

남성의 힘

♥ 혈류 강약 따라 울고 웃는 남성

미국 뉴욕 맨하튼에 있는 코넬의학센터-뉴욕병원 비뇨기와 발기부전 클리닉 진료실에는 여러 동물의 '실물 사진'이 걸려 있다. 동물 수컷의 성기가 발기했을 때 크기는 고래가 3m, 코끼리 1.5m, 말 1m, 소 90cm, 고릴라 5cm, 인간 15cm(한국인의 경우 평균 11.2cm 라는 조사가 있음), 모기 0.03cm 등이다.

고래가 그 덩치에 어울리는 크기를 자랑하고 있으며, 코끼리도 그런대로 덩치에 어울릴 만하다. 말도 역시 '에쿠우스'라는 연극이 상징하듯이 크기가 만만치 않다. 인간도 몸집에 비해서는 크다고 말할 수 있다. 인간은 성적으로 선택받은 포유류니까. 하지만 인간의 성기에는 결정적인 약점이 있다. 그것은 대부분의 다른 영장류, 포유류와는 달리 뼈가 없다는 사실이다. 그래서 남성의 자존심을 건드리는 발기부전이라는 병에 걸리게 된다.

굳이 병적인 상황이 아니더라도 나이 50이 넘으면 남성호르몬 분비가 급격히 떨어진다.

또 담배라도 좀 피웠거나 동맥경화증이 있으면 영락없이 발기부전이 나타난다. 그래서 어떠한 대가를 치르더라도 고치고 싶어하는 안타까운 상황에 빠지게 된다.

뉴욕 코넬의학센터에서 일하는 동안 여러 환자의 발기상태를 직접 살펴보면, 상식이라고 생각하고 있던 흑인이 크고 동양인이 작다는 통념은 잘못이라는 사실을 깨달았다. 또한 예상 외로 동성애를 즐기는 환자가 많았는데(보통 전체 인구의 3% 정도라고 말한다), 이 환자들은 금발의 예쁜 간호사를 보고도 시큰둥해 하다가

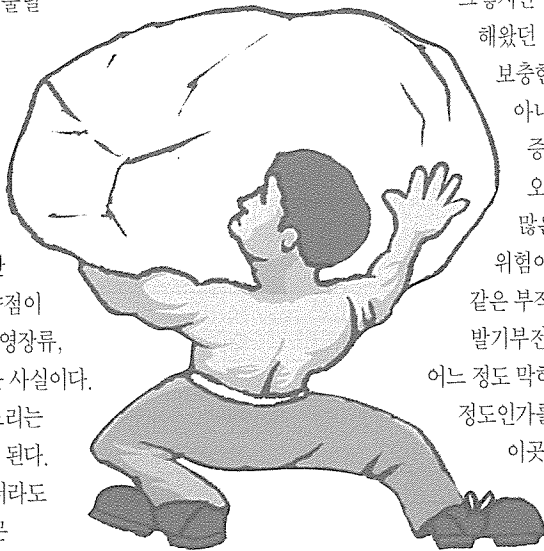
동양의 검은머리 의사가 들어가면 이상한 성적 반응을 보이곤 하였다. HIV 양성(후천성 면역결핍증, AIDS)인 겁나는 환자도 몇 있었다. 죽음을 앞두고도 성적 능력을 개선시키기 위해 이곳을 찾은 환자들이다.

발기는 음경에 흐르는 피의 흐름에 따라 좌우된다. 젊었을 때는 피 흐름이 왕성하다가도 나이가 들면 피의 흐름이 줄어든다. 혈관에 이상이라도 생기면 남성의 상징은 영락없이 흐느적거리게 된다. 심리적인 원인도 상당한 비율을 차지하지만 50세가 넘어서부터의 발기부전은 거의 대부분 체질적인 원인 때문에 생긴다.

그렇지만 몇 년 전까지 의학계에서 해왔던 것처럼 부족한 남성호르몬을 보충한다고 문제가 해결되는 것은 아니다. 남성호르몬을 투여하면 증상은 별로 호전되지 않고 오히려 미국 남성들에게 제일 많은 암인 전립선암에 걸릴 위험이 커지며 고환의 위축, 불임 같은 부작용만 많이 나타난다. 발기부전을 치료하기 위해서는 혈관이 어느 정도 막혀 있는가, 혈류의 속도가 어느 정도인가를 아는 것이 가장 중요하다. 이곳에 있는 혈관은 아주 가늘기 때문에 이런 상태를 알아내려면 현대의 첨단 기기들이 동원되어야 한다.

1980년대 후반에 개발된 초음파검사법의 일종인 도플러검사법과 90년대 초에 개발된 음경주사제인 프로스타글란딘요법은 음경동맥의 혈관 막힘과 혈류를 정확하게 파악하고, 그 치료법을 제시해준다.

