যৌন সমস্যায়

হোমিওপ্যাথি

ডাঃ ডি. চক্রবর্তী

সূচীপত্র

বিষয়	পৃষ্ঠা	বিষয়	পৃষ্ঠা
সেক্সোলজি	১	যৌন রোগ	৪৪
Sex কি	১	AIDS নির্ণায়ক পরীক্ষা	৫২
নারী ও পুরুষের শরীরে কামের উদ্রেক হয় কেন?	২	জন্মরোধের বিভিন্ন পদ্ধতি	৫২
শরীরে কামের উদ্রেক হয় কিভাবে?	২	বিভিন্ন প্রকার অস্থায়ী পদ্ধতি	৫২
নারী ও পুরুষের শরীরে কিভাবে যৌবনের লক্ষণগুলি প্রস্ফুটিত হয়		ইন্ট্রা-ইউটেরাইন ডিভাইস (I. U. D)	৫৩
পুরুষের জননতন্ত্র	২	আই. ইউ. ডি, কিভাবে পরানো হয়	৫৪
	৪	ভ্যাজাইন্যাল স্পার্মিসাইডস	৫৪
		পিল বা জন্ম নিরোধক বড়ি	৫৪
পুরুষ জননতন্ত্রের বিভিন্ন অঙ্গের কাজের সংক্ষিপ্ত বর্ণনা	৬	নারী ও পুরুষের শরীরে বিভিন্ন যৌন উদ্দীপক অঞ্চল	৫৮
পুরুষাঙ্গ উত্তেজিত হয় কিভাবে	৭	কৃত্রিম মৈথুন	৬৪
নারীর জননতন্ত্র	৯	হস্তমৈথুন কি কোনও কু-অভ্যাস	৬৫
ডিম্বাণু পরিস্ফুরণের পরবর্তী অবস্থা	১২	হস্তমৈথুনকে কু-অভ্যাস বলার কারণ কি	৬৫
		সপ্তাহের প্রতিদিন হস্ত মৈথুন করা কি ক্ষতিকারক	৬৬
Impotency বা যৌন দূর্বলতা	১৩	পুরুষের বীর্য (Semen)-কে কেন মূল্যবান মনে করা হয়? বীর্যের গঠন গত উপাদান কি কি?	৬৬
প্রতিকার	১৬	বিবাহিত জীবন যৌন মিলন যদি স্বাভাবিক হয় তবে হস্তমৈথুনকে কেন খারাপ বলা হয়? হস্ত মৈথুনে প্রক্রিয়ায় কি কোন ভাল দিক আছে?	৬৭
প্রতিকার-হরমোন চিকিৎসা	১৮	ডা. কেন্ট ও লিপির মতানুসারে যৌন দূর্বলতার ঔষধসমূহ	৬৮
ভগাঙ্কুর	১৮	অ্যাগ্নাস ক্যান্টাস	৭৩
নারীর যৌন সমস্যা	১৯	কেলি কার্বনিকাম	৭৩
নারী ও পুরষের যৌন উত্তেজনার প্রভেদ	২২	ক্যালেডিয়াম	৭৬
নারীর কাম উদ্দীপক অঞ্চল	২৩	ডিজিট্যালিস পার্পি উরিয়া	৭৭

বিষয়	পৃষ্ঠা	বিষয়	পৃষ্ঠা
ছয় সপ্তাহ অবস্থায় ভ্রুণের আকৃতি গত পরিবর্তন	২৮	ইণ্ডিয়াম, প্যাটিনাম	৭৭
ষোল সপ্তাহ অবস্থায়	২৮	হস্তমৈথুনজাত পুরুষের যৌন সমস্যা	৭৮
কুড়ি সপ্তাহ অবস্থায়	২৮	স্বপ্নদোষ	
চব্বিশ সপ্তাহ অবস্থায়	২৯	পুরুষের যৌন সমস্যায় নির্দেশিত ঔষধ	৭৯
আঠাশ সপ্তাহ অবস্থায়	৩০	যৌন মিলনের পর সমস্যা	৮৩
ছত্রিশ সপ্তাহ অবস্থায়	৩০	রমনীদিগের কামোন্মাদনা	৮৪
চলিশ সপ্তাহ অবস্থায়	৩০	প্যাটিনাম	৮৪
পুরুষের যৌন উত্তেজনা ও তৃপ্তি লাভ	৩০	লিলিয়াম টিগ্নিনাম	৮৫
নারীর যৌন উত্তেজনা ও তৃপ্তি লাভ	৩২	স্যাবাইস	১০৮
মস্কাস	৮৬	সিকেলি কর্নিউটাম	১০৯
মিউরেক্স পার্পিউরা	৮৬	মিলিফোলিয়াম, হ্যামামেলিস, ফেরাম মেটালিকাম	১১১
ইগ্নেসিয়া অ্যামেরা	৮৭	ফসফরাস	১১২
ড. কেন্ট ও লিপি (Kent and Lippe A.V.) মতানুসারে নারীর যৌন সমস্যায় নির্দেশিত ঔষধ	৮৭	অ্যাকটিয়া রেসিমোসা	১১৩
শ্বেতস্রাব	৯১	ল্যাকেসিস	১১৪
নারীর এই শ্বেতস্রাবের কারণ কী	৯১	পালসেটিলা	১১৫
শ্বেতস্রাবে বিভিন্ন ঔষধের লক্ষণাবলী	৯১	গ্রাফাইটিস	
অ্যামনিয়াম কার্বনিকাম	৯৪	নারীরি ঋতুস্রাব সম্পর্কিত গোলযোগ	
সিপিয়া	৯৪	গর্ভপাতজনিত সমস্যায় নির্দেশিত ঔষধসমূহ	১২২
Leucorrhoea শ্বেতস্রাব	৯৫	যৌনাঙ্গে ব্যথা-বেদনা	১২৪
ঋতুস্রাবজনিত সমস্যার ঔষধসমূহ	১০২	নারী স্তনের অসুখে বিভিন্ন ঔষধ	১২৭
বেলেডোনা	১০৪	ক্যালকেরিয়া ফ্লুওরিকাম	১২৮
ক্যালকেরিয়া কার্ব	১০৫	কার্বো অ্যানিমেলিস	১২৯
সাইক্ল্যামেন ইউরোপিয়াম	১০৬	স্তনের বিভিন্ন অসুখে নির্দেশিত ঔষধ	১২৯
ক্যালি কার্বনিকাম	১০৭	স্তনের অসুখ-সংক্ষিপ্তসার	১৩৮

