

남자만의 고민 ‘발기부전’

민권식 교수 / 부산백병원 비뇨기과

성행위가 단순한 성적 쾌감을 얻기 위한 동물적 의미만 지녔다면 우리들의 ‘고민’은 별 문제가 안 될지 모른다. 보다 중요한 것은 성행위가 남녀간의 마음을 행동으로 진실 되게 보여주는 하나의 신체적 언어라는 사실이다. 성행위 중에 스며있는 조그만 행동들로 상대방의 사랑을 확인하고 믿음을 느끼며 만족에 빠지도록 옥시토신의 분비를 증가시키는 행위인 것이다.

그런데 정말 사랑하는 사람에 대한 표현을 하고 싶어도 신체적인 발기력이 저하된다면 심각한 문제가 발생한다. 남성의 삶의 질이 현저하게 떨어질 뿐만 아니라 부부간의 친밀감, 사회적 활동도에도 적지 않은 악영향을 미치게 되기 때문이다. 전세계의 28개국 약 3만명이 참여한 설문조사에서 성생활의 중요도를 물었을 때 ‘매우 중요하다’는 우리나라 남성들의 대답이 87%로서 전세계에서 가장 높았다는 사실은 그만큼 우리나라 남성들이 성생활의 중요성을 인식하고 있다는 사실이다.

발기부전 역시 조기발견이 중요

그런데 이런 우리나라 사람들이 발기부전에 대해서는 얼마나 알까? 대부분이 발기부전이란 ‘아예 발기가 되지 않는 사람’이라고 생각한다. 그러나 전문의의 판단은 다르다. 발기부전이란 ‘처음부터 성행위를 할 수 있도록 발기가 되지 않거나 발기가 되더라도 성행위가 끝날 때까지 유지되지 못하는 상태’를 모두 일컬을 뿐만 아니라 정도로 말한다면 이런 현상이 10회 성행위 중

3회 이상만 발생하더라도 사실은 발기부전이다. 다만 경도의 발기부전이기에 반드시 치료를 해야 하는 것은 아니지만 곧 중등도로 넘어가는 단계이기 때문에 자신의 신체적 상태가 질병이라는 이해가 필요하다. 다른 병에서도 마찬가지로 ‘질병은 초기에 잡는 것이 효율적’이라는 것은 발기부전에도 해당되는 사실이다. 어떤 사람은 발기부전은 나이가 들면 당연히 오는 것이라고 강변하지만 그건 어디까지나 자신의 경우일 뿐이다. 70대~80대에서도 성욕을 느끼고 빈도는 낮더라도 규칙적으로 성생활을 하고 있고 치료를 하기 위해 내원하는 환자들이 비교적 많다.

다른 사람의 이야기가 아닌 ‘발기부전’

그럼 발기부전은 항상 남의 이야기이지만 할까? 필자 역시 바라는 바이지만 희망 사항에 불과하다. 발기란 긴 고무풍선에 바람이 들어가면 물렁한 풍선이 탄탄해지듯이 음경 내에 음경해면체라는 긴 고무풍선과 같은 구조물에 혈액이 들어와 가득 차게 되면 음경해면체가 탄탄해지면서 질에 삽입 가능한 강직도를 가지게 된다. 발기생리가 이렇다 보니 음경해면체 내에 피가 적절히 들어올 수 없는 환경이나 질병을 가진다면 발기부전이 초래된다. 예를 들어 고혈압, 죽상경화(동맥경화) 등은 동맥이 두꺼워지면서 혈관 내부가 좁아지고 통과하는 혈액 양이 줄어들게 되어 발기부전을 유발한다. 당뇨병은 일종의 미세혈관 질환인데, 발기 관련 혈관을 침범하게 되면 발기부전이 생기게 된다. 척추 골절이나 척수 손

상과 같이 발기가 되도록 명령을 내리는 신경이 다쳐도 발기부전이 될 수 있다. 또 정신질환, 고지혈증, 신부전, 남성호르몬과 같은 내분비계 이상, 다른 질병 치료를 위해 복용하는 약제들 등도 발기부전의 원인이 된다. 그 외 골반 내부에 발기 관련 신경과 혈관이 지나가는데 이 부위의 광범한 수술, 예를 들면 방광암, 직장암, 전립선암 등의 수술을 하게 되면 이 신경과 혈관이 다쳐 발기부전이 발생한다.

질병에 따른 발기부전 발병 확률

한편 현재 내가 발기부전이 없다 하더라도 질병에 따라 앞으로 발기부전이 생길 확률을 점쳐볼 수 있다. 국내에는 중증의 발기부전 환자가 40세 이상 남성의 약 17%, 중등도까지 포함하면 32%에 달하는데 고혈압이 있는 환자는 이런 일반적 발병률에 비해 1.5~2배가 높다, 심장질환이 있는 환자는 2배, 전립선비대증이 있으면 1.5~2배, 우울증이 있으면 2~3.5배, 당뇨가 있으면 3~4배 더 많이 발생하게 된다. 특히 당뇨병이 있는 환자는 발기부전 발생률이 최소 둘 중 한 사람 꼴이며 현재 성기능이 괜찮다 하더라도 추후 발생할 비율은 70~90%에 달할 정도로 가장 흔히 발생한다. 많은 환자들이 발기부전이 발생하면 일시적인 이유거나 심리적인 이유라고 판단하고 억지로 버티지만 발기부전은 심리적인 원인도 있지만 전술한 바와 같은 이유로 발생하는 것이기 때문에 검사를 하면 혈관이상과 같은 신체적 원인이 밝혀진다.

