.....पान नं. ११ वरून)

गुडबाय-गर्भाशय

लोकांना कशाला त्याच्यामध्ये गुंतवायचं, या अमेरिकन विचारसरणीप्रमाणे मी कोणाला येऊ नका, येऊ नका, असा आग्रह करत होते. परंतु एकदा डीॲन्डसी करून बाहेर आल्यावर मला कळलं की प्रत्येक गोष्ट वापरली गेली होती, ती मला केमिस्टच्या दुकानातनं आणणं जरूरीची होती. हा अनुभव मला नवीन होता. कारण अमेरिकेमध्ये जेव्हा तुम्ही हॉस्पिटलमध्ये जाता तेव्हा ते तुम्हाला सगळंच जिथल्या तिथे देतात आणि मग त्याची किंमत तुम्हाला बिलामध्ये लावतात. इथे मला कुठल्यातरी माणसाला धावाधाव करून वस्तू आणायला लागतील ह्याची कल्पनाच नव्हती. तेव्हा ती माझी मावस बहीण स्वत:हून आली ते एका दृष्टीने बरंच झालं. परत एक मे म्हणजे सुट्टीचा दिवस, तर त्या दिवशी सगळी दुकानंसुध्दा उघडी नव्हती. तर रोग्याला असं जर कुठल्या नर्सिंग होम किंवा हॉस्पिटलमध्ये जाऊन स्वत:च्या औषधांची आणि इतर गोष्टींची पुरवणी करावी लागत असेल तर ते किती त्रासाचं होत असेल याची कल्पना मला आयुष्यात पहिल्यांदा आली.

मी प्रतिभाला म्हटलं, "बरं झालं, बाई तू आलीस. कारण या बद्दल मी कधी विचारच केला नसता. तुला माहितीच आहे की आपल्याला अमेरिकेत कधी या गोष्टींना तोंडच द्यावं लागत नाही ते."

नर्सिंग होमने मला माझी 'हिस्ट्रोस्कोपीची' कॉपी दाखवली. ती बघितल्यावर माझ्या लक्षात आलं की माझ्या मैत्रिणीचा (मीनलचा) चेहरा एवढा का पडला होता तो. माझ्या ओव्हरीज (बीजकोष) या फार सुकून गेल्या होत्या हे मला कळलं. परंतु गर्भाशयाचा आतला स्तर हा मात्र 'अजूनही यौवनात मी' असा

कर्करोग असेल तर गर्भाशय काढायलाच पाहिजे हेही मला समजलंच होतं. म्हणून मी आधीच त्या विषयावर आजूबाजूच्या ओळखीच्या बायकांशी वगैरे बोलायला सुरुवात केली होती. माझ्या समजण्यात त्या वेळेच्या संभाषणातून आलं की कोणाची तरी मुलगी कोणाची तरी सून किंवा ती स्वतःच बाई, प्रत्येकजणीचं हे ऑपरेशन झालेलं होतं.

लुसलुशीत. जणु काही त्याला माझं वय ५६ वर्षे होऊन गेलंय याची जाणीवच नव्हती. तर डॉ. मीनल आणि तिच्या डॉक्टरांनी (डॉ. सरोजनी देसाई) मला सांगितलं, काही झालं तरी गर्भाशय काढून टाकावा लागणार आहे. असं आम्हाला दिसतं आहे' आणि बायोप्सिचे नमुने घेऊन मीनल स्वत:हून फडक्यांच्या प्रयोगशाळेत (लॅब) गेली. त्या चाचणींचा निर्णय यायला सहा-सात दिवस सहज गेले. स्वत:ची कामं स्वत: करावी हा माझा खाक्या असल्यामुळे मी फडक्यांच्या लॅबमध्ये जाऊन निर्णय आणायला जाणार होते तर डॉ. मीनलने मला थांबवलं आणि ती स्वत:हून गेली. मग माझ्या लक्षात आलं की रिपोर्टमध्ये कर्करोगाबाबत निदान असेल तर आपल्या जीवाभावाच्या मैत्रिणीला मानसिक धक्का बसू नये ह्या प्रयत्नात ती होती आणि त्या चाचणीच्या निर्णयातून कर्करोग नाही हे कळल्यावर डॉ. मीनलला इतका आनंद झाला की तिने सेल फोनवरनं मला फोन केला की सगळं व्यवस्थित आहे आणि ती धावतपळत मला भेटायला आली. आमच्या दोघींच्या डोक्यावरचं ओझं उतरलं होतं. मी तसा ताबडतोब प्रतिभालाही फोन केला की, कर्करोग नाही आहे. सगळं व्यवस्थित दिसतंय. माझ्या गर्भाशयातील स्तराला Simple Endometrial Hyperplasia होता.

डायबीटीसच्या डॉ. वैशाली नाईक या ३४ वर्षाची तरुण मुलगी बघितल्यावरच आवडली, आणि तिने मला इन्सुलिनवर तर ठेवलंच पण ठणकावून सांगितलं, "ताबडतोब हे पथ्य पाळायला सुरुवात करा." आणि तिने मला माझ्या हातात पथ्य दिलं. एप्रिलच्या शेवटच्या आठवड्यामध्ये म्हणजे आंब्यांचा सुळसुळाट. त्यामुळे आंबे खायला मिळणार नाही या कल्पनेनंच मला इतकं प्रचंड दु:ख झालं तर हसून डॉ. वैशाली म्हणाली, "अहो, असं काय करता, आता आयुष्यभर इतकी वर्षे खाल्लंत ना छान छान गोष्टी तर आता थोडे वर्षे नाही खाल्लं तर काय जातंय हो तुमचं." तर ते वाक्य मला इतकं पटलं, की अगदी बरोबर बोलली. आणि मी ताबडतोब त्या पथ्याला पकडून बसले ते अजूनपर्यंत सोडलेलं नाही. चार दिवसात साखरेची पातळी तर खाली आलीच. परंतु या बॉलीवुडच्या लोकांमध्ये बरोबर बसून-बसून कमावलेलं शरीरही एकदम घटायला लागलं.

माझी मैत्रीण डॉ. मीनल म्हणाली "अगं, निरंजना, तुझा कॅन्सर निघाला नाही याच्यामुळे माझा जीव भांड्यात पडला गं, माझ्या प्रार्थनेला उत्तर मिळालं. परंतु एक गोष्ट मनातली सांगू का? तू थांबू नकोस तू गर्भाशय काढून टाक".

कर्करोग असेल तर गर्भाशय काढायलाच पाहिजे हेही मला समजलंच होतं. म्हणून मी आधीच त्या विषयावर आजूबाजूच्या ओळखीच्या बायकांशी वगैरे बोलायला सुरुवात केली होती. माझ्या

समजण्यात त्या वेळेच्या संभाषणातून आलं की कोणाची तरी मुलगी कोणाची तरी सून किंवा ती स्वत:च बाई, प्रत्येकजणीचं हे ऑपरेशन झालेलं होतं. कोणी मला सांगत होतं की पोटाला उभं चिरलं, कोणी सांगितलं आडवं चिरलं, किती टाके पडले, किती महिने झोपावं लागलं, किती त्रास झाला. कोणाचा कांद्याएवढा ट्यूमर निघाला, कोणाचा नारळाएवढा निघाला अशी वेगळीवेगळी वर्णन मी ऐकत राहिली आणि मला आश्चर्य वाटलं की अरे, किती बायका या ऑपरेशनातून गेलेल्या आहेत. म्हणजे ही नियमितच होणारी शस्त्रक्रिया आहे आणि याच्यात नावीन्य काहीच नाही. त्यामुळे गर्भाशय काढणं म्हणजे फार कठीण, अवघड शस्त्रक्रिया नसावी. परंतु अंगातला एक अवयवच काढून टाकत असल्यामुळे बायकांना त्याचा त्रास खूपच होत असावा. पण मनातून शस्त्रक्रिया टळली तर बरंच असं वाटत होतं. तर मीनल, फडक्याच्या लॅबमधनं जेव्हा मला भेटायला आली हिस्टेरेक्टमी करून घे असा आग्रह करू लागली.

मी म्हटलं, "का गं ? कॅन्सर तर नाही आहे. तर उगाचच शस्त्रक्रियेच्या भानगडीत कशाला पडायचं गं ?"

"बरं बरं तुला एवढं वाटतय ना मी अमेरिकेत जाईन ना तेव्हा मी त्याचा विचार करीन."

तर ती म्हणाली, "हा, तर तू अमिरेकेत जुलैला जाणार आहेस ना तर ठीक आहे नाहीतर तर उगाच फार वेळ लावू नकोस कारण जितकी तू थांबशील तितकी ही गोष्ट वाईट आहे. माझं तू ऐक आणि हा विचार अगदी गंभीरपणे कर."

कॅन्सर नाही आहे ही आनंदाची बातमी सांगायला मी लगेच साताऱ्याला डॉ. चित्रा दाभोळकरांला फोन केला. डॉ. चित्राचंही म्हणणं पडलं की मी ही शस्त्रक्रिया करावी आणि डायबीटीसची डॉ.वैशाली नाईकही तेच म्हणाली. मग मी माझा मामेभाऊ डॉ. दीपक देसाईला (राजकमलचे सुप्रसिध्द साऊंड रेकॉर्डीस्ट मंगेश देसाई यांचा मुलगा) रिपोर्टस घेऊन भेटायला गेले. डॉ. दीपक माझा सख्खा मामेभाऊ जरी असला तरी डॉक्टर म्हणून त्याच्या ज्ञानाबद्दल व त्याच्या शस्त्रक्रियेतल्या कौशल्याबद्दल मला अतिशय आदर आहे. त्यामुळे त्याचं म्हणणं काय ते समजण्याची मला अतिशय उत्सुकता होती. तर तो म्हणाला, "निरंजनाताई , कॅन्सर नाही आहे ही गोष्ट फार चांगली आहे आणि आपल्या शरीरातील एका अवयवाची कारण नसतांना उगाचच कापाकापी करू नये, हे तुझं म्हणणं ही मला पटतंय, तर तसा शस्त्रक्रिया न करण्याचा जर निर्णय तू घेत असशील, तर तो चालेल परंतु एका अटीवर. दर तीन महिन्यानी तुला या बाबतीत पूर्णपणे तपासणी केली पाहिजे."

जुलै महिन्यामध्ये माझी बहीण सुट्टीवर जाणार होती. त्यामुळे आईच्या जवळपास आपण असावं या विचाराने मी एक महिना अमेरिकेत परत चालले होते. यावेळेला विमानप्रवासात काहीही त्रास झाला नाही. वजन भरपूर उतरल्यामुळे डाव्या हातात येणाऱ्या सरसर पळणाऱ्या मुंग्याही थांबल्या होत्या. चालण्याचा व्यायाम आणि हाताचे काही ठराविक व्यायाम सुरू केल्यामुळे स्पॉन्डिलायटसचा जो सुरूवातीचा त्रास होणार होता तो केव्हाच थांबून गेला होता आणि साखरेची पातळी पूर्णपणे खाली आल्यामुळे इन्सुलिन जरी बंद झालेलं होत, तरी डॉ.वैशाली नाईकांना वाटलं की अमेरिकेत परत पथ्य पाळलं जाईल की नाही म्हणून ग्लायकोमेटच्या गोळ्या घेत राहा असा त्यांनी मला सल्ला दिला होता. बरं आता गेले दोन महिने ज्या त्रासातंन मी जात होते. त्याची कल्पना मी आई-बहिणीला किंवा बाकीच्या नातेवाईकांना कोणाला दिलीच नव्हती. कारण अमेरिकेत राहणाऱ्या माझ्या आईचं वय आहे अठ्ठयाएंशी आणि या वयात, भारतात आपल्या मुलीच्या प्रकृतीला काय झालं या विचाराने तिच्या डोक्यात आणखीन एक काळजी मला निर्माण करायची नव्हती.

