वीकारण्यासाठी अधिक बळ मिळाले.

- अक्षता गायकवाड

शंका दूर झाल्या



मासिक पाळी ही नैसर्गिक गोष्ट आहे. यासंदर्भात काही गोष्टी माहित नव्हत्या. त्या समजल्या. मासिक पाळीबद्दल मी फारसे कोणशी बोलायचे नाही. मात्र आता त्यावर मला बोलता येईल. समस्या मांडता येतील. इथे मिळालेले मार्गदर्शनसुद्धा मी इतरांपर्यंत पोहोचवण्याचा प्रयत्न करेन.

- भारती कांबळे

आत्मविश्वास मिळाला

या चर्चासत्र आणि मार्गदर्शनवर व्याख्यानानात चांगल्या पद्धतीने मासिक पाळीसंदर्भात माहिती मिळाली. ही माहिती पोहोचवण्याची पद्धत आवडली. कोणतीही गोष्ट वाईट नसते, हे उमगले. आता मी माझ्या कुटुंबीयांशी यासंदर्भात संवाद साधू शकेन. त्यांच्याशी बोलू शकेन, असं आत्मविश्वास मला या सत्राने दिला आहे.

- वैजंता आवाडे