সেক্সোলজি

Sexology বা যৌন বিজ্ঞান চিকিৎসা বিজ্ঞানেরই একটি শাখা যেখানে নারী ও পুরুষের দেহগত মিলনের বিভিন্ন সমস্যা ও তার সমাধান, জননতন্ত্রের গঠন ও কাজ বিভিন্ন প্রকার যৌন রোগ ও তার চিকিৎসা সম্বন্ধে আলোচনা কর হয়।

যদিও প্রাচীনকালে যৌন বিজ্ঞানে ভারতবর্ষের জ্ঞানীগুণী পন্ডিতেরাই (বাৎসায়ন) ছিলেন পথিকৃত কিন্তু বর্তমানকালে চর্চার অভাবে অন্যান্য যে কোন বিজ্ঞান শাখার মতন যৌন বিজ্ঞানেও পাশ্চাত্য দেশের শিক্ষার উপর আমাদের নির্ভর করে চলতে হয়।

ভারতবর্ষ উন্নতিকামী দেশ। এই দেশের দারিদ্র্যতার অন্যতম প্রধান কারণ হল জনসংখ্যা বৃদ্ধি ও অশিক্ষা, বিশেষত যৌনশিক্ষা ও জনসংখ্যা বৃদ্ধি পারস্পরিক সম্পর্কযুক্ত হওয়ায়, প্রকৃত যৌন শিক্ষার অভাবে ভারতবর্ষের জন্ম নিয়ন্ত্রণ পরিকল্পনায় বিশেষ সাফল্য লভ করা যায়নি। কিন্তু পাশ্চাত্য দেশগুলি প্রাচ্যদেশগুলি অপেক্ষা যৌনশিক্ষায় উন্নত হওয়ায় এই দেশগুলির জন্মসংখ্যা আনুপাতিক হারে অনেক কম। অ্যালোপ্যাথিক চিকিৎসা শাস্ত্রে যৌন বিজ্ঞানের উপর বিভিন্ন গবেষণা ও সমীক্ষা হলেও হোমিওপ্যাথিক চিকিৎসার কোন সুসংহত গবেষণা এখনও শুরু হয়নি। কিন্তু বিভিন্ন শহরে ও গ্রামে মোট জনসংখার একটি বৃহৎ অংশ এই হোমিওপ্যাথিক চিকিৎসার উপর নির্ভরশীল। বিশেষত কিছু জটিল স্ত্রীরোগ যেমন শ্বেতস্রাব, অনিয়মিত ঋতুস্রাব, যৌন অবসাদ ও তার জন্য নানাপ্রকার জটিল উপসর্গে হোমিওপ্যাথিক ঔষুধ অত্যন্ত কার্যকরী। পুরুষের ক্ষেত্রেও যৌনদুর্বলতা ও ধ্বজভঙ্গ রোগে হোমিওপ্যাথিক ঔষধ অত্যন্ত ফলপ্রদ। এছাড়া যৌন সচেতনতা জনসংখ্যা বৃদ্ধি রোধে একটি প্রধান হাতিয়ার। হোমিওপ্যাথিক চিকিৎসায় কোনও সুনির্দিষ্ট ঔষধ জন্মনিয়ন্ত্রণের জন্য না থাকলেও অন্য চিকিৎসা পদ্ধতিতে আবিস্কৃত ঔষধ ও জন্মনিয়ন্ত্রণের বিভিন্ন পদ্ধতিসমূহ যৌন সচেতন মানুষের পক্ষে নিজের সুবিধা মতন বেছে নেওয়া সম্ভব হতে পারে। কাজেই জন্মনিয়ন্ত্রণের বিভিন্ন পদ্ধতি সম্পর্কে এই বইতে আলোচনা করার চেষ্টা করেছি। তবে যৌনশিক্ষা জন্মনিয়ন্ত্রের প্রধান হাতিয়ার হলেও যৌনরোগ প্রতিরোধেও এর ভূমিকা গুরুত্বপূর্ণ।

বিংশ শতাব্দীর মানুষের কাছে ক্যানসার নিঃসন্দেহে একটি কঠিন সমস্যা। কিন্তু তার থেকেও এখন বড় সমস্যা এখন AIDS যার মূল কারণই হল যৌন ব্যভিচার বা যৌন বিকৃতি। এই মুহূর্তে AIDS এর নিরাময় যোগ্য কোনও ঔষধ না থাকায় এ রোগটির বিরুদ্ধে লড়াইয়ের একমাত্র সঠিক পন্থা হল যৌনশিক্ষা ও যৌন সচেতনতা। আমার এই বইয়ের মাধ্যমে আমি শুধুমাত্র চিকিৎসকরাই নন সাধারণ মানুষও যাতে এর দ্বারা উপকৃত হন তার চেষ্টা করেছি। এই বই সাধারণ মানুষের উপকারে আসলে বাধিত হব।

Sex কী?

নারী ও পুরুষের দেহে বিভদসূচক লক্ষণগুলি যার দ্বারা নারী ও পুরুষকে আলাদাভাবে চিহ্নিত করা যায় এবং যে বিভেদসূচক অঙ্গগুলির আকর্ষণীয় বৈশিষ্ট্যের জন্য নারী ও পুরুষ পরস্পরের প্রতি আকৃষ্ট হয়, তাদের শরীরে কামের উদ্রেক হয় তাকেই আমরা Sex বলি।

নারী ও পুরুষের শরীরে কামের উদ্রেক হয় কেন?

কাম একটি শারীরবৃত্তীয় প্রক্রিয়া যার মুখ্য উদ্দেশ্য হল দেহসুখ লাভ। প্রত্যেক নারী ও পুরষের জীবনে কামের ভূমিকা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। কারণ জীবন ধারণের জন্য খাদ্য ও পানীয়ের পরই যে জিনিষটির জন্য মানুষ সবচেয়ে বেশি লালায়িত ও আকাঙ্খিত হয় তা হল Sex. বেঁচে থাকার জন্য মানুষ খাদ্যগ্রহণ করে, খাদ্য গ্রহণে দেহের পুষ্টি হয়, দেহের বিভিন্ন গ্রন্থি ও অঙ্গসমূহ বৃদ্ধি লাভ করে। একটি নির্দিষ্ট বয়সে। সেই বয়সকে আমরা বয়ঃসন্ধি (Puberty) বলি। সেই সময় দেহের যৌনগ্রন্থিতে বীর্যের উৎপাদন শুরু হয় এবং বীর্য উৎপাদনের সঙ্গে সঙ্গে দেহে কামের সৃষ্টি হয়। বীর্যহীন মানুষের দেহে কামের সঞ্চার হয় না আবার বীর্যবান মানুষ প্রভূত শক্তির অধিকারী হয়।

শরীরে কামের উদ্রেক হয় কিভাবে?