आईच्या घरी एकदा पोहचल्यावर अशाच गप्पाच्या ओघात सहजपणे, मग मी माझ्या आईला काय चाललं होतं ते सर्व व्यवस्थित सांगितलं. माझ्या बहिणीचा नवरा, हाही एक उत्तम डॉक्टर असल्यामुळे मला सिनसिनॅटीचे बरेच डॉक्टर चांगल्या ओळखीचे आहेत त्यातल्या काहींशी बोलता बोलता सहजपणे हा विषय निघाला, आणि त्यातल्या एका भारतीय महिला डॉक्टर लीला द्विवेदीने मला लगेच सांगितलं, "निलू मला तुला काय सांगायचं आहे ते नीट ऐक भारतीय स्त्रियांना अंगावर दुखणं काढण्याची फार वाईट सवय असते आणि त्या लाजून आपल्याला किती दिवस काय त्रास होत आहे, हे खूप लोकांना सांगतच नाही आणि मग शेवटी त्याचे त्रास वाढत जातात. कितीतरी वर्षे अंगावर रक्तस्राव होत असताना सुद्धा त्या ते सांगतंच नाही. त्या दुखणं अंगावरच काढत राहतात. तसं तू केलं नाहीस हे फार चांगलं केलंस. हा जो Simple Endometrial Hyperplasia आहे. त्याच्यामध्ये जरी कर्करोग नसला तरी तू या गोष्टीकडे दोन वर्षे दुर्लक्ष केलं असतंस तर तुला कर्करोग झाला असता असं मला खात्रीने वाटतेय. तर तू वेळेवर तपासणी करायला गेलीस ही फार उत्तम गोष्ट केलीस. आणि तुला जर ही

शस्त्रक्रिया करायची नसेल तर मात्र आग्रहाचं असं म्हणणं आहे की दर तीन महिन्यानी तुला बायाप्सी केलीच पाहिजे आणि ती तपासणी करायला कधीही चुकू नकोस."

तशी मी उत्तरले, "बापरे! यावेळच्या बायाप्सीच्या वेळेला मला किती त्रास झाला माहीत आहे? पंधरा दिवस मला झोपून राहावं लागलं इतकी माझी पाठ दुखली आणि माझ्या अंगातनं इतकं रक्ताचं पाणी निघत राहिलं की माझे कपडे सतत भिजायला लागले, असं दर तीन महिन्यांनी पंधरा पंधरा दिवस मी कुठून काढू? मला त्यावेळेला फार त्रास झाला."

त्यावर डॉ. लीला म्हणाली "तर तू मग एकदाच ऑपरेशन कर, गर्भाशयच सगळा पूर्णपणे काढून टाक." आईचंही म्हणणं तेच पडलं. मग मला प्रश्न पडला की हे आता ऑपरेशन करायचं, ते कुठल्या देशात करायचं? कामासाठी भारतात तीन महिने जायची गरज होतीच, म्हणजे अमेरिकेत मला ऑपरेशन करून बरं व्हायला तेवढा वेळ नव्हता. ही शस्त्रक्रिया केल्यानंतर बाईला जवळजवळ दोन महिने तरी काळजी घ्यावी लागतेच हेही मी इतर बायकांकडून ऐकलं होतं. तसा वेळ भारतात माझ्या हातात होताच, शिवाय अमेरिकेत सगळी कामे स्वत:ची स्वत: करायला लागतात आणि तरच कोणावर तरी मदतीसाठी अवलंबून राहावं लागलंच असतं. पण भारतात माझं पथ्य सांभाळून छान जेवण करून आणून देणाऱ्या कुसूमताई सावंत तर होत्याच आणि शिवाय घरातले काम अतिशय प्रेमाने व भक्तीने करून जाणारी संगीता साळवे पण होतीच. शेजारच्या प्रभाताई नायक व मंजुताई रेगे जातीने लक्ष देणार होत्याच. त्यामुळे मला भारतात माझ्यावर जर शस्त्रक्रिया केली तर मला मदतीला इतर कोणालाच बोलवायची गरज नव्हती. या विचाराने मी माझ्या आईला पटवून दिलं की मी भारतात शस्त्रक्रिया करणार.

जेव्हा मी निर्णय घेतला की मी भारतात जाऊन शस्त्रक्रिया करणार. तेव्हा अमेरिकेतील ओळखीपाळखीच्या लोकांचा आणि नातेवाईकांचा एकच प्रश्न पडला, आणि त्याचा सारांश असा होता हा निर्णय काही आम्हाला बरोबर वाटत नाही. भारतातली शस्त्रक्रिया करणारा कोण तरी चांगला डॉक्टर मिळण्याची शक्यता आहे का? शस्त्रक्रिया केल्यानंतर तुझी व्यवस्थित कोणताही 'इन्फेक्शन' होणार नाही याची काळजी कोण घेणार? अजून भारतात स्वच्छता कुठेही नसते. आणि असल्या भानगडीत तू पडतेस कशाला?" अशा हजारो शंका व कुशंका सुरू झाल्या. एकांनी तर मला सांगितले की तो सहा महिन्यांपूर्वी भारतात आला होता आणि त्याला काही कारणासाठी रक्त व लघवीची तपासणी करून घ्यायची होती म्हणून तो मुंबईतल्या आलिशान भागातील अतिशय सुप्रसिध्द पंचतारांकित हॉस्पिटलमध्ये गेला. तिथे तो फॉर्म भरायला बसला होता. दुसऱ्या कोणी रोग्याने त्याची लघवी एका बाटलीत भरून आणली होती. ती बाटली तो काऊंटरवर ठेवण्यासाठी गेला तर त्याचाच धक्का लागून ती बाटली काऊंटरवर पडली, आणि त्याची लघवी सगळीकडे घरंगळू लागली. तर त्या काऊंटरवरल्या रिसेप्शनिस्टने उठून पटकन टॉवेल आणला आणि ती लघवी तिथल्या तिथे पुसून तिने तो टॉवेल तिथेच काऊंटरवर टाकला आणि ती बाटली तशीच टाकून ती दुसरीकडे कुठे निघून गेली. हे दृश्य बघून, माझ्या नातेवाईकाला इतका भयानक धक्का बसला. तो म्हणाला या रोग्याला कुठचा रोग आहे हेही माहीत नाही आणि इतकी निष्काळजीपणाने गोष्ट होऊ शकते येथे, तर ती माझी काळजी कशी घेणार? तर निलू तू तिथे जाऊन शस्त्रक्रिया करून घ्यायचं म्हणतेस, आणि सगळ्या बायकांची होते तिथे असे म्हणतेस, पण तू कुठल्या हॉस्पिटलमध्ये करणार? मी तर सगळ्यात उत्तम हॉस्पिटलमध्ये ही परिस्थिती पाहिली तर कोण तुझी अशी काळजी घेईल?

ते सर्व ऐकल्यावर मी हसायलाच लागले आणि म्हटले, की "अरे भारतीय लोक तुमच्यावर NRI म्हणून चिडतात. त्यात काही चूक वाटत नाही. अरे जगातलेच काय पण नुसते अमेरिकेतलेच बघ सध्या जे डॉक्टर्स आहेत, आणि ज्यांनी ज्यांनी शोध लावलेत त्यातले बहुसंख्य बहुतेककरून भारतीयच आहेत, आणि तिथली माणसं जगतायतंच ना. एक गोष्ट खरी आहे. शस्त्रक्रिया करणारे उत्तम डॉक्टर जरी भेटले तरी त्या शस्त्रक्रिया केल्यानंतरची जी काळजी घ्यावी लागते ती पूर्णपणे घेतली जात नाही. असं खूप वेळा दिसून येतंय हे मी बघितलंय. भारतातील डॉक्टरांना बरंच काही येतं अशा मताची तर मी आहेच. त्याचं ज्ञान बरंच चांगल्या दर्जाचं आहे या मताची तर मी आहेच परंतु नंतरची काळजी व्यवस्थित घेतली जात नसेल तर ती करुन घेण्यात आपण जातीनं लक्ष घातलं तर ती होऊ शकते अशा मताची मी आहे".

ते सगळं समजावत असतांना आईच्या मनाने उचल खाल्ली आणि म्हणाली, "नको बाबा निलू तू काय त्या भारतात जाऊन ऑपरेशन करु नकोस तुला काय झालं तर कोण लक्ष देणार?"

तर तिला मी म्हटलं, "माई तू उगीच काळजी करु नकोस गं. मी आपल्या डॉ. दीपक देसाई ज्या हॉस्पिटलमध्ये काम करतो ना, खारमधल्या अहिंसा मार्गावरील महावीर म्हणून, तिथे मी बहुतेक जाईन, तिथली स्वच्छता व जरा जातीनं लक्ष देऊन केलं तर ते चांगलं हॉस्पिटल आहे आणि डॉ.दीपक तिथे स्वत: असल्यामुळे

तो मला चांगले डॉक्टर सुचवेल आणि आपलं सगळं व्यवस्थित करेल.” ताबडतोब मी प्रतिभाला ई-मेल पाठवते की मला एक चांगला डॉक्टर शोधून ठेव. डॉ. दीपकचं नाव ऐकल्याबरोबर आई परत एकदम कबूल झाली.

मग मी डॉ. लीलांना फोन लावला आणि विचारलं की आता वेगवेगळ्या पद्धतीने ही शस्त्रक्रिया होते तर मी कुठल्या पध्दतीची शस्त्रक्रिया करुन घेऊ तशी ती म्हणाली, “आता माझं आयुष्य याच देशात गेल्यामुळे भारतातल्या डॉक्टरांना नवीन टेक्नॉलॉजीमध्ये किती कौशल्य आहे हे मला माहीत नाही आहे. त्यामुळे तू जुन्या पद्धतीने करून घेतलीस तर त्यामध्ये खात्री नक्कीच आहे.”

तर मी विचारलं, “मी वजायनामधून लॅप्रोस्कोपीच्या मदतीने कुठेही न कापता गर्भाशय काढला जातो (LAVH) Laproscopy Assisted Vaginal Hysterectomy ती केली तर काय होईल?” तर डॉ. लीला म्हणाली, “जिला मुलंबाळ कधीच झाली नाहीत आणि मग ती थोडा वेळ एक क्षण थांबली, तिने मला अमेरिकन पध्दतीने रोखठोक प्रश्न विचारला “की तू एकटी असल्यामुळे तुला कोणी जोडीदार आहे का?” माझं नकारार्थी आलेलं उत्तर पाहून ती म्हणाली, मग तुझ्या वजायनातून (योनीतून) गर्भाशय काढण्याचा प्रयत्न केला तर खूपच कॉम्प्लिकेशन्स होतील कारण ज्या स्त्रियांना मुलं झालेली असतात आणि त्या वैवाहिक सुखात असतात त्यांची वजायना संकुचित व लहान राहिलेली नसते. तर त्या स्त्रियांनी ही सर्जरी केली तर त्यांच्यावर कापाकापी करण्याची काहीही गरज पडत नाही. तर तुझ्या बाबतीत तुला या शस्त्रक्रियेचा भयंकर त्रास होईल आणि अशा पद्धतीची शस्त्रक्रिया तू करू नयेस असा माझा सल्ला आहे. तर ते म्हणणं माझ्या आईला ही पटलं. तेव्हा आम्ही एकच विचार केला की, मी भारतात गेल्यावर पूर्वापार चालत आलेल्या पोटाला आडवा छेद देऊन ते कापून त्यातून गर्भाशय ओव्हरीज त्याच्या ज्या सालपीन्गो नळ्या असतात, ते काढून टाकतात.

एवढ्यात डॉक्टर आले. त्याच्यासाठी सर्व पेशंट्स आतुरतेने वाट पाहत होते, तर मी त्यांना फक्त पाच मिनिटांसाठीचं भेटले आणि मी त्यांना विचारलं की, तुम्ही लॅप्रोस्कोपी म्हणजे जी वजायनामधील लॅप्रोस्कोपीच्या मदतीने जी हिस्टेरेक्टॉमी असते ती करायची नाही. तर तुम्ही कशा पद्धतीची शस्त्रक्रिया करता? याबद्दल माहिती सांगू शकाल का? खूप वेळा माणसं डॉक्टरांकडे जातात.

पण काय माहिती विचारायची हे त्यांना माहिती नसते.

ते गर्भाशय ओव्हरीज (बीजकोश) नळ्या सर्व पूर्णपणे काढून टाकायचे ठरवले आणि मी तशी प्रतिभाला व मीनलला ई-मेलही केल्या. भारतात आल्याबरोबर डॉ. मीनल नेहमीप्रमाणे मला घरी नेण्यासाठी विमानतळावर हजर होती. मीनल मला लगेच म्हणाली की, “मी हा फार चांगला निर्णय घेतलेला आहे.” तिच्या डोक्यावरचं ओझं उतरलं होतं. डॉ.वैशाली नाईक तर म्हणाली, “काय हो, मी लहान मुलगी म्हणून तुम्ही माझं ऐकत नव्हता का हो?” म्हणजे एकंदरीत मी निर्णय घेतला आहे याचा माझ्या सर्व डॉक्टरांना आनंद झाल्याचा दिसला.

