

우리 부부의 섹스리스



강 동 우

성의학클리닉 원장, 서울의대 임상교수



킨제이 여성 보고서 발간 50주년을 기념해 2003년의 ‘국제성의학연구학회(IASR)’는 킨제이 연구소에서 개최되었다. 당시 킨제이 성 연구소에서 연수 중이던 필자는 이 학회에 자연스럽게 참석하게 되었다.

전 세계에서 수백 명의 학자들이 모였는데, 이 때 발표된 논문 중의 하나가 DINS족에 관한 것이었다. DINS란, ‘Double Income No Sex’의 약어로 맞벌이 부부가 상대적으로 섹스횟수가 대폭 줄어들거나 기피하는 현상을 의미한다. 해당 연구자는 이 문제에 있어 부부가 직무에 따른 스트레스와 시간부족을 원인으로 섹스빈도가 급격히 떨어진다는 사실인데, 맞벌이라 할지라도 두 사람이 상호 만족스런 성행위를 하고 두 사람 사이의 친밀감이 유지될 경우, DINS족에 빠져 섹스리스가 될 가능성이 떨어진다는 사실이었다.

일찍이 킨제이 보고서에 따르면, 30대 부부의 경우 주 3회, 40대 부부의 경우 주 2회 정도의 성교 횟수를 보인다고 하나, 이를 우리의 현실에 그대로 적용시켜서 주1회면 문제가 있는 부부라 직결시킬 수 없다. 필자가 미국생활을 하면서 느낀 점은 이곳 사회는 직장을 다닌다 해도 정시퇴근을 하며 퇴근 후 마땅히 갈 곳도 없고 귀가하는 경우가 대부분이어서 그만큼 부부간에 함께 시간을 공유할 여지가 많다는 점이다.

그러나 한국은 어떠한가? 5시 정시 퇴근은 고사하고, 업무 과다로 야근을 해야 하고, 상사의 눈치를 보면서 회식을 하거나 접대를 해야 하는 경우가 잦고, 늦게나마 귀가한다면 이미 몸은 파김치가 다 된 상태다. 그만큼 한국의 직장인은 후사당하고 있고, 지쳐서 훑아떨어진 남편을 원망할 것이 아니라 힘들게 생존해야 하는 우리의 현실을 원망해야 할 것 같다. 직장 때문에 성기능과 직결된 심리적·육체적 스트레스 수준이 높은 만큼 우리에게 DINS족은 더 많이 있을 것이란 추측은 사실일 것이다.



더군다나 한국의 남성들은 웬지 성교 시에 반드시 상대를 100% 만족시켜야한다는 묘한 집착이 있는 것 같다. 이때 성기의 크기나 삽입 시 발기강직도나 사정시간에 너무 완벽주의적인 생각을 갖고 있는 것도 문제다. 하지만 상대여성의 기분과 반응은 제쳐둔 채 성기의 크기가 크다고, 또한 무조건 딱딱하거나 오래 끈다고 여성이 성적 만족도가 높았다는 연구보고는 그 어디에도 없다.

또한, 임신을 하게 되면 자연스레 성행위의 빈도가 떨어지기 마련인데, 이때 배우자의 외도를 의심하거나 외도의 가능성이 커지는 것도 사실이다. 하물며, 우리나라만큼 100M 이내의 거리에서 쉽게 성을 사고팔 수 있는 유흥업소가 많은 곳이 지구상에 또 있을까?

- 우물에서 물 갖기 -

이 시점에서 성교의 횟수와 관련해 미국의 성 치료자들이 상담 시에 흔히 제시하는 일례를 드는 것이 도움이 될 듯하다.

옛날 옛날에 같은 마을에 사는 철수와 영철, 두 명의 남자가 있었다. 그들은 각자 우물에서 얼마 떨어진 곳에 살았는데, 그 우물은 마을 사람들에게겐 유일한 식수원이었다. 그런데 이 우물로 가려면 반드시 아주 깊고 무서운 숲을 지나야 했고, 사람들은 숲이 두려워서 날쌔 걸음으로 도망치듯 재빨리 빠져나오곤 했다.

먼저 철수는 주로 일주일에 두세 번 씩 우물에 가서 양동이에 절반씩 채워서 돌아오곤 했다. 그는 숲을 뛰어와도 물

을 별로 흘리지 않아서 집에 돌아와 전부 사용할 수 있었고, 그와 그의 아내는 늘 적당히 남아있는 물을 마시면서 행복하게 살았다.

반면, 영철이는 한 달에 한번 씩 우물에 갔다. 그와 아내는 물을 길러갈 즈음에는 완전히 목이 말라 죽을 지경이었다. 그래서 갈증에 시달린 영철이는 철수보다 훨씬 큰 양동이를 준비해서는 우물로 갔고, 그 큰 양동이에 물을 아주 가득 채운 다음 숲을 내달렸다. 집에 도착했을 무렵엔 불행히도 물은 대부분 쏟아지고 남은 게 별로 없었다. 영철의 아내는 양동이 바닥에 남은 물을 보며 실망하기 일췌였다.

여기에 부부생활의 해법이 있다. 행복한 생활을 하는 철수가 늘 영망진창인 영철과 차이점은 양동이의 크기나 물을 채우는 양에 집착한 것이 아니라 발품을 더 팔고 한 번에 가져오는 물의 양이 적더라도 적절한 때에 우물에 느긋한 마음으로 다녀왔다는 점이다.

‘접이불루’라는 말은 옛말이다. 과거 과학적이지 않던 시절엔 마치 성행위를 많이 하고 정액을 낭비하면 몸이 망가지는 것처럼 알려져 왔다. 이런 오해는 몇 백 년 전의 서구사회도 마찬가지였다. 즉, 정액을 방출하는 것은 그것의 몇 배 분량의 피를 버리는 것과 같다는 다소 엉뚱한 의사의 의견도 있었다. 하지만 이런 허구적인 믿음은 과학적 연구에 따라 말도 안 되는 것으로 판명난 지 오래다.

오히려 성생활을 잘 유지하고 부부사이에 의견과 행동을 공유한 부부들이 더 건강하고 오래 살고 스트레스를 안 받는다는 논문이 무수히 많다. 더군다나 남성의 경우, 전립선염 등이 있을 때 적절한 빈도로 성행위를 유지하게끔 교육하고 있다. 실제로 너무 사용하지 않으면 전립선에 석회화가 일어나고 이로 인해 전립선 기능뿐 만 아니라 성기능도 영향을 받는다.

쓰지 않으면 녹스는 것이 우리의 성기능이요, 부부사이에 적절할 수준의 성생활이 사랑을 유지할 수 있는 중요한 수단인 것이다. 🌈