

## 크기는 문제의 핵심이 아니다



강 동 우

성의학클리닉 원장, 서울의대 임상교수

얼마전 신문에 한국식 사우나가 미국에서 인기를 끌고 있다는 보도가 있었다. 실제로 미국에서 몇 년간 연수를 했던 필자는 주말이나 휴가기간에 뉴욕에 들렀다가 허드슨 강 건너 뉴저지에서 꽤나 유명한 한국식 K사우나의 찜질방에서 온가족이 피로를 풀기도 했었다. 이미 몇 년 전이었던 그 당시에도 한국식 찜질방이나 사우나의 예찬론자들이 되어버린 외국인을 만나기란 어렵지 않았고, 그들은 처음엔 대중탕이란 썩스러움에 망설이지만 이내 사우나의 묘미에 빠져버린 경우가 많았었다.

피로회복에 그만이고, 요즘은 주말에 자주 가족들과 함께하는 찜질방이나 사우나에서 우리의 성문화와 관련된 잘못된 버릇 하나를 발견할 수 있다는 점이 필자에겐 참으로 안타깝다.

즉, 한국의 남성들은 유독 자신의 성기에 대해 사이즈 콤플렉스가 있는데, 이는 주로 목욕탕에서 남들과 자신의 것을 비교하다 보면 열등감에 빠지는 일이 잦다는 것이다. 그런데, 문제는 내려다보는 내 것과 마주보는 남의 것은 시선의 각도 차이에 따라 내 것이 작아보일 수밖에 없다. 이런 이치를 모르고 남의 떡이 더 커보이는 상황에 자꾸 내 것은 작다고 열등감에 빠지고 자신의 것이 작아서 여성을 만족시키지 못한다는 묘한 콤플렉스에 빠져버린 경우가 꽤 있다.

지난 2003년, 필자는 미국 킨제이 연구소에서 연수하며 연구와 진료에 동참했었다. 당시 미국에서만 3000여

명 환자의 성기를 직접 만져왔는데, 개인적 견해로 서구인의 성기가 우리와 크기에서 별 차이가 없다는 사실이다. 통계적으로는 서양인이 평균 발기 크기가 14cm, 동양인이 발기시 12.5cm으로 1.5cm 정도 작지만, 그 정도 차이는 성기능에서 별 중요성이 없다.

오히려 서양인의 경우 지나친 복부비만으로 성기가 뱃살에 파묻힌 경우가 많아 실제 유의미한 발기 크기는 동양인에 비해 짧은 경우도 허다하지만 그들은 성기의 크기에 그리 집착하지 않는다.

실제로 성의학의 학문적인 관점에서 발기시 5cm 이상이면 기능상 문제가 없다. 이는 여성의 해부학적 구조를 보면 쉽게 이해할 수 있다. 여성의 질은 신축성 공간으로 남성의 크기가 크건 작건 이를 잘 감싸며 대물이라도 여성을 만족시킬 수 있다는 것은 어디까지나 전문가가 아닌 사람들의 잘못된 상식일 뿐이다. 오히려 여성을 만족시켜야겠다는 지나친 강박관념과 불필요한 책임감이 문제인데, 성행위 중에 이런 불필요한 긴장감은 성흥분반응에 악영향을 끼쳐서 발기가 쉽게 죽거나 조루증상으로 발전할 수도 있다.

이와 관련하여 성기의 크기에 대해 과도한 집착을 하는 남성들이 일부 음경확대수술을 받기도 하지만, 그리 효과적이지 못하고 수술과 관련한 부작용을 유의해야한다. 이에 대해 필자가 재미난 일례를 들면 미국 같이 다인종 국가에서 필자가 만났던 음경확대술 부작용 환자들의 상

당수가 흑인이라는 점이였다. 즉, 객관적으로는 그들의 성기크기가 다른 인종보다 작지 않은데 오히려 그들이 성기크기에 대한 집착도 많고, 음경확대술에 따른 부작용으로 전문병원으로 찾아온 경우가 많았던 것이 참으로 아이러니라 할 수 있다.

### 질의 크기로 고민하는 여성 - 크기가 아니라 질근육의 탄력이 중요.

이번엔 여성이 크기 문제에 집착하는 내용을 살펴보자.

‘내 것이 너무 커서 그의 쾌감이 떨어지지 않을까, 출산 후 질이 늘어난 것이 문제가 되지 않을까?’