प्रतिभाने लगेच फोन केला आणि ती म्हणाली “अगं, निलु तू डॉ. राकेश सिन्हा यांच नाव ऐकलयंस का?”

मी म्हटलं, “ नाही गं ”.

तर ती म्हणाली, “अगं हा फार प्रसिध्द डॉक्टर आहे आणि त्याला अगदी जागतिक पातळीवरनं खूप पुरस्कार मिळाले आहेत.तर त्यांनी खार मध्ये बायकांसाठी खास सेंटर बनवले आहे, तर तिथे जाऊन आपण बघायचं का? आणि हो महत्वाची गोष्ट सांगायचीच राहिली, हा राकेश आहे ना, तो आपल्या दीपकचा मित्र. ते दोघेजण सहा वर्षाचे असल्यापासून जिवाभावाचे मित्र आहेत. त्यामुळे मी राकेशला लहानपणापासून आपल्या घरी खेळायला आलेला बघितलेला आहे. तर तू एकतर दीपकलाच ताबडतोब फोन कर आणि राकेशबद्दल विचार.”

नंतर डॉ. दीपक म्हणाला, “अगं, राकेश माझा जानी दोस्त आहेच; पण तू म्हणालीस की तू जुन्या पद्धतीने पोट कापून गर्भाशय काढण्याची शस्त्रक्रिया करणार आहेस आणि राकेश तर नवीन पद्धतींनी लॅप्रोस्कोपीनी काम करणारा डॉक्टर आणि तुला तर त्या मार्गाने जायचं नाही आहे असं तू म्हणालीस तरी मला असं वाटतं की तू त्याला उद्या जाऊन भेटावसं. मी त्याला आत्ताच फोन लावतो तू प्रत्यक्षात जाऊन त्यांच वूमन सेंटर बघून आलीस पाहिजे.”

तेव्हा दीपकने मला त्याचा फोन नंबर वगैरे सगळी माहिती दिली. मी ताबडतोब डॉ. राकेश सिन्हांना दुसऱ्या दिवशी चार वाजता भेटायची अपाईंटमेंट घेतली. पाऊस पडत होता. पावसाळ्यामुळे रस्त्यावरून चिक्कार खड्डे खळगे झाले होते. ते

चुकवत चुकवत धक्के खात खात रिक्षातून मी बऱ्याच चक्रा मारल्यावर खार जिमखान्याच्या पाठीमागच्या बाजूंनी सोळा क्रॉस रोडच्या ठिकाणी मला सिन्हांचं 'वूमन सेंटर' मिळालं. त्याच्यावर नाव होते BEAMS (Bombay Endoscopy Academy & Centre Minimally Invasive Surgery Laser Centre For Women) लेझर बीम ह्या शब्दांची आठवण येऊन त्यांच्या कल्पकतेबाबत कौतुक वाटलं. झुंजुमुंजु पाऊस पडत होता. गेटच्या आत समोरचं लाल रंगाचे व हिरव्या रंगाचे प्लॅस्टिकचे लांबलचक गालिचे घातलेले दिसले. आवारात शिरता-शिरताच एक सुरेख बुद्धाचा पुतळा आणि त्याच्या बाजूने खळखळणारा छोटा धबधबा, सगळीकडे सुंदर सुंदर हिरवीगार झाडं, फुलं आणि त्यातल्या प्रत्येक झाडाझुडपाजवळ एकेक कोरीव सुंदर मूर्ती पाहून मनाला प्रसन्न आल्हाद तर वाटलाच परंतु संभ्रमही वाटला की आपण बाली इंडोनेशियातील म्युझियममध्ये आहोत का, हॉस्पिटलमध्ये आहोत त्यामुळे हॉस्पिटलच्या आवारात फिरत असतानाच मनाला इतकं शांत आणि सुंदर वाटत होतं की म्हटलं या लोकांनी इथेच अर्धी जिंकला. जर इथे येणाऱ्या प्रत्येक रोग्याला असं आल्हाददायक वाटत असेल तर. पुढचे अनुभव बरेच चांगले आले. त्यामुळे सकारात्मक विचारांचा हा पहिला ठसा होता. आत प्रवेश केल्याबरोबर ऑफिसच्या दरवाज्यावर नाव दिसलं. ऑप्टीमिझम आणि रिसेप्शनिस्टने मला नम्रपणे सांगितलं की, डॉ. राकेश सिन्हांना तातडीने ऑपरेशन करायला लागल्याने त्यांना उशीर होणार आहे. तर मी म्हटलं, "जरुर", कारण की तोपर्यंत "मला तुमच्या खोल्या तुमची जागा कुणीतरी दाखवेल का? "हॉस्पिटलमध्ये जरी भली मोठी लिफ्ट असली तरीही मी जिन्यावरनं चालत जायचं ठरवलं कारण, जिन्यावर किती धूळ जमलेली असते, आणि किती स्वच्छता नसते ह्याच्यावरनं मला तिथल्या स्वच्छतेची कल्पना येणार होती. जिन्यावरची प्रत्येक पायरी स्वच्छ आणि चकचकीत अशी जरी नजरेला आली. ज्या खोल्या मला दवाखान्यात आल्या त्या जरी मला स्वच्छ दिसल्या तरी पहिलं पदार्पण मी त्यांच्या बाथरुममध्ये केलं. प्रत्येक बाथरुम सुकी, कोरडी, स्वच्छ, कुठेही पावसाळ्यात जमणारी बुरशी पण मला नजरेला आली नाही. मला प्रत्येक खोलीवरचं नावही मनाला प्रोत्साहन देणारं. खोल्यांवर नंबरांऐवजी फोकस, सिम्पथी, परसिस्टन्स अशी उत्साहवर्धक नावं. जेव्हा मी गच्चीवर पोहोचले तर गणपतीची सुंदर मूर्ती नजरेला आली. साईबाबा, महावीर जैन बुद्ध, दुर्गा वगैरे सुंदर कोरीव अशी प्रत्येक मूर्ती, कोरफडाची झाड, जास्वंदाची मोठामोठी फूलं, हिरवीगार पानांनी बहरलेली झाडं, बसायला सुरेख जागा, रोग्यांना बघायला तेथे एक टी. व्ही. सुध्दा ठेवलेला, आणि सगळ्यात उत्तम म्हणजे तेथे छपरावर गच्ची होती तेथे सुंदर गणपतीचे देऊळ. हे सगळं बघून मी खाली आले, म्हटलं या इथे ह्या जागेला काही वेगळं वातावरण आहे. प्रसन्न वाटतयं, येथे मनाला शांतता वाटते, या मूर्तीतून कला लक्षात येते. काही झाडामध्ये काही खोटी झाडेही होती; पण ती विशोभित दिसत नव्हती. सगळीकडे एक प्रकारचा स्वच्छ ताजेपणा होता. प्रत्येक काम करणाऱ्यांना त्यांच्या त्यांच्या कामाप्रमाणे गणवेश दिले होते. त्यामुळे निळे, हिरवे, लाल रंगाचे गणवेश छान शोभून दिसत होते. प्रत्येकांच्या वागणूकीत एक प्रकारचा आदर आणि नम्रता होती. काही बायका तर चक्क गणवेशाच्या रंगात नऊवारी पातळ नेसून वावरत होत्या. खाली येऊन डॉक्टराची वाट बघत बसल्याबरोबर खाली येऊन एका कर्मचाऱ्यांने मला विचारलं, "बाई तुम्ही डॉक्टरांची वाट बघत बसला आहात, तर तुम्हाला मी कॉफी किंवा चहा देऊ का?" अर्थात चहा, कॉफी सुध्दा मी काही न घेत नसल्यामुळे मी तेथेच बसून त्यांची पुस्तके चाळायची ठरवलं आणि त्या पुस्तकांच्या संग्रहावरुन हे दिसून आलं की, डॉ. राकेश सिन्हांचे आवडीचे विषय पण फार उच्च दर्जाचे दिसत होते. एवढ्यात डॉक्टर आले. त्याच्यासाठी सर्व पेशंट्स आतुरतेने वाट पाहत होते, तर मी त्यांना फक्त पाच मिनिटांसाठीचं भेटले आणि मी त्यांना विचारलं की, तुम्ही लॅप्रोस्कोपी म्हणजे जी वजायनामधील लॅप्रोस्कोपीच्या मदतीने जी हिस्टेरेक्टॉमी असते ती करायची नाही. तर तुम्ही कशा पद्धतीची शस्त्रक्रिया करता? याबद्दल माहिती सांगू शकाल का? **खूप वेळा माणसं डॉक्टरांकडे जातात.**

पण काय माहिती विचारायची हे त्यांना माहिती नसते. ती चूक मला करायची नव्हती. तर ते म्हणाले,"मी त्या पध्दतीची शस्त्रक्रिया करतच नाही." आणि त्यांनी, आपलं विझिटींग कार्ड माझ्यासमोर केलं. कार्डावर मला त्यांची एक पदवी यु. के. मधून आहे आणि एक डिप्लोमा जर्मनी मधून आहे हे लक्षात आलं. तस डॉ. सिन्हा म्हणाले, "तुम्हाला आणखी माहिती हवी असेल तर तुम्ही www.beamsindia.Com या वेब साईटवर जा आणि ती माहिती तुम्हाला मिळेल. परंतु मला जी तुमची माहिती हवी आहे त्यासाठी मला तुमचे सगळे रिपोर्टस बघायची गरज आहे, तर ते सगळे रिपोर्टस घेऊन तुम्ही उद्या या, तेव्हा आपण सगळं अगदी सविस्तरपणे बोलू." तर मी म्हटलं , "तसं जरी आपण बोलायचं म्हटलं, तरी त्या आधी मला एक महत्त्वाचा प्रश्न

विचारायचा आहे की, तुमच्या या शस्त्रक्रियेला किती पैसे पडतात, आणि ती देण्याची पद्धत काय असते?" डॉ. उत्तरले, माझ्या ऑफिसमधले लोक तुम्हाला एक चार्ट दाखवतील, तुमची केस ज्या पद्धतीची आहे, आणि तुम्ही ज्या पद्धतीची खोली निवडाल त्याच्यावर एक पॅकेज नंबर असतो त्याच्यामध्ये सगळा खर्च धरला जातो तर ती मुलगी तुम्हाला सांगेल शस्त्रक्रिया, औषधांचा , जेवणाखाण्याचा, राहण्याचा सर्व खर्च धरुन सर्व पैसे एकत्रित धरलेले असतात. तुम्ही ज्या पध्दतीने खोली ठरवाल त्यावर अवलंबून, डिलक्स रुम अेक्झिक्युटिव्ह रुम हवी त्याप्रमाणे तो खर्च बदलत जाईल आणि ती मुलगी ते तुम्हाला चार्टप्रमाणे समजावून सांगेल. माझी आवडीची पद्धत म्हणजे एका चेकने पूर्णपणे पैसे द्यायचे." हे मी ऐकलं आणि मला मनातनं खूप बरं वाटलं. ह्याच्या आधी मला काही डॉक्टर भेटले होते ते म्हणाले की, आम्हाला पैसे कॅशने तेच द्या. आणि त्याची रिसिटही मिळणार नाही. मी माझ्या सबंध आयुष्यात कधीही कुणाला लाच दिलेली नाही, की घेतलेली नाही. आणि त्याच नियमावर हा हिंदी चित्रपट, कोणालाही पैसे न चारता, कोणाचेही पैसे न घेता, काळा पैसा तर मुळीच नाही असा हा चित्रपट पूर्ण केला. हे वाक्य ऐकणं मला फार गरजेचं होतं. दुसऱ्या दिवशी मी सगळे रिपोर्टस एका फाईलमध्ये क्रमशः लावून व्यवस्थित घेऊन गेले व ते डॉक्टर सिन्हांना दाखविले. आणि लगेच ताबडतोब ऑपरेशनची तारीख मागितली.

मी, डॉ. सिन्हांना म्हणाले, "डॉ. सिन्हा, तुम्ही ज्यापद्धतीने हॉस्पिटल ठेवलंय त्या पद्धतीने माणसं कामं करत आहेत, हे तर मला आवडलं होतचं. तुमची अेन्डोस्कोपीतंच मधील जर्मनीतील पदवी बघितल्यानंतर मनाला समाधान वाटलं कारण तशी शस्त्रक्रिया करण्याची जी उपकरणं आहेत, ती जगात सर्वोत्तम बनवणारा एकच देश आहे आणि तो म्हणजे 'जर्मनी' तुमच्या रिसेप्शनिस्टकडून कळलं की, तुमच्या वर्षाला जवळजवळ एक हजार शस्त्रक्रिया होतात म्हणजे तुमचा अनुभव दांडगा आहे हे ही मला कळलं. परंतु तुमच्याकडे येण्याचा निर्णय मी एका वाक्यावरच केला. जेव्हा तुम्ही म्हणालात की, मी तुमचे पैसे चेकने घेईन आणि मी तुम्हाला व्यवस्थित रिसीट देईन. हे जर वाक्य तुम्ही बोलला नसतात, तर एखादवेळी इथे सर्व उत्तम असतांनादेखील मी इथे पुन्हा पाऊल ठेवलं नसतं."

