

# 건강한 성생활과 에이즈 예방전략

김혜숙/연세대 간호대학 교수

**에**이즈는 20~30대의 성적으로 왕성한 청장년에게서 급속하게 증가하기 때문에 건전한 성생활이 중요한 이슈가 된다. 통계를 살펴보면 전세계적으로 하루에 천오백만회의 성행위가 이루어지고 이 중 매해 백팔십억회의 성행위가 아무런 보호없이 이루어지고 있다.

우리는 광고, 대중매체, TV에서 보여지는 이미지들에 의해 매일 충격을 받고 있다. 역사, 신화 그리고 전통적, 대중적 문화는 그 이상의 역할모델을 제공하는데 종종 우리는 이성적 판단과 개인의 선택보다는 명령에 의해 더 많은 부분을 행하곤 한다. HIV는 보호받지 못하는 성접촉을 통하여 널리 퍼진다. 성은 강력한 정서를 뒤흔들고, 역사를 통해 성병은 엄청난 오명과 비난과 죄로 받아들여져 왔다. HIV와 함께하는 우리는 또한 동성연애, 매춘 그리고 약물중독과는 들어킬 수 없는 관계를 갖고 있다.

동성애나 정맥용 마약 사용과 성난 잠은 도덕적, 사회적으로 부정적인 견해가 깊게 형성되어 왔다. 이런 부정적인 견해는 HIV 감염이 받아들일 수 없는 특정한 성생활에서 연유된 경우가 허다하므로 일반인에게 심리적 거부 반응을 가져오기 쉽다. 이러한 사회,

문화적인 혐오감으로 우리나라와 같이 사회적 유대감이 강하고 동질화 현상이 두드러진 곳에서는 그들이 절대다수와는 다른 행동패턴을 가졌다는 이유로 일탈자로 취급하여 인격적인 면을 비판하게 된다.

성적욕구는 사회에서 이용될 수 있거나 남용될 수 있고 또한 고통과 기쁨을 가져다줄 수 있는 무한한 가능성을 내포하고 있다. 기본 욕구 중 하나인 성은 음식, 수면의 경우보다 그 표현에 있어서 훨씬 폭이 넓다. 성은 경우에 따라서 오랫동안 성생활을 하지 않아도 부작용없이 지낼 수 있다. 반면에 건강한 성생활을 하지 못함으로 인하여 여러가지 신체적, 정신적 질병도 초래할 수 있다. 성에 대한 올바른 지식을 갖는 것은 진정한 성생활을 하는 데도 충분히 도움이 될 것이다. 다시 강조하지만 성은 인간생활에 중요한 부

분이 되며 성이 미치는 결과 또한 개인적으로나 사회적으로 큰 것이다. 그러므로 지나치게 성을 터부시하거나 반대로 상품화 해서는 안될 것이며 올바른 성지식을 바탕으로 한 건전한 성습관을 가져야 할 것이다.

## 건강한 성생활

### (1) 성생활 패턴

에이즈는 HIV에 의해 전염되는데 주요 전파통로는 성관계에 의한다. 성패턴은 사회, 문화에 따라 형성되고 속해있는 사회규범에 따라 규정되어진다. 문화에 따라 혼전 성관계, 혼외 성관계의 사회적 허용도 다양하여 절대적인 정상, 비정상을 논하기가 쉽지 않고 도덕적인 측면이나 윤리적인 측면 또한 상대적일 수밖에 없다. AIDS의 출현으로 위험요인이 되는 성상대자의 성패턴이나 성행위 유형과 정도를 알



수 없으므로 단순하고 쉬운 발상으로 감염되지 않은 단일 정상대자만을 유지하는 것이 감염의 위험을 최소화할 수 있는 방법으로 아직까지는 제일 우선으로 권장되고 있다.

### (2) 성행위 방법

안전한 성행위 방법은 성교시 감염을 최소화하고 예방하기 위해 HIV의 농도가 짙은 신체 분비물의 접촉을 피하는 것이다. 가장 널리 장려되고 있는 방법이 콘돔사용이다. 분비물의 접촉을 피하는 차선택으로는 성기 내 성기의 성교이고 구강성교나 항문성교는 더 위험하다.

### (3) 인간관계

성관계에 있어서 상대방에 대한 배려는 필수적이다. 상대자의 과거력이나 사생활에 대하여 잘 모르는 경우에는 성접촉 전에 충분한 정보를 교환하여 남녀관계에 서로 존중할 수 있는 태도와 행동을 할 수 있도록 하는 것이 필요하다.

## 에이즈 예방전략

### (1) 위험집단

양성관계자, 동성연애자, 정맥용 약

물 남용자 등은 구체적인 예방과 행동 수정을 요하는 교육과 상담이 필요하다. 왜곡된 성분화의 수정을 시도하고 부정적 시각에서 탈피하여 이론에 근거한 이해를 바탕으로 교육이 이루어져야 한다. 동성관계자를 위한 자조그룹을 형성하여 그들을 위한 그들에 의한 그들에 맞는 방법을 마련하여 안전한 성행위를 할 수 있도록 내용을 보완하여야 하고 그들도 인간으로서의 존엄성과 인격체로서 인정할 수 있는 분위기 조성이 필요하다.

### (2) 일반대중집단

일반대중의 에이즈에 대한 잘못된 지식과 정보를 바로 잡아주어 부정적인 태도에서 적극적인 태도의 변화를 가져와 올바른 예방행위를 하도록 도모한다. 가장 중요한 것은 에이즈 예방은 스스로의 행위 선택에 의해 완전히 예방될 수 있으므로 올바른 행위수행에 대하여 집중 교육한다. 여성의 생식과 관련한 내용, HIV에 감염된 사람은 걸으로는 감염되지 않은 사람과 구별이 되지 않는다는 내용, 감염된 사람 자신도 감염상태를 알지 못한다는 내용, 감염이 된 후 AIDS로 발병하기까지는 50%가 8~10년 소요된다는 점,

현재 치료방법이나 예방백신이 없다는 점 등이다.

### 예방을 위한 바람직한 행동지침

1. 성욕구는 자연스러운 현상이지만 욕구를 행위로 옮기는데는 학습에 의한 절제가 가능하므로 올바른 성행위를 실천하도록 한다.

2. 믿음만한 성파트너는 단 한사람만 갖는다. 단 한사람이라 할지라도 감염된 사람과는 관계를 피한다.

3. 확인할 수 없는 경우 항상 콘돔을 사용하는 것이 안전한 성생활이다.

4. 면도기, 주사바늘 등을 타인과 함께 쓰는 것을 피하고 우리나라의 경우 특히 칫을 맞을 때 멸균된 기구를 이용하거나 개인용을 소지하며, 문신이나 컷볼을 뚫을 때도 주의한다. 미국의 경우 문신을 한 경우 고위험 대상으로 취급한다.

5. 다수와의 성관계는 피하고 다수의 성관계를 가졌던 자와도 관계를 피하는 것이 좋다.

6. 우리나라의 경우 남성 성문화 중의 하나인 윤락여성, 절대부 등과의 접촉을 금하고 확인할 수 없는 상대와는 성관계를 금한다. **A**



SAFE SEX에 관한 홍보용 비디오의 일부