বীর্য বা ধাতুই হল কামের আধার। বীর্য বা ধাতুর গুণেই শরীরে কামের সৃষ্টি হয়। শৈশবে বা কৈশোরে যৌনাঙ্গের ঘর্ষণজনিত কারণে যৌনাঙ্গ উত্তেজিত হলেও কামের উদ্রেক কিন্তু হয় না। কিন্তু যৌবনের শুরুতেই দেহে যৌনগ্রন্থি--পুরুষের শুক্রাশয় ও নারীর ডিম্বাশয়ে ডিম্বাণু উৎপাদন শুরু হওয়ার সঙ্গে সঙ্গেই দেহে কামের উদ্দীপন হতে থাকে। এই সময় থেকেই পুরুষ যৌন সুখ লাভ করতে সমর্থ হয়।

অর্থাৎ যৌবনের শুরুতেই প্রত্যেক সুস্থ মানুষেরই দেহ ও মনে একটি পরিবর্তন সূচিত হয়। এবং পরিবর্তনের জন্য দায়ী থাকে কতকগুলি অতি প্রয়োজনীয় হর্মোন যাদের প্রভাবেই দ্রুত যৌন লক্ষণগুলি প্রকাশ পেতে থাকে এবং নারী ও পুরুষ পরস্পর পরস্পরের প্রতি আকৃষ্ট হয়।

নারী ও পুরুষের ক্ষেত্রে ১২-১৪ বৎসর বয়সের পর দেহের যৌন গ্রন্থিগুলিতে কয়েকটি হরমোনের প্রভাবে বীর্য উৎপাদন শুরু হয়। দেখা গেছে মস্তিষ্কের মধ্যে অবস্থিত পিটুইটারি গ্রন্থি থেকে গোনাডোট্রফিক নামে একটি হরমোনের প্রভাবে পুরুষের শুক্রাশয় ও নারীর ডিম্বাশয় গ্রন্থি উদ্দীপিত হয়ে ওঠে এবং শুক্রাশয়ের মধ্যে শুক্রাণু ও নারীর ডিম্বাশয়ের মধ্যে ডিম্বাণু উৎপাদন শুরু হয়। তবে পুরষের ক্ষেত্রে টেস্টোস্টেরন ও নারীর ক্ষেত্রে ফলিকল স্টিমুলেটিং হরমোন নামের দুইটি হরমোনও এক্ষেত্রে সক্রিয় ভূমিকা গ্রহণ করে এবং শরীরে কামের উদ্দীপনা দেখা দেয়।

নারী ও পুরুষের শরীরে কিভাবে যৌবনের লক্ষণগুলি প্রস্ফুটিত হয়?

যৌবনের সঙ্গে কামের সম্পর্ক অতি নিবিড় কারণ যৌবনেই কামের তীব্রতা সবচেয়ে বেশি হয় এই সময়েই প্রত্যেক নারী ও পুরুষের দেহে বিশেষ কতকগুলি লক্ষণ প্রকাশ পেতে থাকে যা শৈশব বা কৈশোরে তার দেহে ছিল না। যেমন শিশু অবস্থায় ছেলে ও মেয়ের পার্থক্য করা হয় তাদের মুখ্য যৌনাঙ্গ লিঙ্গ ও যোনির মাধ্যমে কিন্তু শিশুরা যখন ক্রমশ বড় হতে থাকে ও শৈশব থাকে যখন কৈশোরে পদার্পণ করে তখন তাদের দেহ ও মনে নতুন কিছু পরিবর্তন সূচিত হয়। পিটুইটারি গ্রন্থি থেকে নিঃসৃত বৃদ্ধিসূচক হরমোন সোমাটোট্রপিক হরমোনের প্রভাবে দেহের সামগ্রিক বৃদ্ধি ত্বরান্বিত হয়। সমবয়সী মেয়েদের তুলনায় ছেলেদের গড় উচ্চতা বৃদ্ধি পায়। ছেলেদের তুলনায় মেয়েদের চুলের বৃদ্ধি বেশি হয় এবং এই বয়স থেকে ছেলেমেয়েরা তাদের যৌন স্থানগুলি সম্পর্কে কৌতুহলী হয়ে পড়ে (8/10 থেকে 14/16 বৎসর বয়স পর্যন্ত)। 14 বৎসর বয়সের পর থেকেই দেহে সামগ্রিক একটি পরিবর্তন দেখা দেয় এবং এই

পরিবর্তনে এন্ড্রোজেন নামক হরমোনের ভূমিকা থাকে অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। এন্ড্রোজেন এই হরমোনটি পুরুষের শুক্রাশয় থেকে নিঃসৃত টেস্টোস্টেরন হরমোনের সাগোত্রীয় তবে অ্যাড্রিন্যাল গ্রন্থি থেকে নিঃসৃত হয়। এই হরমোনের প্রভাবে নারী ও পুরুষের দেহে যৌন লক্ষণগুলি প্রকাশিত হয়। পিটুইটারি গ্রন্থির সম্মুখ ভাগ থেকে নিঃসৃত গোনাডোট্রপিক হরমান মূলত তিন প্রকারঃ-

১) আন্তরকোষ উদ্দীপক হরমোন (Interstitial Cell Stimulating Hormone)।
২) ডিম্বথলি উদ্দীপক হরমোন (Follicle Stimulating Hormone)।
৩) পিত্তথলি উদ্দীপক হরমোন (Lutenising Hormone)।

এই হরমোনগুলি সরাসরি জনন অঙ্গের বৃদ্ধি ও শুক্রাণু ও ডিম্বানু উৎপাদনে অংশগ্রহণ করে ও পুরুষের ক্ষেত্রে সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ হরমোন টেস্টোস্টেরন ও নারীর ক্ষেত্রে ইস্ট্রোজেন ও প্রোজেস্টেরন হরমোন নিঃসরণে সহায়তা করে।

এন্ড্রোজেন ও টেস্টোস্টেরন হরমোনের প্রভাবে 14-16 বৎসর বয়সের মধ্যেই ছেলেদের মুখে দাড়ি ও গোঁফ দেখা দেয়। দেহের বগলে, বুক ও যৌনাঙ্গে যৌন কেশ দেখা দেয়। শরীরের পেশী শক্ত ও বলশালী হয়। গলার স্বর গভীর ও কর্কশ হয় পুরুষাঙ্গ আকারে বড় ও দৃঢ় হয়। শুক্রাশয়ের সেমিনিফেরাস টিউবিউল থেকে শুক্রাণু উৎপাদন শুরু হয় এবং সেমিনাল ভেসেল থেকে বীর্য (Semen) উৎপন্ন হয়ে থাকে। পুরুষাঙ্গ উত্তেজিত হয় এবং বীর্যস্খলন হয়ে থাকে। এই সময় থেকে পুরুষ যৌন সহবাসে সক্ষম হয়। পরীক্ষায় প্রমাণিত হয়েছে বয়ঃসন্ধির শুরুতেই দেহ থেকে শুক্রাশয় (Testis) বাদ দেওয়া হলে পুরুষের দেহে যৌবনের লক্ষণগুলি আর প্রকাশ পায় না। এবং নারী দেহ থেকে ডিম্বাশয় বাদ দেওয়া হলে নারীর যৌবনের পূর্ণ বিকাশে বাধাপ্রাপ্ত হয়।