त्यावर डॉक्टर सिन्हा म्हणाले, "मी आणि डॉ. दीपक आम्ही सचोटीच्या मार्गाने आयुष्यात चालायचं असं ठरवलं आहे. त्यामुळे त्याच कौतुक करुन प्रोत्साहन देणारं तुमच्यासारखं कोण भेटलं की कामाला आणखीन हुरुप येतो."

ताबडतोब आम्ही १३ ऑगस्ट २००३ ला शस्त्रक्रिया करायचं ठरवलं. डॉ. सिन्हांनी मला सांगितलं, 'तुमच्या पोटावर चार छिद्र पाडली जातील आणि त्या छिद्रातनं शस्त्रक्रिया केल्यामुळे तुम्हाला फक्त आतमधून चार आणि बाहेरुन चार असे टाके पडतील.' आणि त्यांनी मला थोडक्यात ही शस्त्रक्रिया समजावून सांगितली. पुढे डॉक्टर म्हणाले, "तुम्हाला त्याच्यासाठी दोन दिवस आधी पूर्णपणे लिक्वीड डाएटवर राहवं लागेल म्हणजे चहा, कॉफी, ऑरेंज, ज्युस वगैरे असे चालू शकेल."

मी म्हटलं, 'तसं मी तर चहा, कॉफी घेतच नाही. साखर वाढल्यामुळे ऑरेंज ज्यूस वगैरे पूर्णपणे बंद केलंय. तर तुमचं पथ्य माझ्याकडून कसं पूर्ण होईल?'

तर ते म्हणाले,"जर भरपूर ताक प्यायलात आणि सूप प्यायलात तर चालेल."

"पण डॉक्टर त्यामुळे मला एक गोष्ट आठवलीयं की, डॉक्टर अमेरिकेहून आल्यापासून मी माझी साखर तपासली नाही, तर ती मला तपासून घेतली पाहिजे, का?" मी.

तर ते म्हणाले, "शस्त्रक्रिया होण्याआधी जर एक दिवस तुम्ही इथे आलात तर मी तुमची सकाळपासून साखर तर सतत तपासून घेईनच पण तुमचं पथ्य व्यवस्थित सांभाळू. शस्त्रक्रियाच्या आधी साखर नक्कीच खाली आलीय याची खात्री करुन घेईन. त्यामुळे बारा तारखेला हॉस्पिटलमध्ये या." मी घरी जायला बाहेर पडले तर मला पायऱ्यांजवळ एक थोडेसे वयस्कर गृहस्थ उभे असलेले दिसले. छान, प्रसन्न चेहरा, पांढरे शुभ्र केस, चमकदार पांढऱ्या शुभ्र केसांचे छान राजस्थानी पद्धतीचे कल्ले. म्हटलं, हा छान माणूस कालही येथे हॉस्पीटलमध्ये फार जातीनं लक्ष घालून काम करतांना पाहिला कोण आहे बघावं.

मी म्हणाले, "तुम्हाला मी काल पण इथे पाहिलं. तर तुम्ही येथे काय करता हे विचारलं तर चालेल का?"

ते प्रसन्नपणे हसले, आणि म्हणाले, "हा डॉक्टर माझा मुलगा आहे." सिनीयर सिन्हाशी ओळख झाल्यामुळे प्रसन्न वाटलं.

मी म्हणाले, "मी डॉक्टर दीपक देसाई याची सख्खी आतेबहिण आहे." त्यामुळे आमची एकदम जवळची ओळख तर निघालीच. लगेच त्यांनी एका मुलाला त्याच्या ऑफिसमध्ये पाठवलं आणि एक छोटीशी सुंदर गणपतीची मूर्ती माझ्या हातात दिली आणि म्हणाले, "आता तू अगदी शांतचित्ताने घरी जा. आता तुझी शस्त्रक्रिया फार व्यवस्थितपणाने होईल." ह्या वागणुकीने मला तर मजाच वाटली कारण असा अनुभव मला अमेरिकेत तर आलाच नसता. एकतर मला जागाही

आल्हादकारक वाटली, मला कर्मचाऱ्यांच वागणं चांगलं वाटलं आणि डॉक्टर सिन्हांनी सचोटीची वृत्ती नजरेला आली. त्यांनी मला ऑपरेशनबद्दलही व्यवस्थित सांगितलं आणि अतिशय स्वच्छ आणि सुंदर अशी होती. मी प्रसन्नचित्ताने बाहेर निघत असतांना डॉक्टरांच्या वडिलांनी आशीर्वाद म्हणून हातात एक गणपतीची मूर्ती ही दिली. किती छान अनुभव!

बारा तारखेला मला हॉस्पिटलमध्ये जायचं होतं तर मला तेथे नेण्यासाठी माझा लहानपणीचा मित्र किरण गोरे फार आग्रहाने त्याची गाडी घेऊन आलाचं. मी हॉस्पिटलमध्ये फॉर्म भरायला सुरुवात केली. कर्मचारिका म्हणाली, "ह्यांची पण सही हवी."

मी म्हटलं, "ह्यांची सही कशाला?" हा अनुभव मला परत नवीन आला कारण अमेरिकेत स्वत:च्या सह्या सगळ्या तुम्ही स्वत: करता, इमर्जन्सी जर कदाचित आली तर त्यावेळी असावं म्हणून दुसऱ्या कोणाचं नाव आणि फोन नंबर देता. कोणीतरी पोचवायला आलेल्या माणसाची सही कधी मागितली जात नाही.

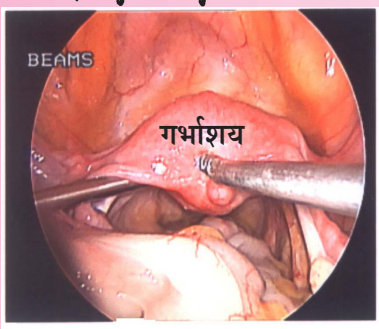
तर कारण मला म्हणाला, "अगं इथे घरातल्या दुसऱ्या कुणाची तरी सही असते. इथ तुझ्यासारखं एकटं येणारं कुणी नसतं. तर मी तुझा गार्डीयन म्हणून आता सही करतो." आणि या बाबतीतली खूप मजा वाटल्यामुळे माझ्या आईला वर्णन करण्याची ई-मेल करायला तो विसरला नाही.फडक्यांच्या लॅबमधल्या प्रतिनिधींनी माझं रक्त तपासायला दिवसातनं दोन-तीन वेळा नेले. शिवाय ग्लुकोमिटर आणून नर्स माझी दर दोन तासांनी साखर तपासत होतीच. मधुमेहाच्या तपासणीचे डॉक्टरही मला भेटून गेले आणि समाधानाची गोष्ट म्हणजे माझी साखर इतकी प्रमाणात होती; की, सगळ्यांनी मला सांगितलं की तीन महिन्यापूर्वी जी साखर वर गेली होती ती नक्कीच ताणतणावामुळे गेली होती आणि तुम्हाला खरा मधुमेह नाही. त्यामुळे शस्त्रक्रिया करण्याअगोदर औषधे इन्सुलीन देऊन साखर योग्य पातळीवर आणावी लागेल ही भीती वाटत होती, ती पार निघून गेली. माझ्या रक्तवाहीन्या बारीक व आतमध्ये खोल असल्यामुळे रक्त काढणाऱ्यांना त्या मिळणं फारच अशक्य असते. अमेरिकेत तर माझ्या हाताला अक्षरश: काळे-निळे डाग पडायचे. तर तीही मला भीती असायची. या हॉस्पिटलमध्ये ॲनेस्थेशिया देणाऱ्या डॉक्टरकडूनसुद्धा कुठंही दुखलं नाही, खुपलं नाही. डॉक्टर मंजु सिन्हांनी सहजपणे रक्तवाहिन्या शोधून काढल्या व सहजपणे मला नकळत रक्त काढण्याचही काम केलं, मला ॲनेस्थेशिया देण्याच काम सुलभ केलं आणि हे सगळं बघून मला लोक० २ांच्या कौशल्याचं मनातून जरा समाधान वाटलं. काही तासांनी मी शुध्दीवर आल्यावर त्यांनी मला माझ्या रुम मध्ये परत आणलं. मला स्ट्रेचरवरनं उचलणाऱ्या सर्व मुलीच होत्या. त्यामुळे माझ्या लक्षात आलं की, हॉस्पिटलमध्ये पुरुष कर्मचारी ठेवलेलेच नाहीत. एका दृष्टीनं ते मला बरं वाटलं कारण बायका आपआपली काम चांगली करतात.हे नक्कीच.

खोलीमध्ये मी आल्यावर त्यांना विचारलं, "माझा जो गर्भाशय तुम्ही काढलात तो तुम्ही मला दाखवाल का?" तर त्या म्हणाल्या, "थोड्या वेळाने आणते." नंतर थोड्यावेळाने झिपलॉक अशी एक प्लॅस्टिक बॅग असते. त्यामध्ये माझा गर्भाशय नळ्या आणि बीजकोष सकट मला दाखवण्यास आणला. त्याच्याकडे बघतांना माझ्या मनात बऱ्याच भावना उंचबळून आल्या. ज्याच्यामुळे मला आयुष्यभर इतका रक्तस्राव व त्रास होत होता, तो अवयव तर बिचारा माझ्या हाताच्या मुठी इतकाच होता.

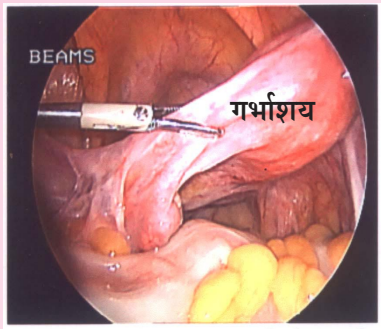
बाईच्या शरीरात एक लहानशी पेशी तग धरुन राहते. नंतर मनुष्य देह निर्माण होऊन, नऊ महिन्यानी स्वत:ची अस्मिता, अहंकार घेऊन जगात पदार्पण करते. मग सर्व जगात युध्द-शांती, झोपडी-महाल, त्याग-लोभ, सच्चेपणा-खोटेपणा वगैरे विविध अंगाने धुमाकुळ घालते. सर्वाचा उगम ह्या छोट्याशा पिशवीत! विश्वात अधांतरी, स्वत:भोवतीच गोल गोल फिरणाऱ्या ह्या धरतीमातेवरील खंरखुरं एकच सत्य असेल, ते म्हणजे आईच नातं! मला स्वत:ला आयुष्यभर ठामपणे वाटत आलं की ह्या जगात लाखोंनी मुलं निर्माण झालेली आहेत, त्यांना मदतीला कोणीच नाही. ह्या जगातील विनाकारण फुगत चाललेल्या लोकसंख्येत आणखीन एका जीवाची भर घालायची नाही म्हणून ठाम निर्णय मी तरुणपणीच घेतला होता. परंतु माझ्या जगभर केलेल्या भ्रमंतीमध्ये बरीच मुलं भेटत गेली की त्यांना मी वरचेवर प्रेमाचा, आगत्याचा व मदतीचा हात देऊ शकले. त्यामुळे 'खऱ्या अर्थाने आईने होता ही मी 'मातृत्व' पूर्ण अर्थाने आयुष्यभर उपभोगते आहे. खूपच समाधान! आता तो माझ्या शरीरातील निकामी अवयव त्या प्लॅस्टिकच्या पिशवीतून शांतपणे खुणावत होता. एक क्षण मी गहीवरले व दुसऱ्या क्षणी अलिप्तपणाने मनी उद्गारले,

गुडबाय! गुडबाय गर्भाशय !!