희대의 매력녀 클레오파트라도 영웅을 사로잡기 위해 독특한 비법과 훈련에 매달렸다는데, 성클리닉에서 여성들의 이런 고민은 남성들의 크기 집착 만큼 흔하다.

그렇다면 질의 크기가 성감의 결정적 요인이 될까? 질은 평상시 7cm 정도 길이의 신축성 공간으로 남성의 크기가 크건 작건 이를 잘 감싼다. 어찌보면 남성의 음경에 비해 작다. 흥분시 질 입구쪽은 질벽이 부풀어올라 좁아지지만, 질의 끝에 위치한 자궁이 위쪽으로 상승하여 질의 내부 공간은 커진다. 남성의 발기현상에 견줄 수 있는 질의 확대현상은 남성의 성기와 정액을 받아들이는 준비과정이다. 정상적인 질의 팽창이 없다면 오히려 성교통의 가능성이 크고 임신확률도 떨어진다.

질의 크기와 관련해 가장 큰 문제는, 갱년기 여성 호르몬 감퇴에 따른 질위축이나 자궁적출술시 질의 길이감소에 따른 성교통이 전부다. 이들은 오히려 크기가 줄어든 경우이다. 질의 크기가 작으면 성감이 증가할 것이라 생각은 착각일 뿐 사실이 아니다. 만약 이것이 사실이라면 질위축 문제를 가진 여성이 성감이 더 좋아졌겠지만 그 반대다.

특히 쾌감과 관련해 질입구의 크기를 걱정하는데, 남녀의 성감은 질의 크기가 아니라 바로 질의 입구와 항문을 8자로 둘러싼 골반저근(Pubococcygeal muscle)의 탄력에 달린 것이다. 남성이 여성의 질이 험령하다고 느끼는 것도 이 때문이다.

실제로 질의 입구 크기나 길이가 성기능에 영향을 미치

느냐는 논문을 훑어보면 이런 요소들은 성감과 무관하다고 보고되었다. 이와 관련해서 제일 중요한 요소는 앞서 언급한 골반저근의 적절한 탄력, 즉 조임현상이다. 이는 남성 뿐만 아니라 여성의 쾌감에도 필수적인데, 질은 입구측 1/3에만 감각신경이 존재하기 때문이다. 질의 적절한 조임현상은 케겔 운동으로 개선하는 것이 기본이다. 하지만, 상태가 심하면 단순한 케겔운동으로는 한계가 있다. 이때는 전문적으로 골반저근의 적절한 긴장과 이완을 만들어주는 바이오피드백이란 방법으로 교정하는 것이 가장 효과적이다.

출산 후 늘어난 질입구나 성감을 올리겠다고 질의 크기를 줄이는 일은 학술적으로 별다른 의미가 없다. 애초에 심한 요실금으로 고생해서 이로 인해 성생활이 잔뜩 위축되었고 심각한 장애가 우려될 때 요실금 관련 골반저근을 교정하는 경우가 있지만, 마치 이런 류의 수술이 모든 종류의 불감증이나 다양한 여성성기능장애를 치료하는 최선의 방법인양 알려진 것은 잘못된 것이다. 어떤 교과서에도 일반적인 불감증이나 여성 성기능장애에 성기의 크기를 줄이거나 보형물을 삽입하는 수술이 최선의 방법이라고 나와있지 않다.

행여나 결혼을 앞둔 여성이 결혼전의 잦은 성행위로 인해 질이 늘어났다고 착각하며 앞날을 고민하는 경우도 사실은 질의 크기가 늘어난 것이 아니라 골반저근의 적절한 탄력이 감소한 것으로 이 근육의 탄력성을 재활치료하는 것이 중요하다. 필자는 남녀간의 성생활에 솔직한 성대화의 중요성을 강조해왔지만, 이것이 예외다. 남몰래 행할 수 있는 케겔운동이나 전문적인 바이오피드백도 굳이 공개할 필요는 없다. 남편의 달라진 반응과 관심에 그저 의미심장한 미소만 띄우면 되는 것이다.

인터넷 문화의 발달과 첨단과학을 상징하는 한국에서 성기능에 관해서는 유달리 오해와 말도 안되는 비과학적인 생각들이 판친다. 부디 남녀 성기의 크기에 대한 착각과 막연한 열등감도 하루빨리 없어지길 바랄 뿐이다. 