তবে এই হরমোনগুলি স্বভাবত গলার কাছে অবস্থিত থাইরয়েড গ্রন্থি থেকে নিঃসৃত থাইরয়েড হরমোনের থাইরক্সিনের অভাবেও যৌবন প্রাপ্তি ব্যাহত হয়। অর্থাৎ কৈশোর থেকে যৌবনের লক্ষণগুলি বাধা পায়। শরীর অসুস্থ ও দূর্বল হয়, জিভ বড় হয়, মুখ থেকে লালা ঝরে, চামড়া পুরু, ঠান্ডা ও লোমহীন হয়ে যায়। আঙ্গুল মোটা ও ছোট হয় বৃদ্ধি কমে যায় ও ক্রমশ জড়বুদ্ধিতে পরিণত হয়। যৌন লক্ষণগুলি প্রকাশ পায় না। আবার থাইরক্সিন যদি বেশি নিঃসৃত হয় তবে দেহের স্বাভাবিক বৃদ্ধি ব্যাহত হয়।

দেহে BMR বেড়ে যায়, দেহ ক্রমশই শুকিয়ে যায়, মেজাজ খিটখিটে, অনিদ্রা দেহের উত্তাপ বৃদ্ধি পায়, বিশেষত স্তন শুকিয়ে যায় এবং স্তনে টিউমার দেখা দেয়।

এ ছাড়া অ্যাড্রিন্যালিন হরমোনটি কিডনীর উপরে অবস্থিত অ্যাড্রিন্যাল গ্রন্থি থেকে নিঃসৃত হয়। এই হরমোনই মানসিক চাঞ্চল্য ও আবেগ নিয়ন্ত্রণ করে।

নারীর ক্ষেত্রে পিটুইটরি গ্রন্থি থেকে নিঃসৃত L. S. H ও লিউটিনাইজিং (LH) হরমোনের প্রভাবে দেহে গৌণ যৌন লক্ষণগুলি প্রকাশ পায়।

সে এখন গর্ভবতী হতে পারে তা বোঝা যায়, এই সময় নারীর দেহাবয়বে কমনীয়তা দেখা দেয়-চেহারা ক্রমশই সুন্দর ও আকর্ষণীয় হয়ে ওঠে। গলার স্বর নরম ও তীক্ষ্ম হয়। নারী দেহের নিতম্ব ও কোমরে মেদের সঞ্চার হয়। যৌনাঙ্গের উপরে মনস পিউবিস অঞ্চলে ও বগলে যৌন কেশ দেখা দেয়। মনের দিক থেকে নারীর আবেগ প্রবণতা বৃদ্ধি পায়।

নারীর ক্ষেত্রে অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ গ্রন্থি-স্তনের পরিবর্তন হতে থাকে। মেয়েদের ক্ষেত্রে 8 থেকে 10 বৎসর বয়সের মধ্যেই স্তনের আকৃতির পরিবর্তন শুরু হয়। প্রথমে

যে স্তনের আকৃতি ছিল ছোট ফুলের কুড়ির মতন, ক্রমশই তা বড় ও উন্নত হতে থাকে। পিটুইটারী গ্রন্থি থেকে নিঃসৃত ফলিকলস্টিমুলেটিং (FSH) হরমোন ও লিউটিনাইজিং (L.H) হরমোনের প্রভাবে স্তনের আকার বাড়তে থাকে। স্তনের দুগ্ধ উৎপাদনকারী গ্রন্থি ও নালীগুলি পরিণত ও পুষ্ট হয়। যৌন জীবনে নারীর স্তনের ভূমিকা অত্যন্ত গুত্বপূর্ণ এবং নারীর সৌন্দর্য বৃদ্ধিতে স্তন একটি প্রধান শর্ত। যে নারীর স্তন সুঠাম ও পুষ্ট হয় সেই নারীর সঙ্গে যৌন মিলনে পুরুষ অধিক আনন্দ লাভ করে। স্তনের মর্দন ও পেষণে নারীর দ্রুত যৌন উত্তেজনা লাভ হয়। সন্তানের জন্ম হওয়ার সঙ্গে সঙ্গেই স্তনে দুধের উৎপাদনে শুরু হয়। এবং স্তন আকারে আরও বর্ধিত হয়।

নারীর স্তনের বৃদ্ধি শুরু হওয়ায় মুখেই নারীর শরীরে আরেকটি বড় পরিবর্তন সূচিত হয়, যাকে ঋতুস্রাব বলে। নারীর 9 থেকে 12 বৎসর বয়সের মধ্যে জরায়ূ থেকে এই রক্তস্রাব শুরু হয় এবং 28 দিন অন্তর অন্তর এই স্রাব নিয়মিত ভাবে চলতে থাকে। এই স্রাব নারীর যৌবন প্রাপ্তির সূচনাকে নির্দেশ করে।

পুরুষের জননতন্ত্র

পুরুষের যৌন জননতন্ত্রের পুরুষাঙ্গ বা লিঙ্গ সর্বাপেক্ষা গুরুত্বপূর্ণ অঙ্গ কারণ অনেকের মতে পুরুষের পুরুষাঙ্গই হল পৌরুষত্বের প্রতীক।

প্রকৃতির কি সুন্দর খেয়াল, আমাদের দেহের প্রতিটি অংশে মাংসের নীচে হাড়ের একটি পরিকাঠামো থাকলেও, পুরুষাঙ্গ বা লিঙ্গে হাড়ের কোন কাঠোমো নেই। লিঙ্গ শুধুমাত্র তিনটি পেশী, কিছু রক্তনালী ও স্নায়ুসুত্র নিয়ে গঠিত এবং সাধারণ অবস্থায় তা সংকুচিত ও শিথিল অবস্থায় থাকে। কিন্তু উত্তেজিত অবস্থায় এই পেশীময় অঙ্গটি লৌহ কঠিন দৃঢ়তা লাভ করে। সহজেই নারীর যোনি ভেদ করতে সক্ষম হয়, তবে এই ব্যাপারে পরে আলোচনা করছি।