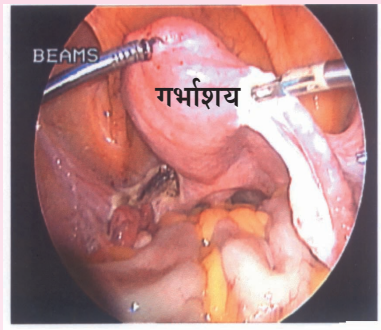
ती गर्भाशयाची पिशवी बहुतेक फडक्यांच्या लॅबमध्ये पाठविण्यात आली. कारण कुठचाही अवयव बाहेर काढला तर त्याची कर्करोग आहे की नाही हे तपासून बघण्यासाठी पूर्णपणे चाचणी केली जाते. दुसऱ्या दिवशी उठल्याबरोबर माझ्यामध्ये हुरुप होता की, मी स्वत:च्या स्वत: आंघोळ करायला जाऊ शकते, हिंडु-फिरु ही लागले. जुन्या पध्दतीने मी शस्त्रक्रिया केली असती तर हे शक्य



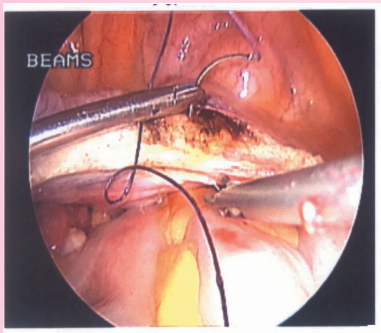
गर्भाशय, ओव्हरीज



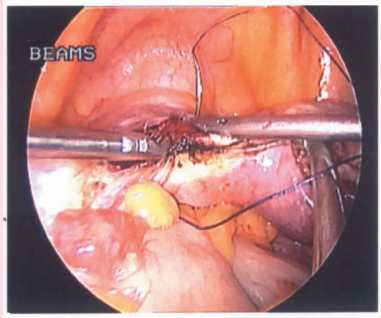
डावीकडल्या पेशी कापून गर्भाशय मोकळा करताना.



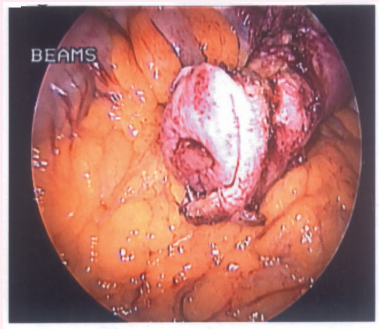
उजवीकडल्या पेशी कापून गर्भाशय मोकळा करताना.



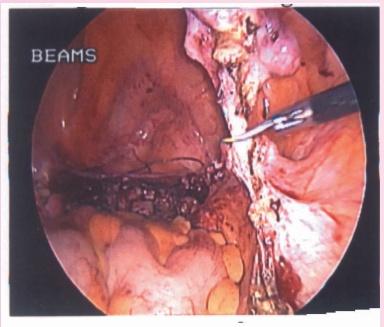
उजवीकडील रक्तवाहिन्या बंद करताना



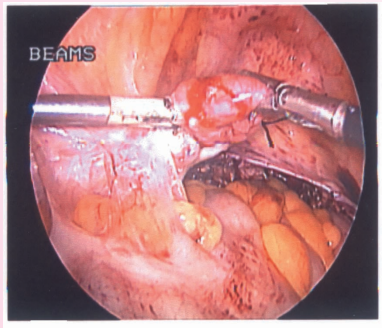
ड़ावीकडील रक्तवाहिन्या बंद करताना



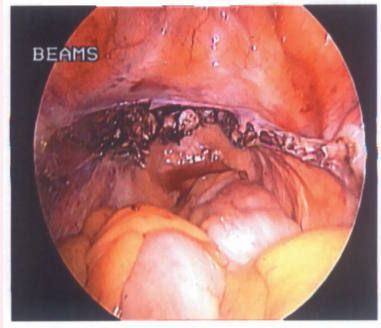
गर्भाशय व त्याचे तोंड



उजवीकडील ओव्हरीज् आणि गर्भाशय बाहेर काढताना.



डावीकडील ओव्हरीज् आणि गर्भाशय बाहेर काढताना.



गर्भाशय काढल्यानंतर पोटातील मोकळी जागा

झालेच नसते. त्यामुळे माझ्या लक्षात आलं की मला बर व्हायला फारसा वेळ लागणार नाही आहे.

दुसऱ्या दिवशी दुपारी डॉक्टरांची एक असिस्टंट मला एक C.D. द्यायला आली आणि ती म्हणाली, तुमची जी शस्त्रक्रिया केलेली आहे, ती पूर्णपणे या C.D. मध्ये चित्रित केली आहे. तुम्ही ती घरी जाऊन आरामात बघु शकता. परंतु तुम्हाला जर ती आताच पाहायची असेल, तर मी तुम्हाला तीचं वरच्या थिएटरमध्ये दाखवू शकते. मग तिच सगळं काम संपल्यावर मी व माझ्या दोन मावस बहिणी विद्या धारेश्वर व प्रतिभा ठाकूर या दोघींना वर घेऊन मी ती कॅसेट बघायला गेले. आणि कॅसेट बघताना, माझ्याच देहाकडे मी बघते आहे हे मी विसरुनच गेले. आम्ही जे जे बघत होतो. त्याचं पूर्णपणे वर्णन ती असिस्टंट करीत होती. एका छिद्रातून नळी आत घातली गेली होती. त्यातनं आतला दृश्य टी.व्ही.मॉनिटरवर दिसत होतं. त्याच्यावरनं ते डॉक्टर शस्त्रक्रिया करत होते. दुसऱ्या छिद्रातून एक उपकरणं आतमध्ये घातलं होतं आणि तिसऱ्या छिद्रातून एक कात्री सारखं उपकरण

आतमध्ये गेलं होतं. एका शस्त्राने ते मांस जिथे जिथे चिकटलं असेल तेथे जाळून तो भाग शरीरापासून वेगळा केला जात होता. आणि शेवटचा जाळलेला भाग कापायला कात्रीचा उपयोग केला जात होता. चौथ्या छिद्रातून एक सुई दोरा आत घातलेला होता. त्या वाकड्या सुईने जिथे जिथे टाके असतील ते टाके घालण्याचं काम ते डॉक्टर करत होते. सगळं कधी एकदा उजव्या बाजूने, एकदा डाव्या बाजूने कापलं गेलं नंतर त्या नळ्या आणि ओव्हरीज सगळं पूर्णपणे तो अवयव

हॉस्पिटलमध्ये एक नर्स मला भेटायला आली आणि ती म्हणाली, "एका बाईवर तुमच्यासारखीच शस्त्रक्रिया होणार आहे. तर ती म्हणाली की तिला तुमच्याशी बोलायला आवडेल, तर ती बोलायला येऊ शकते का?ह्न मी म्हटले, "जरुर!ह्न मग ती स्त्री आणि तिचा नवरा हे दोघेजण मला माझ्या खोलीत भेटायला आले.

एकत्रितपणे कापून वेगळा केल्यानंतर, तो अवयव एखाद्या बोगद्यातून ढकलून काढून घ्यावा तसा त्यांनी तो अवयव सहजपणे वजायना मधुन बाहेर काढला. माझा गर्भाशय हा नेहमीच्या आकारात असल्यामुळे तो सहजपणे शरीराच्या बाहेर काढणे सोपं पडलं. परंतु तोच गर्भाशय सुजलेला असता तर त्रासाच झालं असतं. कांदा कापतात तसे तुकडे तुकडे करुन शस्त्रक्रिया केली जाते. व ते शरीराबाहेर काढले गेले असते. त्या दृष्टीकोनातून माझी शस्त्रक्रिया जरा साधी झाली होती. हे सर्व बघत असतांना मला पोटांत छोटे छोटे पिवळे पेढे असल्यासारखे दिसले. तेव्हा मी विचारले, "हे काय?" तेव्हा डॉ. म्हणाली, "ही गुड फॅट आहे." म्हटलं हे गुड फॅट म्हणजे बरोबरच आहे. चांगल्या हलवायाची चांगली मिठाई खाल्ल्याशिवाय मी काही राहत नाही त्यामुळे हे काय पेढे नक्कीच उत्तम दर्जाचे असणार. तशी ती हसून म्हणाली, "नाही नाही याचा अर्थ, ही चरबी आतड्याला आणि बाकीच्या अवयवांना सपोर्ट देण्याचं काम करते आणि म्हणून ही चरबी चांगली समजली जाते. ही कातडीच्या खाली जर चरबी जमलेली असते ती शरीराला उपयुक्त पडणारी चरबी नसते, म्हणून तिला "गुड फॅट" म्हणत नाही, पण ही मात्र शरीराला उपयुक्त चरबी असल्यामुळे ही इथे ठेवणे फार महत्त्वाची आहे." आणि मग तिने "मुत्राशय" कुठे आहे, "यकृत" कुठे आहे, "गॉल ब्लॅडर" कुठे आहे, हे सगळं जसंतसं ती शस्त्रक्रिया घडत असतांना अवयव नजरेला येत होते तेव्हा तिने आम्हाला ते समजावून सांगितले, त्यामुळे हे आपल्या स्वत:च्या शरीरातले अवयव असे शस्त्रक्रिया करत असतानां पाहिल्यामुळे एका दृष्टीने थोडीशी ज्ञानात परत भर तर पडलीच परंतु असं जर लोकांना आधी दाखवून ठेवलेलं असलं तर काही लोकांना शस्त्रक्रियेचं भयपण वाटणार नाही असं वाटलं.

हॉस्पिटलमध्ये एक नर्स मला भेटायला आली आणि ती म्हणाली, "एका बाईवर तुमच्यासारखीच शस्त्रक्रिया होणार आहे. तर ती म्हणाली की तिला तुमच्याशी बोलायला आवडेल, तर ती बोलायला येऊ शकते का?" मी म्हटले, "जरुर!" मग ती स्त्री आणि तिचा नवरा हे दोघेजण मला माझ्या खोलीत भेटायला आले. आम्ही वीस मिनिटं बोललो आणि ती घरी जातांना खाली डॉक्टरांना काय सांगून गेली मला माहीत नाही, पण डॉक्टर लगेच वर बोलायला आले आणि ते म्हणाले, "तुम्ही त्या बाईला नक्कीच सगळं इतकं चांगलं समजावून सांगितलं असणार कारण तिच्या मनातली भीती पूर्णपणे गेलेली आहे आणि तुम्ही ज्या पद्धतीने स्वत: उठून सगळं काय करत आहात वगैरे ते बघून ती खूष झाली आणि म्हणाली "या बाईला त्रास झाला नाही तर मला पण होणार नाही. मी नक्कीच शस्त्रक्रिया करेन आणि माझ्या प्रकृतीत नक्कीच सुधारणा होईल याची मला खात्री वाटते. मी आज आनंदाने घरी जाते की, मी हा निर्णय बरोबर घेतलेला आहे." तर मी डॉक्टरांना म्हटलं, "मला काय तुम्हाला आणखीन पेशंट मिळून द्यायचा नव्हता. परंतु तुमचा मला म्हणजे ह्या पेशंटच्या नात्याने चांगला अनुभव आला असेल तर तो दुसऱ्या लोकांना कळला आणि त्यातून दुसऱ्या लोकांच्या शारीरिक आरोग्यासाठी काही मदत होणार असेल तर मग मी ही दुसऱ्या स्त्रियांबरोबर बोलण्यासाठी मोकळेपणा ठेवायलाच पाहिजे. मनात ठरवलं की मीही गोष्ट ज्यांना गरज आहे त्यांना नेहमीच मोकळेपणाने सांगत जाईन नैसर्गिक, शारीरिक बाबतीत उघडपणे बोलण्यामध्ये खुळी लाज कसली?"

हॉस्पिटलमधनं घरी जायचा दिवस उजाडला. मी हळूच मंजू डॉक्टर म्हणजे राकेश सिन्हांची पत्नी यांनी मला ॲनेस्थेशिया दिला होता, त्यांना बाजूला बोलवून प्रश्न विचारायचे ठरवले. मंजू डॉक्टरांच्या बाबतीत माझ्या लक्षात आलं होतं की तिचा चेहरा प्रसन्न होताच, तिचं वागणं आदबशीर होत शिवाय तिचा प्रत्येक कामात इतका प्रचंड सहभाग होता की ती मला संबंध हॉस्पिटलचा सुदृढ कणाच वाटली. तिच्याशिवाय त्या हॉस्पिटलमध्ये सर्वच गोष्टी सुरळीतपणे होऊ शकतील असं मला वाटतच नाही. तिचं सगळ्यात जातीने लक्ष होतं, स्वच्छता कशी आहे, कर्मचारी कसे काम करतात, डॉक्टरांची सर्जरी झाल्यानंतर सगळीकडे स्वच्छता थिएटरमध्ये करणं कसं, मला पट्टया लावण्यापासून माझी बँडेजेस्

बदलण्यापासून, स्वत: पाच - सहा वेळा खोलीत येऊन जातीने चौकशी करण्यापासून असं त्या मंजू डॉक्टरांनी इतकी मेहनत घेतली होती, त्यामुळे मला त्या डॉक्टरांबद्दल फारच आत्मियता वाटू लागली होती. मी मंजू डॉक्टरांना खोलीत एकांतात विचारायचं ठरवलं म्हटलं, "माझा आज जायचा दिवस आला. तुमच्या कर्मचाऱ्यांनी माझी सेवा खरोखरच चांगली केली तर मला आता त्यांना बक्षिशी द्यायची असते का? कोणत्या प्रमाणात कशी द्यायची ही जरा मला तुम्ही सांगाल का? कारण अमेरिकेत आम्ही अशी बक्षिशी देत नाही."

