



# 키스 건강학

오재호/한국부부문화연구원장, KBS-2R “밤을 잊은 그대에게” MC

“**지** 난 7년동안 우리 부부는 단 한차례 키스조차 해본일이 없어요. 이제 정리하겠습니까. 아마 이 사람도 인정 할 것입니다.”

37세의 여자가 이혼법정에서 주장한 사연입니다. 단 한차례 키스조차 해 본일이 없었다는데 부부가 그럴 수도 있는 것입니까?

물론 두 사람은 이혼할 수 밖에 없었습니다. 사실, 우리 나라의 결혼문화에서 <키스>라는 단어가 자리잡은 것은 얼마되지 않습니다. 심지어 1950년 한국동란을 전후한 그 시절만 해도 <키스>는 변태성욕자가 하는 <짓>으로 해석되기도 했습니다.

헌데, 키스가 체내에 미치는 일반적인 영향은 이만 저만이 아닙니다. 몇 차례의 키스 때문에 심장이 뛰고, 맥박은 두 배로 빨라지고, 혈압이 오르고, 뺨장에는 인슐린이 분비되고, 아드레날린이 분비되어 삶의 의욕을 불러 일으킵니다.

<부부학>을 전공하고 있는 학자들마다 부부들에게 키스를 열심히 권장하는 이유도 있습니다. 부부가 사랑의 키스를 나누면 성적인 관계가 없이도 이런 현상이 일어납니다.

첫째, 아미노산 복합물인 뉴러펩티드와 같은 화학물질이 분비되어 스트레스성 고통에 대한 진통제 구실을 하는데 그 강도는 모르핀의 2배에 해당합니다. 둘째, 백혈구의 모노치렌 활동을 활성화시켜 질병에 대한 저항성을 높여줍니다. 셋째, 좌절할 때 혹은 공포를 느낄 때 나타나는 네거티브 스트레스 호르몬인 코티솔의 생성을 억제시

키는 효과가 특별합니다.

게다가 분위기가 있는 키스를 정기적으로 한 사람은 그렇지 않은 사람보다 5년을 더 장수 할 수 있습니다. 미국 시카고 의과대학 교수 <버논>박사의 연구에 의하면 다이어트를 하는 여성이 분위기 있는 키스와 칭찬을 매일 받으면 다이어트 효과가 그렇지 못한 여성보다 무려 57%나 더 향상될 수 있다고 했습니다. 왜냐하면 “부부 사이의 사랑의 아침 키스” 단 한 번이 3.8킬로칼로리의 에너지를 연소시키기 때문입니다.

<부부학>을 연구하고 있는 존 호치슨 교수의 키스학 강의 내용은 이렇습니다. 남자는 허리를 굽혀라. 남녀 모두가 혀를 사용하라. 키스할 때 절대로 영덩이를 빼지 말며, 가능한 키스하면서 은밀한 대화를 나눠 버릇하라는 것입니다. 헌데 우리 나라 부부들은 정말 얼마나 분위기 있는 키스를 나누고 있을까요?

우리에게는 키스문화가 없습니다. 영화배우나 탤런트도 텔레비전에 나와서 키스 이야기만 나오면 얼굴을 붉힙니다. 그들이 마냥 쑥스러워하는 이유가 무엇이겠습니까? 아마도 요즘 이혼 비율이 높아지고 있는데는 키스에도 이유가 있을 것입니다.

오늘의 결론입니다. 부부라면 때와 장소를 가리지 말고 열심히 입을 맞추며 살아야 합니다. 65세인 필자도 일주일에 한 두 번은 키스를 하고 삽니다. 배우자가 당신의 키스를 피할 때는 그럴만한 이유가 있습니다. 조심하시기 바랍니다. PPFK

