

અનુક્રમણિકા

પાનું નં.

પ્રસ્તાવના

૧	બાળક કેવી રીતે સર્જાય છે - પાયાની સમજણ	૧
૨	તમને વંધ્યત્વની સમસ્યા છે ? ચિંતા કરવાનો આરંભ ક્યારે કરવો-	૧૬
૩	શી તકલીફ છે એની શોધ-મૂળ વૈધકીય તપાસ	૨૩
૪	પુરૂષની તપાસ : વીર્યનું પૃથક્કરણ	૨૭
૫	વીર્ય-પરીક્ષણ કર્યા પછી	૩૩
૬	પુરૂષના વંધ્યત્વની ચિકિત્સા અને સારવાર- વધુ ગૂંચવણ !	૪૦
૭	શુક્રાણુઓનો નીચી કોટિનો આંક ધરાવતા પુરૂષનો દાખલો	૫૪
૮	અલ્ટ્રાસાઉન્ડ - ધ્વનિ સાથે જોવું	૫૮
૯	લેપરોસ્કોપી	૬૪
૧૦	હિસ્ટરોસ્કોપી	૭૨
૧૧	વાહિનીઓનો સંબંધ	૭૬
૧૨	અંડમોચન - નિયમિત અને અનિયમિત	૮૭
૧૩	અંડાશયનો પોલિસિસ્ટીક રોગ	૯૮
૧૪	ગર્ભાશય-ગ્રીવાના સંદર્ભમાં	૧૦૦
૧૫	ચેહરા અને શરીર ઉપર ઉગતા વધારાના વાળ	૧૦૬
૧૬	એન્ડોમિટ્રિઓસીસ - એક મૂક આક્રમક	૧૧૦
૧૭	એક્ટોપિક સગર્ભાવસ્થા	૧૧૬
૧૮	સ્પષ્ટીકરણ ન કરી શકાય એવું વંધ્યત્વ	૧૨૧
૧૯	દુર્યમ દરજ્જાનું વંધ્યત્વ- પ્રજોત્પાદન યોગ્ય અને વંધ્ય દુનિયાની વચ્ચે સપડાવું.	૧૨૫
૨૦	રિક્ત હસ્ત - કસુવાવડનો એક માત્ર માનસિક આઘાત	૧૨૮
૨૧	તમારી દવાઓની સમજણ	૧૩૯
૨૨	પતિના શુક્રાણુ દ્વારા કૃત્રિમ વીર્યસેચન (ગર્ભાધાન)	૧૫૨

૨૩ ટેસ્ટ ટ્યુબ બાળકો- આય.વી.એફ. ને જી.આય.એફ.ટી.	૧૫૮
૨૪ દાનીના શુક્રાણુનો ઉપયોગ	૧૮૭
૨૫ અવેજીમાં માતા બનવું	૧૯૫
૨૬ બસ, હવે બહુ થયું - હવે તો સારવારના પૂર્ણવિરામનો નિર્ણય	૧૯૯
૨૭ દત્તક સંતાન-તમારી પસંદગી	૨૦૩
૨૮ બાળક-મુક્ત જીવન-જીંદગી સંતાન-વિહોણી	૨૧૦
૨૯ વંધ્યત્વને લીધે સર્જતી લાગણીઓની દુર્દશા	૨૧૫
૩૦ વંધ્યત્વનો સમજણપૂર્વકનો સામનો કેવી રીતે કરવો	૨૨૧
૩૧ વંધ્યત્વ અને સંભોગ	૨૩૧
૩૨ આધારવૃંદ -આત્મનિર્ભરતા ઉત્તમ સહાયતા	૨૩૮
૩૩ વંધ્યત્વ અંગેની માન્યતાઓ અને ગેરસમજણો	૨૪૨
૩૪ મદદની હૂંફ - મિત્રો અને સગાંવહાલાં શી રીતે મદદ કરી શકે ?	૨૪૭
૩૫ સારવાર અંગે નિર્ણયો લેવા	૨૫૦
૩૬ વૈદકીય જૂથમાં તમારી ભૂમિકા	૨૫૭
૩૭ નૈતિક સિદ્ધાંત-સારથ્યાં કે ખોટા	૨૬૪
૩૮ સારવારનો ખર્ચ કેટલો થશે ?	૨૬૬
૩૯ અંતે સગર્ભા !	૨૬૯
૪૦ વંધ્યત્વ અટકાવવું	૨૭૭
૪૧ વંધ્ય દરદીની પ્રાર્થના અને વંધ્યત્વની પરિભાષા શબ્દસૂચિ	૨૮૨ ૨૮૫

પ્રસ્તાવના

વંદ્યત્વમાંથી - વાંઝિયાપણામાંથી મુકિત મેળવવાનો ભગીરથ પ્રયાસ એટલે જાણે કે કોઈ વિકટ ગૂંચવણભરેલી જટિલ જાળમાંથી પોતાની જાતને મુક્ત કરવાનો દાડણા અનુભવ તમારી સામે શું છે એ તમે સ્પષ્ટપણે જોઈ જ ન શકો અને તેથી તમારે જે જોઈએ એ મેળવવાનો રસ્તો પણ પામી ન શકો. એક ને એક રસ્તાપર તમે વારંવાર ભટક્યા જ કરો, અંતે ખોવાઈ જાઓ અને સંપૂર્ણત : ગૂંચવાઈ જાઓ. તમને એવો અનુભવ થાય કે તમે સાવ એકલા-અટૂલા પડી ગયા છો અને તમને રસ્તો બતાવવાવાળું કોઈ નથી.