तर ती म्हणाली, "तुम्ही अमेरिकेत देत नाही ती गोष्ट तर चांगलीच आहे पण आम्ही आमच्या हॉस्पिटलमध्ये सुध्दा सर्व रोग्यांना सांगतो की तुम्ही देऊ नका. कारण एकदा जर कर्मचाऱ्यांना सवय लागली की काही माणसं बक्षिसे देतात आणि काही माणसं देण्याच्या परिस्थितीतली नसतात **तर ते फक्त बक्षिशी देणाऱ्याचीच सेवा चांगली करतात. दुसऱ्यांकडे दुर्लक्ष करतात आणि तशी सवय आम्हाला हॉस्पिटलमध्ये कर्मचाऱ्यांना लागायला नको, याकडे आमचा कटाक्ष आहे.** त्यामुळे आम्ही त्यांना सर्वांना आमच्या कुटुंबियांसारखं तर वागवतो आणि त्यांना व्यवस्थित पगार देतो. लोकांना आम्ही सांगतो की तुम्ही असं बक्षिशी वाटत जाऊ नका कारण **आम्हांला या कर्मचाऱ्यांकडून प्रत्येकाची सेवा समभावानेच झाली पाहिजे असं वाटतं."** याच्याआधी मला आठवण झाली माझ्या मित्रांचं चितळेचं पुण्यामध्ये 'श्रेयस' नावाचं हॉटेल आहे. तर त्यांनी जायच्या दरवाज्याजवळ एक बॉक्स ठेवलेला आहे . ज्यांना कर्मचाऱ्यांना बक्षिशी द्यावयाची वाटते ती त्यांनी त्या बॉक्समध्ये टाकायची असते. मग महिन्यातनं एकदा ते सगळे कर्मचारी एकत्र जमतात ते बॉक्स उघडतात आणि त्याच्यामधले जे पैसे असतात ते सगळे मोजून व्यवस्थितपणे आपापसात वाटून घेतात. यामुळे सगळ्यांमध्ये एक समतोलपणा राहतो. मंजू डॉक्टरांना पण हा पॉईंट खूपच आवडला. त्या म्हणाल्या, "आमच्यासारखे विचार करणारे आणखीन लोक आहेत हे पाहून आम्हाला बरं वाटलं."

त्याच्यानंतर मी बाथरुम साफ करणाऱ्या बाईपासून सगळ्यांचे प्रेमाने निरोप घेऊन हॉस्पिटल सोडलं आणि हॉस्पिटलच्या पायऱ्या उतरत असताना मनात एक विचार आला की, मी येथे ज्या विश्वासाने आले होते तशीच माझी काळजी घेतली गेली. आता जाताना मात्र माझ्या शरीरातला एक मोठा महत्त्वाचा भाग इथेच सोडून जात आहे. गुडबाय हे खरंच !

निलू निरंजना गव्हाणकर.

E Mail:
U_S_A_9@yahoo.com

स्वच्छता – देवाचे दुसरे नाव.

प्रभाकर पेंढारकर

आरोग्य ज्ञानेश्वरीचा दिवाळी अंक आणि एक पत्र कुरिअरनं माझ्या हाती दिलं. येत्या दिवाळी अंकासाठी मी काही लिहावे असे संपादकांनी मला लिहिले होते. पत्र वाचून मी चकितच झालो. कारण ह्या अंकातील लेखक हे विविध क्षेत्रातील प्रसिध्द डॉक्टर होते. बहुतेक सर्वच लेख माणसांच्या व्याधी, त्यावरील उपाय आणि वैद्यकीय साह्य यासंबंधीचे होते.

माझा आणि वैद्यकीय सेवेचा संबंध फारच कमी. कधी सर्दी खोकला झाला किंवा ताप आलातर तेवढ्यापुरताच. मी गेली अनेक वर्षे कॅमेरा घेऊन देशातील वेगवेगळ्या घडामोडीचे चित्रण करत देशभर हिंडत होतो. वैद्यकीय सेवेसंबंधीच्या दिवाळी अंकात मी काय लिहिणार? हे काही मला जमणार नाही हे संपादकांना कळवून मोकळे व्हावे असं मी ठरवलं आणि दुसऱ्या दिवशी संपादकांना पत्र लिहायला बसलो. तेव्हा मनात आलं, गेली कित्येक वर्षे मी कॅमेऱ्यामध्ये जे काही चित्रण करतो ते जनतेनं पाहण्यासाठीच ना! कागदावरच्या शब्दाऐवजी फिल्मवरील प्रतिमांद्वारे लोकांशी संवाद साधण्याचा मी प्रयत्न करतो आहे. आरोग्य ज्ञानेश्वरीत लेख म्हणजे निदान दोन लाख वाचकांपर्यंत माझे शब्द पोहोचू शकतील. मग ह्या भल्यामोठ्या समाज पुरुषांची जी विविध दृश्ये मी टिपली आहेत. त्यावरुन त्याच्या आरोग्याबद्दल मला लिहिता येईल का? प्रयत्न तर करू.

त्यासाठी चांगली प्रकृती म्हणजे काय, हे प्रथम माहीत करून घेतले पाहिजे. त्याचं मोजक्या शब्दात उत्तर डॉ. बावडेकरांनी दिलेलं आहे.

"कोणतीही व्याधी अथवा आजार ह्यांचा अभाव म्हणजे चांगली प्रकृती. पण हे पुरेसं नाही. चांगली प्रकृती म्हणजे काय हे जरा अधिक खोलात जाऊन समजावून घेतलं पाहिजे."

चांगली प्रकृती निरोगी तर असतेच. ती सुदृढ आणि कार्यक्षमही असते. अगदी साध्या शब्दात तुमची प्रकृती चांगली आहे म्हणजे तुम्ही उत्साही आहात. तुम्हांला चांगली भूक लागते. तुम्ही सहजतेने झोपी जाता आणि तुम्हांला सकाळी जाग येते तेव्हा तुम्ही तरतरीत, ताजेतवाने झालेले असता. तुमची स्मरणशक्ती चांगली असते. तुम्ही स्वत:च्या तसेच इतरांच्या विनोदाला मनमोकळे हसू शकता. तुमच्या कामात सहजता असते. प्रामाणिकपणा, नम्रता, कृतज्ञता आणि सर्वांबद्दल स्नेह तुमच्या मनात असतो.

चांगल्या प्रकृतीचं महत्त्वाचं लक्षण असं की, ती असणारा माणूस आपलं जीवन आनदानं आणि उत्साहानं जगतो आणि समाजालाही त्याच्यापासून आनंद व उत्साह मिळतो.

चांगल्या प्रकृतीची सर्वसाधारण माणसाबद्दलची ही लक्षणं ज्या समाज पुरुषाबद्दल मी लिहायचं म्हणतो त्यालाही ती बरीचशी लागू होतात. पन्नास एक वर्षांपूर्वी इंग्रजांच्या गुलामगिरीतून तो मुक्त झाला आणि अनेक आकांक्षा, योजना आणि स्वप्ने मनाशी घेऊन तो उत्साहाने उभा राहिला. त्याचे हे जीवन त्याला आणि इतरांना कितपत आनंदाचे आणि स्फूर्ती देणारे झाले आहे का? त्याचा प्रवास योग्य दिशेने चालला आहे ना?

मी वैद्यकीय क्षेत्रातली अधिकारी व्यक्ती नाही तसाच मी समाजशास्त्रज्ञही नाही पण मी कॅमेऱ्याने जी काही क्षणचित्रे टिपली आहेत त्यांच्याकडे परखडपणे पाहण्याचा हा एक प्रयत्न आहे. हे खरे आहे की, स्वातंत्र्य मिळाल्यापासून भारताने अनेक क्षेत्रात इतर देशांना दिपवणारे कर्तृत्व गाजवलेले आहे. त्याबद्दल प्रत्येक भारतीयास अभिमान वाटावा. पण त्याचबरोबर दुसरीही एक बाजू असू शकते की ज्याकडे आपण डोळे उघडून पाहण्यास फारसे तयार नसतो.

माझ्या अल्बममधील पंढरपूरच्या आषाढी एकादशीचे एक अनुभवचित्र. मी आणि सतत मला ज्याची साथ असते तो कॅमेरा, दोघे पंढरपूरला पोहोचलो. त्याची व माझी मैत्री अनेक वर्षांची. मी त्याच्यासमोर जे ठेवीन ते तो अत्यंत प्रामाणिकपणे चित्रित करतो. आजूबाजूला काय चाललं आहे पाहात नाही. कधी फारसा बोलत नाही, तक्रार करत नाही.

तेथे भाविकांचा महापूर. अनेकजण वारीतून चालत पंढरीला विठ्ठलाच्या दर्शनासाठी आलेले. देवळाबाहेर रात्रीपासून दर्शनासाठी रांग लावून ते बसून राहिलेले. माझ्या हातात कॅमेरा तेव्हा ही रांग मोडून मला सर्वात पुढे जाण्याची पोलीस अधिकाऱ्यांची परवानगी. मुख्यमंत्री विठ्ठलाची पूजा करतील तो शॉट मला घ्यायचा होता. मी लाईट्स लावले आणि कॅमेरा सज्ज केला. मुख्यमंत्र्याना यायला उशीर होत होता. मी आणि कॅमेरा दोघेही इतरांबरोबर वाट पाहत उभे. मुख्यमंत्र्यांच्या बरोबर मोटारींचा ताफा. बराच लवाजमा. त्या सर्वांना पोलीस वाट करून देण्याच्या प्रयत्नात. रात्रीपासून बसून राहिलेल्या भाविकांची रांग त्यांना मोडावी लागली. त्यांना दूर बाजूला करावे लागले. गाड्या मंदिराच्या जवळ पोहोचल्या. मुख्यमंत्र्यानी आणि त्यांच्या कुटुंबियांनी व बरोबरच्या मंडळीनी विठ्ठलाचे दर्शन घेतले. यथासांग पूजा केली. मला हवे ते शॉटस् मिळाले. मी सामान आवरले. कॅमेरा बंद करणार इतक्यात माझ्या कानी शब्द आले, "देवळाबाहेर आपला गेलेला नंबर दर्शनासाठी मिळवण्यासाठी वारकऱ्यांची केविलवाणी धावपळ चालली आहे. त्यांचेही दोन शॉट्स घेऊन ठेव."

मी जरा रागावून म्हणालो, 'कशाला?'

"पूर्वी इंग्रज साहेब आला की, त्याला अग्रक्रम देण्यासाठी 'नेटिव्ह' लोकांना असंच हुसकावून लावत. त्या परंपरा आपण आजही जपतो आहोत हे लोकांना आपण दाखवून दिलं पाहिजे."

मी काही बोललो नाही. कॅमेरा बंद केला आणि ट्रंकेत ठेवला. त्यामुळे त्याचा आवाज ऐकायला यायचा बंद झाला. मला हायसं वाटलं.

असेच आम्ही अंजठ्याला गेलो होतो. तेथली चित्रे अनेक शतकापूर्वीची. ती जपून ठेवण्यासाठी जपान लक्षावधी डॉलर्सची मदत करणार होता. त्यादिवशी जपानी व अमेरिकन प्रवाशांची विशेष गर्दी होती. त्यांना ही भिंती चित्रे पाहताना मी चित्रीत केले. दुपारी मी खाली उतरलो. तेथल्या ढाब्यासारख्या एका साध्या हॉटेलात ही मंडळी काही खात होती. मी त्यांना सहज विचारले.

'कशी वाटली इथली चित्रे?'