পুরুষের জননতন্ত্র লিঙ্গ ছাড়াও আরও কিছু গুরুত্বপূর্ণ অঙ্গ নিয়ে গঠিত। যেমন (1) শুক্রাশয় (Testis), (2) এপিডিডিমিস (Epididymis), (3) শুক্র বাহী নালী (Vas Deferens), (4) সেমিনাল গ্রন্থি (Seminal Vesicle), (5) নিক্ষেপন নালী (Circulatory Duct), (6) প্রস্টেট গ্রন্থি (Prostate Gland) (7) কামরস নিঃসৃত গ্রন্থি (Bulbourethral Glands), (8) মূত্রনালী (Urethra) প্রভৃতি। এই সব অঙ্গের পারস্পরিক সমন্বয় ছাড়া লিঙ্গ একক ভাবে কোন কাজও করতে পারে না।

পুরুষ বীর্যের মূল উপাদান শুক্রাণু, যে গ্রন্থি থেকে উৎপন্ন হয় তার নামই হল শুক্রাশয় বা অন্ডকোষ (Testis)। পুরুষ দেহে অন্ডকোষ দুইটি লিঙ্গের গোড়ার একটি থলি Scrotum এর মধ্যে Spermatic Cord নামক একটি রজ্জুর সাহায্যে ঝুলতে থাকে। এই গ্রন্থি দুইটির আকৃতি অনেকটা ছোট মার্বেলের মতন। লম্বায় 4 cm থেকে 5 cm. চওড়ায় 2.5 cm ও ওজনে 13 gms. পর্যন্ত হয়। গঠনের দিক দিয়ে এই গ্রন্থি দুইটি অসংখ্য সুরু সুতোর মতন প্যাঁচানো নালিকা Seminifrous Tubules ও বিশেষ ধরনের কোষ Interstitial cell নিয়ে গঠিত। কাজের দিক দিয়ে এই Interstitial কোষগুলি থেকে পুরুষ দেহে যৌনলক্ষণসমূহ প্রকাশের জন্যে হরমোন Testosterone নিঃসৃত হয় এবং Seminiferous Tubules মধ্যস্থ জননকোষগুলি থেকে ক্রমশ কোষ বিভাজনের দ্বারা অসংখ্য জননকোষ উৎপন্ন হয়, এবং এই জননকোষগুলি কয়েকটি পর্যায়ের মধ্য দিয়ে শুক্রাণুতে পরিণত হয়। তবে এই জননকোষ বিভাজনের পদ্ধতি দেহকোষ বিভাজন থেকে আলাদা কারণ এই বিভাজনের দ্বারা প্রতিটি জননকোষ

বিভাজিত হয়ে যে কোষগুলি উৎপন্ন করে তার প্রত্যেকটিতে ক্রোমোজোমের সংখ্যা দেহকোষের ক্রোমাজোমের সংখ্যার অর্ধেক হয় অর্থাৎ একজন মানুষের দেহের প্রতিটি কোষে ক্রোমোজোমের সংখ্যা 46 কিন্তু শুক্রাণুর ক্রোমোজোমের সংখ্যা 23। এই 23টি ক্রোমোজোম যুক্ত শুক্রাণু নারীর দেহে একই ভাবে উৎপন্ন 23 টি ক্রোমোজোম যুক্ত ডিম্বাণুর সঙ্গে মিলিত হয়ে ভ্রুণ গঠন করে। যার কোষে ক্রোমোজোম সংখ্যা পুনরায় 23 + 23 = 46 হয়, আর এও বিশেষ ধরনের কোষ বিভাজন পদ্ধতির দ্বারাই প্রত্যেকটি জীবকোষে ক্রোমোজোমের সংখ্যা অপরিবর্তিত থাকে এবং জীবের বংশগতির ধারা একইভাবে প্রবাহিত হয়। শুক্রাশয় থেকে একদিনে 50 থেকে 60 লক্ষ শুক্রাণু উৎপন্ন হতে পারে। এবং শুক্রাণু পরিণতি লাভ করার পর শুক্রাশয়ের উপর প্রান্তে অবস্থিত পনের থেকে কুড়িটি সুক্ষ্ম নালীর সমন্বয়ে গঠিত দুইটি লম্বা প্যাঁচানো নালীর মধ্যে জমা হয়, একে এপিডিডিমিস বলে। এপিডিডিমিস এর মধ্যে শুক্রাণু সাময়িকভাবে জমা থাকে এবং জমা থাকাকালীন অধিক বলশালী ও সন্তরণ ক্ষমতার অধিকারী হয়। এপিডিডিমিসের শেষ প্রান্ত এইবার ক্রমশ শুরু হয়ে শুক্রবাহী নালীর সঙ্গে যুক্ত হয়। শুক্রবাহী নালীর প্রথম অংশটি প্যাঁচানো অবস্থায় থাকে এবং তারপর তা ক্রমশ সোজা হয়ে উপরে উঠে যায় এবং Inguinal Canal এর মধ্যে দিয়ে Pelvic গহবরে প্রবেশ করে। Pelvic গহবরে প্রবেশ করার পর শুক্রনালীটি সেমিনাল ভেসিকল নামক একটি ক্ষুদ্র গ্রন্থি থেকে নির্গত একটি ছোট নালীর সঙ্গে যুক্ত হয় এবং দুইটি নালী এক সঙ্গে নিক্ষেপণ নালী প্রস্তুত করে। সেমিনাল ভেসিকল গ্রন্থিটি মুত্রথলি ও মলাশয়ের মধ্যবর্তী অংশে অবস্থান করে এবং এই গ্রন্থিটির প্রধান কাজই হল শুক্রাশয় থেকে আগত শুক্রাণুর সঙ্গে এক প্রকার তরল পদার্থের মিশ্রণ ঘটানো যার ফলে শুক্রাণু ঐ তরল পদার্থ থেকে তার পুষ্টি গ্রহণ করে বেঁচে থাকতে পারে।

নিক্ষেপণ নালীটি লম্বায় প্রায় 2 cm. লম্বা হয় এবং দুই পাশের দুইটি নিক্ষেপণ নালী এর পর সামনের দিকে প্রস্টেট গ্রন্থির মধ্যবর্তী অংশের মুত্রনালীর সঙ্গে মিলিত হয়।

প্রস্টেট গ্রন্থিটি পেশীময় আবরণ দ্বারা আবৃত একটি ছোট গ্রন্থি বিশেষ। মুত্রনালী শুরু হয়েছে সেই অংশটিকে আবৃত করে রাখে। এই গ্রন্থি থেকে এক প্রকার তরল পদার্থ নিঃসৃত হয়ে শুক্রাণুর সঙ্গে মিশ্রিত হয়ে এবং ধাতু বা Semen গঠনে সহায়তা করে।