વંદ્યત્વને (વાંઝિયાપણાને) સંબંધિત ઘણી બધી સમસ્યાઓ છે પણ ઉકેલ ઘણાં ઓછા છે. કયા ડૉક્ટરો નિષ્ણાત છે ? કઈ સારવાર અતિશય અસરકારક છે ? કયા વિકલ્પોની પસંદગી કરી શકાય- જેથી વાંઝિયાપણામાંથી મુકિતનો માર્ગ મેળવી શકાય?

પ્રસ્તુત પુસ્તકની વિષય સૂચિ એવી રીતે પસંદ કરવામાં આવી છે જેથી વંદ્ય દંપતિની સમક્ષ સમગ્રપણે વંદ્યત્વના અનુભવોનું વ્યાપક ચિત્રણ રજૂ થાય અને સાથે સાથે તેઓ વંદ્યત્વની વિકટ મૂંઝવણમાંથી મુક્ત થવાનો માર્ગ શક્ય તેટલી અસરકારક રીતે સાધ્ય કરી શકે. તમારે તમારી જાતે જ તમારો માર્ગ શોધી કાઢવાનો છે અને એ માટે આ પુસ્તક માર્ગદર્શક બની તમારી મદદ કરશે.

વંદ્યત્વની સમસ્યા પુરુષ અને સ્ત્રી બન્ને ઉપર સમાન અસર કરે છે. એ ભય, બેચેની, ગુસ્સો, અપરાધ, દુઃખ અને અંતે આશાને જન્મ આપે છે. આ એક એવી સમસ્યા છે જે તમારી ભાવનાઓની દુનિયાના ઊંડાણ સુધી પહોંચી જાય છે અને તમારા અંગત સંબંધો પર આક્રમણ કરે છે. વંદ્યત્વ તમારી સમગ્ર શક્તિ અને ધ્યાન ઝૂંટવી શકે છે. વંદ્યત્વને કારણે સર્જાયેલો આ ગૂંચવાડો તમારી પાસે સમય, ધન તથા સંપૂર્ણ બાંધારીની જબરદસ્ત માગણી કરે છે. એ કદાચ તમારી જિંદગીની કાયમ માટેની ઘેલછા પણ બની શકે.

તમારી વંદ્યત્વની સમસ્યાનો સામનો કરવાની પ્રવૃત્તિ ખૂબ જ કાળજી માગી લે છે, એ માટે વિપુલ સમય અને પરિશ્રમની આવશ્યકતા છે. આ પુસ્તક તમને સાબિત કરી આપશે કે વંદ્યત્વ એ અતિ મુશ્કેલ પરિસ્થિતિ છે પણ સાથે સાથે વંદ્યત્વની સમસ્યાને ઉકેલવાના રસ્તા પણ બતાવશે.

પ્રસ્તુત પુસ્તક એક અતિશય મહત્વનો સંદેશો તમારા સુધી પહોંચાડવા માગે છે તેએ છે. કે તમારે તમારી વૈધકીય સારવાર દરમ્યાન સક્રીય ફાળો આપવો, અતિશય જરૂરી છે. તમે તમારી વૈધકીય સંકુલના એક મહત્વના સભ્ય છો. તમે જેટલું વધારે જાણશો-સમજશો તેટલું તમારા જીવન ઉપર પ્રત્યક્ષપણે અસર કરતા નિર્ણયો અંગેની વિચારણામાં ભાગ લઈ શકશો. વંદ્યત્વ લાચારીની લાગણીને જન્મ આપી શકે છે કારણ કે તમે જ્યારે ઈચ્છો છો ત્યારે સંતાન પ્રાપ્ત કરી શકતા નથી. માટે જ આવી પરિસ્થિતિ ઉપર કાબુ મેળવવાનો એક જ માર્ગ છે અને તે એ કે સંપૂર્ણ જાણકારી સાથે વંદ્યત્વની સમસ્યાનો ઉકેલ લાવવા માટે સક્રીયપણે જાતે ભાગ લેવો.

તમારું પોતાનું સંપૂર્ણત : જાણકાર હોવાનું શા માટે મહત્વનું છે ? દુર્ભાગ્યવશ જાણકારી ન હોવાને કારણે ઘણા ખરા વંદ્ય દંપતિને કડ્ડા દુઃખદાયી અનુભવો ભોગવવા