"अप्रतिम! विलक्षण सुंदर!" एक जपानी तरुण म्हणाला, 'एका जागी तर वाऱ्यामुळे छताच्या जागी लावलेले कापड फुगले आहे असा भास चित्रकारानं निर्माण केला आहे. वा: मी थक्क झाले; एक जपानी बाई म्हणाल्या. त्यांच्या शेजारची अमेरिकन बाई मात्र काहीच बोलली नाही. मी तिला विचारलं, "तुम्हांला अंजठा आवडलं? कसा वाटला आमचा देश?"

ती कशीबशी उद्‌गारली. 'छान आहे!'

'काय झालं?'

'तो अधिक छान वाटला असता जर इथं तुम्ही स्वच्छ पाण्याची आणि स्वच्छतागृहाची सोय केली असती तर-! टूरिस्ट खात्यानं बांधलेल्या इथल्या नव्या इमारतीत आम्ही गेलो. तेथे नळ आहेत, पाणी नाही. मुंबईपासून हायवेवरच्या प्रवासात कोठे रेस्टरूम्स नाहीत. परदेशचे प्रवासी जाऊ देत, पण इथल्या लोकांना ह्या गोष्टींची गरज वाटत नाही का?'

ती तडकून बोलत होती. शेजारच्याच खुर्चीवर माझा कॅमेरा होता. त्याला वाटलं, की ही अमेरिकन बाई जे पोटतिडीकीने बोलत आहे. ते मी चित्रीत करावं. त्यानं तशी खूणही केली; पण मोठ्या समजूतदारपणे इतक्या वर्षांच्या अनुभवाने मी माझा मोह आवरला आणि कॅमेरा घेऊन तेथून बाहेर पडलो.

अमेरिकेत आणि कित्येक परदेशात हायवेवर अशा सोई असतात. प्रवाशांच्या आकर्षण स्थळीही ती सोय केलेली असते. तेथे तुम्हांला पैसे द्यावे लागत नाहीत. पण तेथली स्वच्छता पाहण्याजोगी. अशा स्वच्छतेच्या आणि जनतेच्या आरोग्याचा जवळचा संबंध असतो. तेथे अनेक ठिकाणी मशीन अशी की, पैसे टाकून बटण दाबले की तुम्हांला हवी ती वस्तू मिळू शकते.

आपला आणि आरोग्याचा आणि स्वच्छतेचा निकटचा संबंध आहे. कोणत्याही रेल्वे स्टेशनावर किंवा एस.टी. स्टॅन्डवर तुम्हांला पाट्या दिसतील 'स्वच्छता हे देवाचे दुसरे नाव आहे.' त्यापलिकडे ह्या स्वच्छतेसाठी काही करणे ही आपली जबाबदारी आहे हे आपण विसरून गेलो आहेत. अशा प्रवास स्थळी एखादी कचऱ्याची बादली ठेवलेली असते तरी आपण फेकलेला कचरा नेमका बाहेरच पडलेला असतो. आणि अशा बादलीभोवती पान खाऊन मारलेल्या पिचकाऱ्यांची सुरेख वेलबुट्टी सगळ्या भिंतीवर पसरलेली असते.

परदेशातही समस्या असतात. लोकांना

एखादी नवी गोष्ट पटवून देणे किंवा त्यांना त्यांच्या सवयी बदलण्यास प्रवृत्त करणे हे कोणत्याही देशात सोपे नसते. डॉक्यूमेंटरी फिल्मसची अत्यंत कल्पकतेने उपयोग करून घेतला जॉन ग्रिअरसन ह्यांनी. त्यांनी नॅशनल फिल्म बोर्ड ऑफ कॅनडा येथल्या कॅमेरामन आणि दिग्दर्शकांना विषय दिला Challenge For Change छोट्या छोट्या डॉक्यूमेंटरी फिल्मसमधून त्यांनी समाजासमोर आरसा धरला आणि तुम्ही काय करताहात आणि काय करायला हवे हे दाखवून दिले. ह्या फिल्मसमुळे समाजाची विचारसरणी बदलण्यास मोठी मदत झाली.

भारतामध्ये फिल्मस डिव्हीजन आणि दूरदर्शनची स्थापना त्यासाठीच करण्यात आली. पण आपण त्यांचे खूप उद्देश विसरलो आहोत. दूरदर्शन तर आज इतर वाहिन्यांच्या भाऊगर्दीत हरवल्यासारखे झाले आहे. त्यामध्ये सुरेख कपडे घातलेल्या सुरेख तरुणी त्यांच्या प्रेमात पडणारे तरुण आणि त्यातून निर्माण होणारे प्रश्न एवढ्याच आज देशापुढे समस्या आहेत, अशीच ह्या वाहिनींची निर्मिती. सर्व प्रेक्षक त्यातच गुंतलेले. पण ह्या व्यतिरिक्तही कितीतरी विषय असे आहेत की ज्याकडे आपण लक्ष द्यायला हवे.

परवाचाच प्रसंग. मुंबई भारतातील अत्यंत अद्ययावत शहर. प्रथमच वैद्यकीय वस्तुंचे मोठे प्रकाशन भरले होते. मी कॅमेरा घेऊन तेथे गेलो. मुंबईतल्या प्रख्यात कॉलेजचे प्राचार्य त्यांच्या मित्रमंडळीसह ते प्रदर्शन पाहायला आले होते. त्यांचे शॉटस् घेण्यासाठी मी ते उभे असलेल्या स्टॉलकडे गेलो. त्या स्टॉलमध्ये बी.पी. मोजण्याची अत्याधुनिक डिजीटल मशीन्स मांडलेली होती. तेथल्या तरुणानं प्राचार्यांना आग्रह केला,

'सर आपण तुमचं ब्लड प्रेशर पाहू या.'

'छट मला बी.पी. नाही.'

"तुम्हांला बी.पी. आहे म्हणून नाही, हे मशीन कसं चालते ह्याचं प्रात्यक्षिक तुमच्या मित्रांना पाहता यावं म्हणून."

प्राचार्य काही तयार होईनात. पण त्यांच्या बरोबरच्या मंडळीच्या आग्रहाकरिता त्यांनी शेवटी होकार दिला. त्यांचं बी.पी. घेतलं, तेव्हा असं आढळून आलं की, ते नॉर्मलपेक्षा बरेच जास्त होते. मी कॅमेऱ्यातून त्यांचा चेहरा पाहत होतो. त्यांचा विश्वासच बसत नव्हता. मशीनमध्ये काही दोष असावा असे ते म्हणाले तेव्हा दुसरं मशीन आणण्यात आलं. परत एकदा बी.पी. घेण्यात आलं. त्यांचा रक्तदाब ह्यावेळीही तेवढाच होता.

हे एका प्राचार्याच्या बाबतीत घडू शकतं, तर अशीच पाहणी येथल्या गिरण्या आणि कारखान्यामधून कामगारांची केली तर –? किती कर्मचाऱ्यांना रक्तदाब असेल, किती जणांच्या चष्म्याचा नंबर बदललेला असेल, किती जणांच्या दातांमध्ये पोकळी निर्माण झालेल्या असतील?

निदान पन्नास टक्के लोकांना आपल्याला नेमके काय झाले आहे, आपल्या प्राथमिक वैद्यकीय गरजा काय आहेत हे माहीत नसतं, असं एका तज्ज्ञानं उत्तर दिलं आहे. ह्या सर्वांना तो तज्ज्ञ Healthy Patients म्हणतो. ह्या रुग्णाच्या व्याधीचं खोलात जाऊन तो असं स्पष्टीकरण करतो की, आपल्याला जीवनात मिळालेली अत्यंत अमूल्य गोष्ट म्हणजे शरीर. ते जन्मापासून मृत्युपर्यंत सतत आपली साथ करतं. पण आपण या शरीराची किती काळजी घेतो? आपलं शरीर आपल्याला सर्व अडचणीतून सांभाळून नेत असतं, पण जेव्हा आपणच निर्माण केलेल्या अडचणी त्याच्या शक्ती पलीकडे जातात. तेव्हा त्याला प्रथम सर्दी, खोकला, डोकेदुखी, ताप अशा सौम्य मार्गांनी ते आपली नाराजी व्यक्त करतं. त्याकडेही आपण पुरेसं लक्ष दिलं नाही. तर ह्या नाराजीचं रूपांतर तीव्र व्याधीमध्ये होऊ शकतं.

अशा व्याधीवरचे अनेक उपाय आपण रोजच टी.व्ही.वर भाविकांतल्या जाहिरातीमध्ये पाहत असतो. त्यामध्ये सर्व उपाय चुटकीसारखे दाखवलेले असतात. "हे चूर्ण घ्या, दुसऱ्या दिवशी सकाळी ओके... सकाळी उठवत नाही, थकवा जाणवतो, ह्या दोन गोळ्या घ्या, सकाळी तुम्ही सर्व उठायच्या अगोदर कामावर जायला तयार."

दुदैवानं सर्व व्याधीवरचे उपाय इतके सोपे नसतात. इथं 'शॉर्ट कट्स' नाहीत. व्यायाम, योग, फिरणे, आहार ह्याबद्दल प्रत्येकाला सदैव जागरूक राहावे लागते. आरोग्यावरील नवी पुस्तके अभ्यासली पाहिजेत, समजून घेतली पाहिजेत. असे एकेक व्यक्ती करेल तर देशभर पसरलेला समाजपुरुष सशक्त होईल. कारण आपणही त्याचा एक अविभाज्य भाग आहोत.

ह्या करिता आपण फार उंच पातळीवर जाऊन देशाचा विचार केला पाहिजे असं नाही. देशाची प्रकृती सुधारते आहे का हे ठरविण्यासाठी अर्थशास्त्रज्ञ, समाजशास्त्रज्ञ आहेत. देशाची निर्यात किती वाढली आहे? इतर देशांच्या तुलनेत आपली जागतिक बँकेत किती शिल्लक आहे? आपली लोकसंख्या किती वाढली आणि

त्यातले किती लोक दारिद्र्यरेषेखाली आहेत? हे प्रश्न ज्यांच्याकडे अधिकार आणि ज्ञान आहे ते सोडवू देत. आपण शक्य झालं तर आपल्या घराकडं, पलीकडं, वयाने वाढत चाललेल्या आणि वृध्दत्त्याबरोबर जमवून घेणाऱ्या आई - वडिलांकडे पाहावं. नव्या आकांक्षा घेऊन वाढणाऱ्या मुलांमुलींच्याकडे पाहावं. आणि नेहमी आनंदानं साथ देणाऱ्या पण अधूनमधून कुरकरणाऱ्या शरीर प्रकृतीकडे पाहावं. स्वच्छता, आरोग्य, सौजन्य ह्या गोष्टी समाज जीवनाच्या पायाभूत आहेत. एवढी जाणीव ठेवावी.

कधी तरी एखाद्या ठिकाणी अगोदरच पोहोचतो. मुख्य पाहुणे यायला अवकाश असतो. मी आणि माझा कॅमेरा वाट पाहात उभे असतो. तो अबोल, मी माझ्या विचारात असतो. असाच एक विचार अलीकडं परत परत माझ्या मनात येतो.

पंढरपूरला आषाढी एकादशी नाही. भाविकांचा पूर आलेला नाही. इतर भक्तांबरोबर, मोठेपणाची वस्त्रे बाहेर ठेवून मुख्यमंत्री देवळात आले आहेत. विठ्ठलाला मनोभावे नमस्कार करत आहेत. बाहेर कोणी अभंग गात आहे.

ऐसे वाळवंट ऐसी हरिकथा । ठाई ठाई देखा दिंडीभार ।।

ऐसे हरिदास ऐसे प्रेमसुख । ऐसा नामघोष सांगा कोठे ।।

बहोपी म्हणे आम्हा अनाथाकारण । पंढरी निर्माण केली देवे ।।

हे शब्द मंदिरात सर्वांच्या कानी येतील. समाजपुरुषांच्या कानी येतील. तेव्हा विठ्ठल तसाच उभा असेल, पंढरी तीच असेल भाविक भक्तीभावाने असेच येतील. पण त्यातला आता कोणी अनाथ नसेल!

<u>आपल्या शाळेच्या दारात लक्ष्मण रेखा आखा.</u>

शाळा बंद झाल्या की दवाखान्यातील गर्दी कमी होते. शाळा उघडल्या की दवाखाण्यातील गर्दी वाढते.

पावसाळ्यात सर्वाधिक आजारपण असते. दरवर्षी देशात अंदाजे १०००० कोटी रुपयांचे ॲलोपथीचे औषधे विकली जातात. त्यातील सर्वाधिक ५० ते ७५ टक्के पावसाळ्याच्या ३ महिन्यात विकल्या जातात.