পুরুষের ক্ষেত্রে মুত্রনালী মুত্রাশয় থেকে শুরু করে নিচের দিকে নেমে এসে লিঙ্গের অগ্রপ্রান্তে শেষ হয়। তবে মুত্রনালীর দুই পাশে দুইটি মটর দানার মতন ছোট ছোট গ্রন্থি থাকে যারা 3 cm. ছোট নালীর মাধ্যমে মুত্রনালীতে যুক্ত হয়। এই গ্রন্থি দুটি থেকে ক্ষার জাতীয়, একপ্রকার তরল পদার্থ নির্গত হয় যা ধাতু বা বীজের ক্ষারকীয়তা বজায় রাখে।

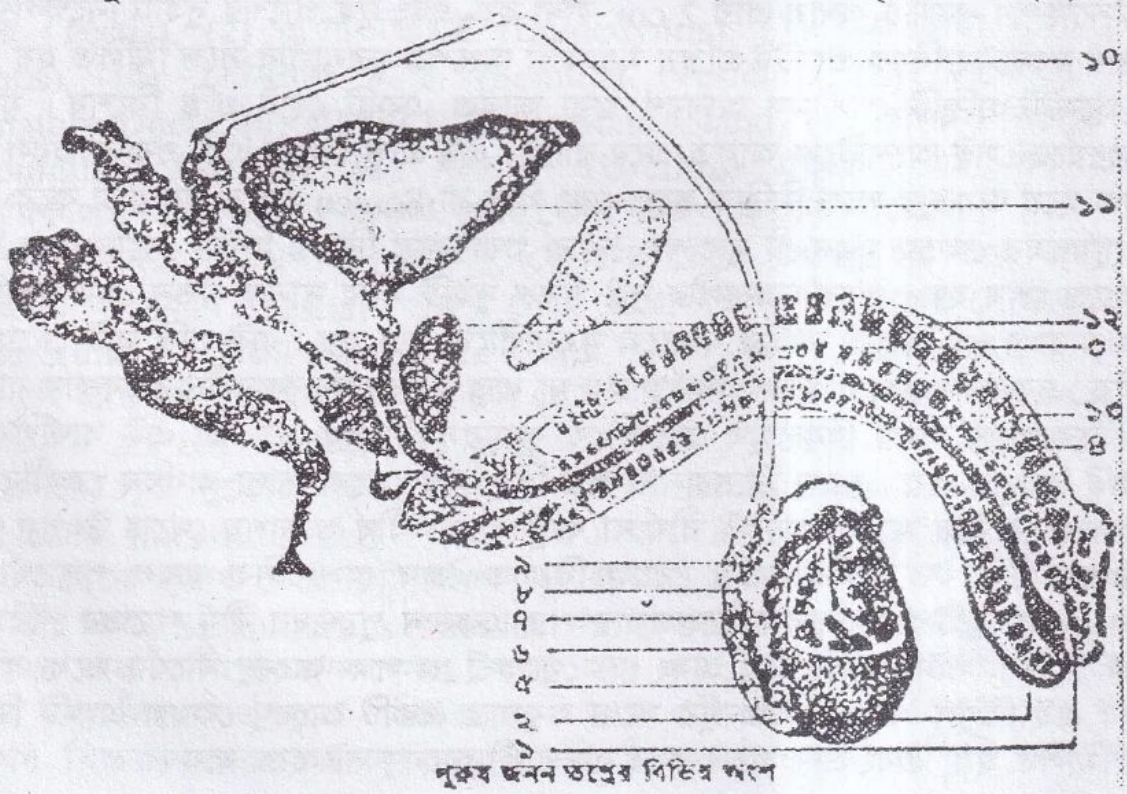
উত্তেজনার সময় লিঙ্গ মুখ থেকে যে কামরস নিঃসৃত হয় তা এই বার্থলিন গ্রন্থি থেকেই নিঃসৃত হয়। চরম উত্তেজনার পর লিঙ্গ মুখ থেকে সাদা অর্ধঘন জেলীর মতন যে পদার্থ বেরিয়ে আসে তাকেই বীর্য বা ধাতু বলে। বীর্য শুক্রাশয় থেকে উৎপন্ন শুক্রাণু ও উপরে উল্লিখিত বিভিন্ন গ্রন্থি থেকে নিঃসৃত জৈব রাসায়নিক তরল পদার্থের এক মিশ্রণ। মোটামুটি ভাবে চরম উত্তেজনার পর একজন পুরুষের বীর্য পাতের পরিমাণ 4 থেকে 7 মিঃ লিটার পর্যন্ত হয় এবং 60 থেকে 120 লক্ষ শুক্রাণু বীর্যের মধ্যে অবস্থান করে। এই বিপুল সংখ্যক শুক্রাণুর মধ্যে শুধুমাত্র একটি শুক্রাণু কেবল একটি ডিম্বাণুর সঙ্গে মিলিত হয়, এবং ভ্রুণ গঠন করে বাদবাকী শুক্রাণু নষ্ট হয়ে যায়।

পুরুষের বন্ধ্যাত্বের ক্ষেত্রে শুক্রাণুর গুরুত্ব সর্বাপেক্ষা বেশি কারণ বীর্যের মধ্যে শুক্রাণুর পরিমাণ 60 লক্ষের কম থাকলে বা অন্ততঃ 20% শুক্রানুর দৈহিক গঠনের যদি ত্রুটি বিশেষ করে মাথার ও লেজের ত্রুটি যদি থাকে এবং শুক্রাণুর সন্তরণ ক্ষমতা যদি না থাকে তবে পুরুষের বন্ধ্যাত্ব হওয়ার সম্ভাবনা বেশি হয়।

এরপর আসা যাক লিঙ্গের গঠনে। আগেই বলা হয়েছে লিঙ্গের গঠন সম্পূর্ণ পেশীময়। তিনটি পেশী পরস্পর উপরে-নিচে লম্বালম্বি ভাবে সজ্জিত হয়ে লিঙ্গের আকৃতি প্রদান করেছে। উপরের দিকে পাশাপাশি অবস্থিত দুইটি পেশীকে কর্পোরা ক্যাভারনোসা (Corpora Cavernosa) এবং তলার দিকে উপরের পেশী দুইটির মধ্যবর্তী অংশে অবস্থান করে কর্পাস স্পনজিওসাস (Corpus Spongiosus)। এই পেশীগুলির বৈশিষ্ট্য হল এদের অসংখ্য ছোট ছোট প্রকোষ্ট লক্ষ্য করা যায়, এবং এই প্রকোষ্টগুলির বিশেষত্ব হল এদের মধ্যে রক্ত সাময়িক ভাবে আবদ্ধ থাকতে পারে। তলার দিকে অবস্থিত কর্পাস স্পনজিওসাস পেশীটি লম্বায় অপেক্ষাকৃত বড় এবং লিঙ্গের গোড়া থেকে লিঙ্গ মুখ বা Glans Penis কে আবৃত করে রাখে এবং এর মধ্য দিয়েই মুত্রনালী প্রবাহিত হয়। উপরের দিকে কর্পোরা ক্যাভারনোসা পেশী দুইটি লিঙ্গমুন্ডের পর থেকে লিঙ্গের গোড়ায় অবস্থিত পিউবিস অস্থিটির সঙ্গে যুক্ত থাকে।