인간 페니스의 동맥 직경은 0.03cm에 불과하다. 이 가느다란 음경동맥이 동맥경화증이나 당뇨, 그 밖의 여러 이유로 좁아진 것이 발기부전의 가장 중요한 원인이다. 그래서 초음파 검사의 일종인 도플러 검사가 발기부전의 원인을 밝혀낼 수 있는 가장 중요한 검사가 되는 것이다. 20여 년 전만 해도 정설로 믿어 왔던 '발기부전의 모든



원인은 당시 머릿속에 있다'는 심리학적
원인은 이러한 새로운 검사법의 발전으로
무참히 무너졌다.

손가락의 동맥보다도 훨씬 가는 이
조그만 동맥의 혈류가 결국은 남성의
성적인 힘을 상징한다.

♥ 성기능 장애의 행동요법

1970년에 마스터스와
존슨은 500쌍이 넘는

부부를 대상으로 하여 성기능 장애를 치료한 결과를
발표했다. 몇몇 비판도 있었지만 당시에 발표한 치료
성적은 놀라운 것이었다. 2주일 동안 합숙훈련을 한 결과
조루는 97.8%, 발기부전은 83.7% 완치가 된 것이다.
4년 후 헬렌 카플란은 이 방법 중에서 발기부전이나
조루가 있을 때 집에서 할 수 있는 주된 방법을 소개했다.

발기부전의 행동요법은 관능초점훈련이다. 이 훈련은
성행위자의 주된 관심을 삽입이라는 것에서 성적
쾌감으로 돌리는 방법이다. 우선 2주일 정도 부부는
삽입을 중지한다. 처음 남편이 엎드려 누우면 아내가
천천히 그리고 부드럽게 그의 등을 목에서 발끝까지
서서히 애무한다.

다음으로 남편을 돌아눕게 하고는 얼굴, 목, 팔, 가슴,
허벅지, 다리, 그리고 발끝까지 서서히 자극을 한다. 단,
이때 음경은 건드리지 않는다. 그렇게 하는 동안 남편은
아내의 손을 가볍게 끌어서 어디가 어떻게 기분이 좋은지
알려준다.

그 다음에는 남편과 아내의 순서를 바꾼다. 이때도
역시 마찬가지로 아내의 성기와 가슴은 건드리지 않는다.
이렇게 이틀에 한 번씩 2주일 정도 연습을 한다. 그 이후
서서히 성기 자극으로 진행을 한다. 이 간단해 보이는
방법은 실제로 부부들의 성적 대화를 개선시키고 부부의
즐거움을 동시에 증진시키는데 상당히 효과적인
방법이다.

이런 관능초점훈련이 꼭 발기부전의 치료에만
해당하는 것은 아니다. 조루증이나 여성 불감증에



이르기까지 성기능 장애에
광범위하게 응용할 수 있다.
그러나 성욕 저하증이 있거나
성기피증이 심하면
오히려 역효과를 일으킬
수가 있다. 우리 나라
남성들은 이발소나
사우나에서 흔히
이런 식의 자극을
받기 때문에
서구보다는 효과가
떨다.

다음으로 조루의 행동요법 가운데 집에서 할 수 있는
방법은 스퀴즈방법과 멈추었다가 다시 시작하는
자극방법이 있다. 이 두 가지 행동요법은 조루 환자로
하여금 음경감각을 자연스럽게 조절하도록 해주는
효율적인 방법이다.

이 방법을 써 보려면 자신의 성적 흥분의 정도를 0에서
10까지 열 단계로 나눈다. 0은 전혀 흥분하지 않은
상태이고, 9는 사정을 멈출 수 없는 단계, 10은 사정을
하는 단계이다. 자위나 여성상위를 하면서 흥분정도가 7
정도 될 때 자극을 멈추고 음경의 귀두부분을 4초 이상
누른다(스퀴즈). 그 후 1,2 분 정도 자극을 멈추었다가
흥분의 정도가 4정도에 도달하면 그때 다시 자극을 한다.
이 과정을 20분 이상 지속적으로 연습한다. 일단 5분
정도를 유지할 수 있으면 20분 이상 가는 것은 어렵지
않다.

이 간단한 방법으로 90% 이상의 조루를 치료할 수
있다. 그러나 실제로 해보면 그렇게 간단하지 않기
때문에 포기하는 사람들이 많다. '인수봉에 자일을
가지고 올라가라'는 이론만 가르쳐 주는 것이라는 비판도
나올 수 있다. 무엇보다도 단계적인 훈련이 중요하다.
필요하다면 약이나 주사의 도움을 받아야 한다. [Z]

<편집자 주 : 이 원고는 설현옥 박사의 인터넷 사이트
(<http://www.sex-academy.com>)에 게재된 원고를
필자의 동의하에 실게된 것임을 알려드립니다. (문의
: 02-512-1101)>