발기부전의 치료법

이런 비관적인 사실에 비해 현재의 발기부전 치료법은 비교적 효과적이다. 우선 다수의 발기유발제들이 판매되고 있는데 이 약제만으로도 약 60% 정도의 환자는 정상적인 성생활을 영위할

수 있다. 특히 경도의 발기부전이 초래된 환자라도 혈관의 상태에 따라 발기유발제를 규칙적으로 복용하면 이전의 발기력을 다시 회복할 수 있는 경우가 왕왕 있다.

그러나 일부의 심장병 환자나 협심증으로 질환을 복용하는 사람은 함부로 이 약을 복용해서는 안 된다. 이 약제로 만족스럽지 못하다면 진공흡입기나 주사제로 발기를 유도할 수도 있다. 진공흡입기는 지나치게 사용이 번거롭다는 단점과 주사제는 본인 스스로가 주사바늘을 음경에 찔러야 한다는 부담감이 있지만 80~90%의 환자에서 발기를 유도할 수 있기 때문에 약제에 듣지 않는 사람들에게는 매우 유용하다. 적지 않는 사람들에게서는 남성호르몬이 부족해 성욕 감소와 함께 발기부전이 나타날 수 있는데 복용 약제, 피부 도포제, 주사제 등을 이용해서 남성호르몬을 보충하면 만족스러운 발기를 획득할 수 있다.

당뇨병환자 같은 경우는 혈관과 신경의 파괴가 매우 심하기 때문에 이런 방법들이 모두 듣지 않는 경우들이 있는데, 이 때는 수술적 방법으로 음경보형물을 음경에 삽입하여 발기를 시킬 수도 있다. 비용이 매우 비싸다는 단점이 있지만 원인이나 발기부전의 정도에 관계없이 발기를 시킬 수 있는 좋은 방법이다.

유전자 치료법, 새로운 복용 약제 등이 연구 중에 있지만 아직 상용화되기 위해서는 많은 시간이 필요한 실정이다. 이 외에도 다양한 치료법이 있는데 환자에 따라 선택될 수 있다. 일부의 환자는 치료제 등으로 억지로 발기를 시키면 발기력이 모두 고갈되기 때문에 가능한 약제를 사용하는 횟수를 줄이려고 하는데 전혀 근거가 없는 사실이다. 오히려 발기부전인 경우에는 자주 발

기를 시켜줌으로써 음경 내의 생리를 정상적으로 유지시켜주는 순기능이 있기 때문에 자주 발기를 할수록 좋다.

가장 평범한 노력이 발기부전 예방

발기부전이 발생하기 전에 예방이 가능하다면 그것이 최선일 것이다. 어떤 방법들이 있을까? 사실은 묘책이라기 보다 뜻밖에 가장 평범한 노력이 발기부전을 예방할 수 있다. 스트레스는 만병의 근원일 뿐만 아니라 혈관을 수축시키기 때문에 발기부전을 악화시킨다. 현대에서 스트레스를 안받는다든 것은 거짓말이겠지만 가능한 빨리 해소하는 것은 자신의 몫임에 틀림없다. 불안과 분노들도 노르에피네프린 분비를 증가시켜 혈관을 수축시키므로 긍정적인 사고방식은 필수적이다. 흡연은 만성적 혈관 장애를 유발하므로 발기부전에는 치명적인 행동이다. 남녀 사이란 성행위가 모두가 아니므로 늘 반복되는 생활방식을 탈피하고 부부간의 친밀감을 평소에 높여두는 것이 자신의 성욕을 높이는 방법이다. 신경안정제, 정신과 약제, 위염치료제, 고혈압 치료제 등이 발기부전을 유발할 수 있는데 이런 약 복용 후 발기력에 문제가 생겼다면 전문의와 상담 후, 약제를 변경하거나 다른 치료법으로 전환하는 것이 좋다. 비만은 혈관질환을 유발하여 발기부전을 초래하므로 체중 조절, 특히 허리둘레를 줄이는데 초점을 둔다. 비만의 치료에는 적극적인 운동이 최선인데, 정상인에게도 지속적인 운동은 혈관의 건강을 오래도록 유지시켜주기 때문에 더 없이 좋은 예방법이다. 고령이거나 배우자가 없어 성행위가 없는 남성은 규칙적으로 자위행위를 하는 것도 성감과 성기능을 유지하는 매우 좋은 방법이다. 현재 당뇨, 고혈압과 같은 혈관질환을 앓고 있으면서 발기부전이 없는 환자는 해당 질환을 적극적으로 치료하는 것이 발

기부전이 오더라도 늦게, 또 경하게 유발되도록 하는 방법이다. 그런데 운동이나 다른 노력은 게을리 하면서, 또 확인되지 않은 강정제, 인정되지 않은 한방약제, 등을 복용하고 무분별한 행동을 하면서 자신의 성적 건강은 오래도록 유지하기를 기대하는 사람들이 더러 있는데, 자신의 신체적 안녕을 위해서는 나름대로 땀이라는 그 대가를 지불해야 한다.

발기부전을 극복하기 위해서 무엇보다 중요한 것은 자신이 발기부전이라는 사실을 인정하고 치료를 하려는 의지와 어떤 원인의 발기부전이라도 거의 모든 환자에게서 정상적인 성생활을 할 수 있는 치료법이 있다는 사실을 아는 것이다. >



화산폭발로 잿더미가 되어버린 이태리 폼페이이 프리아포스 벽화 (프리아포스는 다산, 욕망, 남근의 신으로 알려진 미의 여신 아프로디테의 이들이다.) 거대한 음경의 저울질은 프리아포스의 자신감을 나타낸다. 남성에서 발기의 의미는 성행위를 의미하기도 하지만 모든 면에서 자신의 자신감을 대변하기도 한다.