পুরুষ জননতন্ত্রের বিভিন্ন অঙ্গের কাজের সংক্ষিপ্ত বর্ণনা

পুংজনন তন্ত্রের সর্বাপেক্ষা গুরুত্বপূর্ণ অংশ লিঙ্গ বা পুরষাঙ্গ Pelvic-এর নিচে দেহের বাইরে অবস্থান করে। মুত্রথলি থেকে মুত্র পরিবহনে ও যৌন মিলনে যোনিতে বীর্যপাত এই অঙ্গের মাধ্যমে হয়ে থাকে। লিঙ্গের সম্মুখস্থ মাংসল অংশটি লিঙ্গমুন্ড (1) বলা হয়। প্রচুর সংবেদনশীল স্নায়ু সুত্র লিঙ্গমুন্ডে ছড়িয়ে থাকা লিঙ্গের এই অংশটি অত্যন্ত সংবেদনশীল ও স্পর্শকাতর হয় এবং এই অংশটির দ্বারা পুরুষেরা যৌন মিলনে ঘর্ষণজনিত সুখ লাভ করে। সাধারণত লিঙ্গমুন্ডটি চামড়া দ্বারা আবৃত থাকে (2)।



পুরুষ জনন তন্ত্রের বিভিন্ন অংশ

লিঙ্গ প্রধানত স্পঞ্জি কলা (3) দ্বারা গঠিত হয়, যার মধ্যে রক্ত সঞ্চিত থাকতে পারে এই স্পঞ্জি কলার মধ্য দিয়ে মুত্রনালীটি (4) প্রবাহিত হয়। এই নালীর মাধ্যমেই মুত্র ও শুক্রাশয় (5) থেকে উৎপন্ন শুক্রাণু দেহের বাইরে নিক্ষিপ্ত হয়। শুক্রাশয় একটি থলির মধ্যে (6) সুরক্ষিত থাকে। শুক্রাশয় আঁশযুক্ত আবরণী কলা (7) দ্বারা আবৃত থাকে এবং এর মধ্যে একটি প্যাঁচানো নালী সেমিনিফেরাস টিউবিউল (8) অবস্থান করে। এই নালীটির মধ্যে শুক্রাণুর জন্ম হয়। শুক্রাণু পূর্ণতাপ্রাপ্ত হতে 46 দিন সময় নেয় এবং এই পূর্ণতা এপিডিডাডিমিস (9) নামের গ্রন্থিটির মধ্যে সম্পন্ন হয় যৌন সঙ্গমের সময় শুক্রাণু শুক্রনালী (10) পথে অগ্রসর হয় এবং সেমিনাল ভেসিকলের (11) থেকে উৎপন্ন নালীর সঙ্গে মিলিত হয়। সেমিনাল ভেসিকল থেকে সর্বক্ষণ একপ্রকার তরল পদার্থ নিঃসৃত হয় এবং শুক্রাণুর সঙ্গে মিশ্রিত হয় এই তরল পর্দাথের শুক্রাণুর বেঁচে থাকার উপাদান সঞ্চিত থাকে এবং শুক্রাণু এই তরল পদার্থ থেকে তার বেঁচে থাকার উপাদন ও পুষ্টি গ্রহণ করে। এরপর শুক্রনালী প্রষ্টেট গ্রন্থি (12) ও বালবোইউরেথ্রাল (13) গ্রন্থির সঙ্গে মিলিত হয়। এই গ্রন্থিগুলি থেকে নিঃসৃত রস বীর্যের তারল্য বজায় রাখে।

পুরুষাঙ্গ উত্তেজিত হয় কিভাবে

এখন আসা যাক পুরুষের পুরুষাঙ্গ উত্তেজিত হয় কিভাবে সেই আলোচনায়। পুরুষাঙ্গ অত্যন্ত সংবেদনশীল অঙ্গ, এই অঙ্গটির কার্য মূলত কেন্দ্রীয় স্নায়ুতন্ত্রের দ্বারা পরিচালিত হলেও সংজ্ঞাবাহী স্নায়ুসূত্র (Spinal Nerve) ও স্বয়ংক্রিয় স্নায়ু (Autonomic) সূত্রের ভূমিকাও অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ, কারণ এই তিন প্রকার স্নায়ু সূত্রের মাধ্যমেই লিঙ্গের উত্তেজনা সম্পূর্ণভাবে নিয়ন্ত্রিত হয়।

সংজ্ঞাবাহী স্নায়ু (Spinal Nerve) ঃ মূলত Afferent ও Efferent স্নায়ুসূত্র নিয়ে গঠিত। এই স্নায়ুর কাজই হল লিঙ্গের যে কোনও প্রকার ঘর্ষণ ও চাপজনিত উত্তেজনাকে কেন্দ্রীয় স্নায়ুতন্ত্রে পৌছে দেওয়া এবং পুনরায় কেন্দ্রীয় স্নায়ুতন্ত্রের দ্বারা প্রেরিত Impulse স্বয়ংক্রিয় স্নায়ুতে পৌছে দেওয়া।

কেন্দ্রীয় স্নায়ুতন্ত্র (Central Nervous System) ঃ মস্তিষ্ক ও স্পাইন্যাল কর্ড নিয়ে গঠিত। এই স্নায়ুতন্ত্রের প্রধান কাজ হল সংজ্ঞাবাহী স্নায়ু দ্বারা প্রেরিত উত্তেজনাকে লিঙ্গে প্রেরণ করা হবে কি হবে না তা স্থির করা। কিংবা সরাসরি লিঙ্গকে উত্তেজিত করা, বা উত্তেজনা রহিত করা।

স্বয়ংক্রিয় স্নায়ুযন্ত্র (Autonomic Nervous System) ঃ মূলত Para-Sympathetic (প্যারাসিম্প্যাথিক) ও সিম্প্যাথেটিক (Sympathetic) স্নায়ু নিয়ে গঠিত এবং এই স্নায়ুসূত্রের কাজই হল কেন্দ্রীয় স্নায়ুতন্ত্র দ্বারা প্রেরিত উদ্দীপনার তীব্রতা অনুসারে লিঙ্গের রক্তবাহী নালী ও পেশীসমূহকে সঙ্কুচিত ও প্রসারিত করা। Para-Sympathetic-এর কাজ হল রক্তনালী ও পেশীকে প্রসারিত করা- Sympathetic এর কাজ হল সঙ্কোচন।