यातील बहुतेक सर्व आजार संसर्गजन्य असतात. संसर्गजन्य म्हणजे निरोगी माणूस आजारी माणसाच्या संपर्कात / सहवासात आला की आजारी माणसाचा आजार त्याला होतो. व तो आजारी पडतो.

जसा एक नासलेला आंबा सर्व आंबे नासवतो. तसेच एक आजारी व्यक्ती गर्दीच्या ठिकाणी, लोकलमध्ये, बाजारामध्ये, बसमध्ये, शाळा ,ऑफीस ,कारखाना व इतर कामाच्या ठिकाणी) अजाणतेपणी सर्वांना आजाराची लागण देतो. सर्वांना आजारी पाडतो .

एक शेपटी पेटलेला मारूती लंकाभर फिरला तर संपूर्ण लंका पेटली. आजारी माणूस हा शेपटी पेटलेल्या मारुती सारखा असतो.तो जेथे जातो तेथे आजार देतो.

आजारी मुलगा शाळेत गेला की शाळेतील सर्व मुलांना आजाराची लागण होते.या आजारी मुलाला शाळेत प्रवेश नको म्हणून शालेच्या प्रवेशद्वारी लक्ष्मणरेषा हवी. आज शाळेच्या प्रवेशद्वाराजवळ विद्यार्थांच्याच हाताने लक्ष्मणरेषा आखा. व प्रत्येक विद्यार्थाकडून प्रतिज्ञा करुन घ्या की कोणी आजारी मुलगा शाळेत येणार नाही. एक आजारी मुलगा आजारपणामुळे ७ दिवस घरी राहीला तर ७ विद्यार्थी दिवस वाया जातात. पण हाच विद्यार्थी शाळेत आला व याने १०० मुले आजारी पाडली तर ७०० विद्यार्थी दिवस वाया जातात व १०००विद्यार्थी आजारी पाडली तर (७ १०००) ७००० विद्यार्थी दिवस वाया जातात. हे नुकसान होऊ नये म्हणून आजारी मुले घरी ठेवणे ही राष्ट्रसेवाच आहे. समाज निरोगी ठेवण्याचा हा बिनखर्चाचा उपाय आहे.

हा आधी शाळांमध्ये व्हावा मग मुले हा विचार घरोघरी नेतील. त्याने आजारी व्यक्ती घराबाहेर पडण्याचे टळतील, व भारतातील आजार, आजारपणाचे त्रास, अकाली आजारपणमुळे येणारे मरण, आणि औषधांचा खर्च कमी होईल.

हे करा. व आपला राष्ट्र आजारमुक्त करण्यात आपला खारीचा वाटा उचला.

हे करा आणि आपला अनुभव देशभर सर्वांना व जोशी बालरुग्णालय, विरार येथे डॉ. हेमंत जोशी व डॉ.अर्चना जोशी यांना कळवा.

धन्यवाद,

आपले विनम्र

डॉ. हेमंत जोशी व डॉ.अर्चना जोशी.

घरातले ग्रंथालय असे ठेवा !

-सौ. करुणा ढापर

एक काळ असा होता की विद्यार्थ्यांनी फक्त पाठ्यपुस्तकेच वाचावीत व तेच वाचन, असे मानणारे कर्मठ पालक समाजात होते. परंतू आज केवळ शालेय अभ्यासावर जगात "अद्ययावत"राहताच येणार नाही, याची जाणीव होऊ लागली आहे. म्हणूनच पुष्कळ ठिकाणी ग्रंथोत्सव,ग्रंथविषयक जाहिराती, पुस्तकपरिक्षण व त्यांची वृत्तपत्रांतून प्रसिध्दी दिली जात आहे. या सर्वांतून वाचकांची उमेद वाढविण्याचे, ग्रंथ संस्कृतीकडे मन वळविण्याचे मोठे कार्य केले जात आहे.

मनोरंजनाची कितीही प्रगत साधने आता बाजारात निघाली असली तरी,ग्रंथ किंवा पुस्तके यांचे स्थान नेहमीच वरच्या दर्जाचे असणार आहे. लिहावंसं वाटणं ही जशी उर्मी आहे तशीच वाचावंसं वाटणं ही सुध्दा उर्मीच आहे. आणि या उर्मीला खाद्य कोण पुरवितो, तर ही पुस्तकंच. म्हणूनच असं म्हणावंसं वाटतं की ग्रंथ वाचल्यावर वाचकांना आनंद तर होतोच
तसेच तितकाच आनंद ग्रंथानाही होत असणारच.

अलिकडे पुस्तके तंत्रदृष्ट्यासुध्दा खूप आकर्षक अशी निघत असतात. पुस्तकाचे मुखपृष्ट, आकर्षक चित्रे व त्यांची ओळख, पानांचा गुळगुळीतपणा, इत्यादी मुळे पटकन हातात घेऊन ते चाळावेसे वाटते. पुस्तक चाळत असतांना, त्यातील माहितीच्या महत्वाने हे पुस्तक आपल्या संग्रही असावे असे आग्रहाने वाटते. इथूनच आपण घरातल्या ग्रंथालयाचा विचार करावयास लागतो. **आपले घर कितीही लहान असले तरी एक छोटासा कोपरा देवासाठी ठेवतोच, तद्वतच एक छोटासा कोपरा पुस्तकांसाठी ठेवणे फार आवश्यक आहे.**

मानवी जीवन जसजसे प्रगत होत आहे. तसतसे त्या जीवनातील प्रश्नही वाढत आहेत. काही प्रश्नांचा गुंता एवढा वाढला आहे की त्यासाठी नवीन वैद्यकीय तंत्रज्ञानात वाढ होत आहे. सुखाबरोबर दु:खही नेहमी असतेच. त्यामुळे वाढत्या स्वास्थाबरोबर रोगही वाढत्या प्रमाणात नवीन नवीन रुपं घेऊन येत असतात.परंतु सध्या बाजारात वैद्यकीय तंत्रज्ञानावरील मार्गदर्शनपर सचित्र माहितीपर अनेक ग्रंथ उपलब्ध असल्यामुळे,वाचक हे ग्रंथ वाचून आपल्या ज्ञानात भर घालू शकतो. या ग्रंथातून त्याला रोगाबद्दल संपूर्ण माहिती, लक्षणे, उपाय, घ्यावयाची काळजी, आहार, व्यायाम इ. सर्व प्रकारची माहिती वाचता येते. त्यानुसार आपली दैनंदिनी आखता येऊन जीवन आरोग्यपूर्ण कसे राहील याचे मार्गदर्शन मिळते.

वैद्यकीय विषयावरील अनेक ग्रंथ बाजारात उपलब्ध आहेत, जसे आंग्ल वैद्यकीय ग्रंथ, आयुर्वेद विषयक ग्रंथ, योगविषयक ग्रंथ, प्रबोधनात्मक ग्रंथ, मन:शांतीसाठी अध्यात्मिक ग्रंथ, विविध आरोग्यविषयक मासिके व नियतकालिके आहेत, यातील बरेचसे ग्रंथ हे आपल्या खिशाला परवडतील अशा किंमतीतही उपलब्ध आहेत. यासाठी डोळस दृष्टी, आस्था आपल्यात असली की आपण आरोग्याची, आपल्या स्वास्थाची काळजी घ्यावयास लागतो.

कोणताही नविन विषय जर आपणांस समजून घ्यावयाचा असेल तर सर्वांत प्रथम कोणाची मदत मिळते तर ती पुस्तकांचीच. या पुस्तकांद्वारे आपणास विषयाचे संपूर्ण ज्ञान मिळते. आरोग्यविषयक पुस्तकांचे असेच आहे. या पुस्तकांची एकदा गोडी लागली की आपण नवीन नवीन पुस्तकांच्या शोधातच राहतो व परवडतील अशा किंमतीतली पुस्तके कायम घरात ठेवावयास लागतो.

साध्या साध्या आजारांवरील ही पुस्तके इतकी उपयुक्त असतात की आपण घरच्या घरीच पुस्तक वाचून त्या आजारावरील उपचार करु शकतो. आजार हा प्रथमावस्थेत असला व त्यावर लगेच घरगुती उपचार ताबडतोब सुरु झाले, तर आजारही लगेच आटोक्यात येतो. अशावेळी आयुर्वेदीक, नैसर्गिक, योगविषयक पुस्तकांचा फारच उपयोग होतो.

थोडक्यात आरोग्यविषयक पुस्तके घरात संग्रही करुन ठेवणे किती आवश्यक आहे हे पटले असेलच.

पुस्तक बाजारातून विकत आणले की प्रथम त्याला कव्हर घालावे की ज्यामुळे पुस्तक लवकर खराब न होता त्याचे आयुष्य वाढते. दुसरे म्हणजे पुस्तकावर स्वत:चे नाव घालून, ते आपण कधी विकत घेतले ती तारीख घालावी. पुस्तकांची यादी करण्यासाठी एक स्वतंत्र रजिस्टर ठेवावे. व पुस्तकविषयक सर्व नोंदी त्या रजिस्टरमध्ये लिहाव्यात. पुस्तकांसाठी एक स्वतंत्र कपाट असावे. कपाट बंद करता येईल असे असावे कारण रोजची उडणारी धूळ पुस्तकावर बसणार नाही व पुस्तके खराब होणार नाहीत.जमल्यास निरनिराळ्या विषयाचे वेगवेगळे विभाग पाडून पुस्तकांची त्यानुसार मांडणी करावी की जेणे करुन पुस्तक शोधण्यास वेळ जाणार नाही.

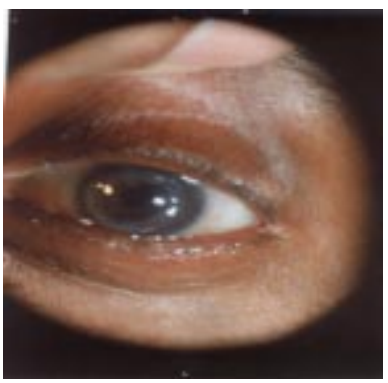
सर्वात शेवटी पण अत्यंत महत्वाचे असे की, आपण जमवलेल्या या ज्ञानाचा फायदा आपले नातलग, शेजारी सहचारी इ. ना वेळोवेळी सहजपणे उपलब्ध करवून देऊन त्यांच्याही स्वास्थासाठी प्रयत्न करणे जरुरीचे आहे.

सूं असा मशीनचा आवाज येत होता. तेवढ्यात डॉक्टरांनी चेहऱ्यावरचा टॉवेल दूर केला आणि पट्टी लावली. झालं? मालतीबाईचा विश्वासच बसेना. हो! उत्तम झालं.आजनुसत्याच गोळ्या घ्या;उद्या पट्टी काढून थेंब घालू असं सांगून डॉक्टरांनी त्यांना पाठवून दिलं.

तो दिवस मालतीबाईंचा काळजीतच गेला. कुठ दुखत नव्हतं पण उद्या दिसलच नाही तर या विचारांचा भुंगा डोक कुरतडत होता. दुसऱ्या दिवशी पट्टी काढ ल्यावर मालतीबाईंना आपल्या मुलाचा काळजीयुक्त चेहरा स्पष्ट दिसला.अरे घाबरतोसकाय? आता मला खिडकीबाहेरची रहदारी, समोरचा केळीवाला भैय्या सगळं स्पष्ट दिसतय. आता मला दहावीच्या सराव प्रश्नपत्रिका काढायच्या कामाला लागलं पाहीजे आणि सात दिवसांनी मालतीबाई प्रथमच समाधानानं हसल्या.

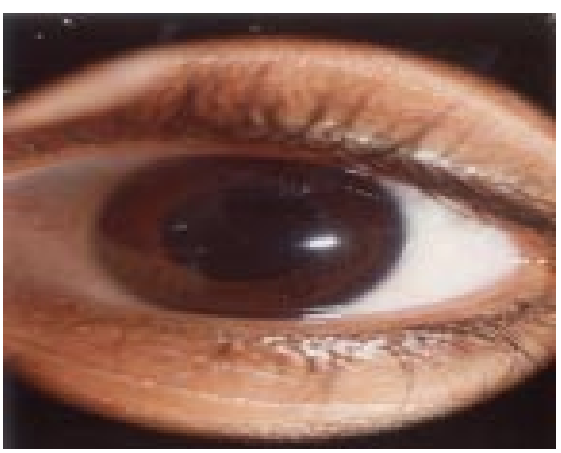
डोळा येऊन लाल झालेला डोळा

फूल पडलेला डोळा



ऑपरेशन नंतर

मोतीबिंदूचा डोळा



ऑपरेशन नंतर