পুরুষের পুরুষাঙ্গ প্রধানত দুই রকমভাবে উত্তেজিত হতে পারে (1) প্রত্যক্ষ ভাবে লিঙ্গকে ঘর্ষণের মাধ্যমে। যেমন লিঙ্গকে হাতের সাহায্যে মর্দন ও ঘর্ষণ করা হলে লিঙ্গ সহজেই দৃঢ়তা লাভ করে।

(2) পরোক্ষভাবে- অর্থাৎ বিভিন্ন উদ্দীপকের প্রভাবে। যেমন নারীর শরীরের গন্ধ, স্পর্শ, দর্শন ও যৌন চিন্তার মাধ্যমে কেন্দ্রীয় স্নায়ুতন্ত্রকে উদ্দীপিত করে, লিঙ্গকে উত্তেজিত করা যায়।

পুরুষাঙ্গের অগ্রভাগ সর্বাপেক্ষা সংবেদনশীল ও স্নায়ুপ্রধান। চাপ ও ঘর্ষণেই এই অঞ্চলের স্নায়ু উত্তেজিত হয়ে পড়ে এবং এই উত্তেজনা Afferent সংজ্ঞাবাহী স্নায়ু সূত্রের মাধ্যমে স্বয়ংক্রিয় স্নায়ুতে প্রেরণ করে এবং এই (স্বয়ক্রিয় স্নায়ু) স্নায়ুকে উদ্দীপিত করে। স্বয়ংক্রিয় স্নায়ুর **Para-Sympathetic** স্নায়ু প্রথমে উদ্দীপিত হয় এবং যার প্রভাবে লিঙ্গের কর্পাস ক্যাভারনোসাস পেশী মধ্যস্থ প্রকোষ্ঠগুলি ও লিঙ্গে রক্ত সরবরাহকারী ধমনীগুলির গহবর প্রসারিত ও প্রশস্ত হয়ে পড়ে এর ফলে লিঙ্গের রক্তনালীগুলিতে রক্তের প্রবাহ বৃদ্ধি পায় এবং প্রকোষ্ঠগুলির মধ্যে প্রচুর রক্ত জমা হতে থাকে। এর ফলে বেলুনকে ফু দিলে বেলুন যেমন ক্রমশ ফুলতে থাকে লিঙ্গও তেমনি ক্রমশ আকারে বাড়তে থাকে এবং দৃঢ়তা প্রাপ্ত হয়। এই সময় শিরা, উপশিরা, যাদের মাধ্যমে লিঙ্গ থেকে দূষিত রক্ত বাহিত হয় সেই শিরার মধ্যস্থ কপাটিকা গুলিও বন্ধ হয়ে যায়। ফলে রক্ত শিরার মাধ্যমে লিঙ্গ থেকে বেরিয়ে যেতে পারে না।

এরপর রতিক্রিয়ার সময় নারীর যোনি মধ্যে পুরুষাঙ্গের সঞ্চালন যত বৃদ্ধি পায় ঘর্ষণের মাত্রাও তত বৃদ্ধি পেতে থাকে এবং Secondary স্নায়ুতন্ত্রের মাধ্যমে Para-Sympathetic স্নায়ু ক্রমশ উত্তেজিত হয়। এইভাবে কিছুক্ষণ চলার পর স্নায়বিক উত্তেজনা এমন অবস্থায় (চরম অবস্থায়) পৌঁছায় সেখানে পুরুষাঙ্গের আকার আর প্রসারিত হতে পারে না। অর্থাৎ Para-Sympathetic স্নায়ু তার ক্ষমতার শেষ সীমায় পৌঁছে যায় এবং ঠিক এই সময়েই Sympathetic স্নায়ু দ্রুত কার্যকরী হয়ে ওঠে। Sympathetic স্নায়ুর প্রভাবে লিঙ্গের পেশী, রক্তনালী ও তলপেটের বিভিন্ন পেশী সমূহ দ্রুত সঙ্কুচিত হতে থাকে, যার ফলে এপিডিডিমিস এ জমে থাকা শুক্রাণু শুক্রবাহী নালী ও মুত্রনালীর মাধ্যমে লিঙ্গের মুখ থেকে ছিটকে বেরিয়ে আসে। এই সময় একই সঙ্গে মূত্রথলির কপাটিকা বন্ধ হয়ে যায় ফলে বীর্যপাতের সময় মূত্র নিঃসরণ বন্ধ থাকে। Sympathetic Nerve এর প্রভাবে লিঙ্গের পেশীসমুহের সংকোচন 20 থেকে 25 সেকেন্ড পর্যন্ত স্থায়ী এবং 5 থেকে ৭ বার ক্রমিক সংকোচনের মাধ্যমে 5 ml পরিমাণ বীর্য দেহের বাইরে বেরিয়ে আসে। এবং প্রায় সঙ্গে সঙ্গেই পেশী সংকোচনের ফলে বিভিন্ন প্রকোষ্ঠে জমে থাকা রক্ত শিরা-উপশিরার মাধ্যমে লিঙ্গ থেকে বাইরে বেরিয়ে যায় ও লিঙ্গ ক্রমশ শিথিল হয়ে পড়ে।

লিঙ্গে কোন রূপ ঘর্ষণ ছাড়াই লিঙ্গ যখন পরোক্ষ ভাবে উত্তেজিত হয় তখন লিঙ্গের Sensory স্নায়ুর বিশেষ কোন কাজ থাকে না। পুরো ব্যাপারটা কেন্দ্রীয় স্নায়ুতন্ত্রের দ্বারাই পরিচালিত হয়। যেমন স্বপ্নদোষের ক্ষেত্রে বীর্যপাতের মূল কারণই হলো মানসিক যৌন বিষয়ক স্বপ্ন।

তবে একজন পুরুষ প্রত্যক্ষ বা পরোক্ষ যে ভাবেই উত্তেজনা লাভ করুক না কেন, দেখা গেছে মানসিক ভাবে উত্তেজনা লাভ বেশিক্ষণ স্থায়িত্ব লাভ করে না, দীর্ঘস্থায়ী উত্তেজনা লাভের জন্য লিঙ্গে প্রত্যক্ষ ঘর্ষণজনিত উত্তেজনার বিশেষ প্রয়োজন। আবার বিপরীতভাবে একজন পুরুষ মানসিকভাবে যদি পূর্ণ সুস্থ না থাকে অর্থাৎ কোনও দুশ্চিন্তা, ভয়ভীতি তার মনকে যদি ভারাক্রান্ত করে রাখে তা হলে লিঙ্গ ঘর্ষণ ও মর্দন-