

성행위 때마다 드는 의문들 1

남편이 의무방어전을 하는 것은 아닐까. 아내가 즐겁다며 비명을 지르는 데 과연 오르가즘을 느끼는 걸까. 많은 사람들이 성행위 때 별 도움이 되지 않는 생각에 빠진다. 문제는 성행위를 할 때 그 분위기와 성적 흥분에 꼭 빠져야하는데, 이런 잡념들이 성적 흥분을 억제하고 분위기를 망친다는 사실이다. 필자는 몇 회에 걸쳐 이런 문제에 대해 논하고자 한다. 우선 이번 호에는 아내들이 흔히 갖는 의문 몇 가지를 알아보자.



강 동 우

성의학클리닉 원장, 서울의대 임상교수

남편의 성기가 크고 내 것이 작아서 아프다?

성교통은 여성의 성기능장애 중 두 번째로 흔한 성기능장애다. 성교통이 있을 때 많은 여성들은 남편의 성기가 크고 딱딱해서 아프거나, 여성의 성기가 그에 비해 무척 작아서 아플 것이라는 막연한 오해를 한다. 하지만, 이는 근거가 없는 얘기다. 여성의 성기는 크기가 정해진 것이 아니라, 근육으로 둘러싸인 기능성 공간이다. 즉, ‘골반저근’이라는 근육이 항문과 질을 아라비아 숫자 ‘8’의 모양으로 둘러싸는데, 이 근육은 적절한 탄력성이 있어서 음경의 크기에 따라 적절히 밀착된다. 또한, 출산 시에는 남성의 심볼보다 훨씬 크기가 큰 신생아도 여성의 성기를 통해 나올 수 있는 것이다.

성교통은 그 절반이 질입구의 전정염이라는 신체 문제에 기인한 것이다. 성적 흥분을 하는 데도 성교시마다 무척 쓰라리고 찢어질 듯 아프다면 이때는 성교통을 의심해 야한다. 물론, 질경련증과 같이 심리적인 원인을 갖는 경우도 있지만 이럴 경우는 아예 단한번도 삽입성교를 이룰 수 없다. 삽입성교가 가능한데 대부분 아픔을 느끼는 일반적인 성교통은 여성의 생식기에 전정염이나 기타 질염,

자궁의 근종, 낭종 등 신체 문제를 우선 확인하는 것이 꼭 필요하다. 문제는 성기능장애에 익숙하지 못한 의료진들은 주로 여성의 성교통이 어떤 문제로 인해 발생하는지 숙지하지 못하고 있기 때문에 당사자는 분명 성교통의 문제가 있는데도 불구하고 일반적인 검진에서 이 성교통의 문제와 그 원인이 밝혀지지 못하는 경우도 잦다. 그래서 간혹 ‘원래 다 그렇게 아프다, 참고 해봐라’는 말을 듣게 되는데, 이런 말을 하는 의료진은 성기능장애와 성교통에 대해 제대로 모른다고 봐야한다.

하지만 성행위에서 많은 여성들이 성교통에 대한 두려움이나 또는 아플까봐 겁이 나서 잔뜩 몸을 움츠리고 온몸의 근육에 힘을 주는 경향도 있다. 하지만 이런 습관은 성행위에 도움이 되기는 커녕 성교통을 더욱 힘들게 만든다. 즉, 남편의 성기가 몸속으로 들어와야 하는데, 온몸에 잔뜩 힘을 주게 되면, 앞서 언급한 질입구의 근육 또한 경직되어 삽입성교는 더욱 힘들게 된다. 질근육이 경직되면 삽입시도 시에 남녀의 성기는 물리적인 압박을 받게 되는데 이렇게 되면 여성이 느끼는 통증은 더욱 커질 수 있다.

쉬운 예를 들자면, 병원에서 영등이에 근육주사를 맞을 때 간호사들은 어떻게 말하는지 떠올려보자. ‘힘 빼세요’ 아니면 ‘힘 주세요’...당연히 힘을 빼는 것이 주사바늘이

근육 속으로 잘 들어갈 수 있다. 주사바늘이 아플까봐 힘을 주고 근육이 경직되면 더욱 아프다. 여성이 성행위 때 온몸이나 특히 다리(허벅지)에 힘을 쥐신 안되고 온몸을 이완시켜야 할 이유가 바로 이것이다.

현재 성교통의 어려움이 있다면 앞서 언급한 대로 성교 시 통증에 대한 두려움에 집착하기 전에 충분히 몸을 이완시키고 성흥분에 몰입하도록 해야 한다. 그래도 통증이 반복된다면 이 때는 성기능장애 전문가를 찾아 그 원인을 확인하고 원인에 맞는 치료를 하는 것이 옳다.

남편이 발기가 안 되는 것은 내 탓이다? 내가 색시하지 않아서다.

발기부전은 남성의 20~30%가 한번쯤은 겪을 수 있는 일이다. 발기부전의 문제로 필자를 찾은 많은 남성들이 아내가 오해를 해서 더 힘들다고 한다. 즉, 남편이 자신을 사랑하지 않아서 또는 아내에게 성적 매력 없이 남편이 발기가 안 될 것이라고 아내들이 속상해 한다는 것이다. 심지어 혹시 바람이 나서 더 이상 아내에게 매력을 못 느끼는 것은 아닌지 외도까지 의심하는 경우도 자주 있다.

이런 커플들을 잘 훑어보면 실은 아내가 지나친 걱정을 하고 이런 현실에 대해 오히려 남편에게 짜증을 내거나 의심을 하는데, 이런 여성들은 내면에 자격지심을 갖고 있는 경우도 흔하다. 즉, 자신이 어떤 식으로든 부족한 여성이고 그래서 남편의 사랑을 잃을 지도 모른다는 두려움이 자꾸 스스로 자책을 하거나 상대를 의심하게 만든다.

하지만 엄청난 결격사유가 없는 여성이라면 이런 생각들은 부부 사이를 좀먹을 뿐이다. 발기력이 과거에 비해 현저히 저하된 경우의 남성은 대부분 그 원인이 심리적 이든 신체적이든 남성들 스스로 말은 안 할 지 몰라도 내심 '또 발기가 되지 않으면 어떡하지'라는 엄청난 불안을 겪고 있다는 점이다. 즉, 아내 뿐 만 아니라 당사자인 남편은 더욱 큰 걱정을 하고 있을 가능성이 크다. 그것도 모른 채 각자 병어리 냉가슴 앓듯이 고민만 하고 있는 것이다.

남성 성심리는 아내를 만족시켜야 한다는 목적의식과 성취감이 있는데, 발기가 되지 않으면 아내가 뭐라고 말하기도 전에 남성 스스로 내심 무척 불안 상태에 빠진다. 심지어 이럴 때 아내가 문제를 너무 노골적으로 거론하거나 의심을 하면 적반하장 더욱 화를 내거나 성행위 기피현상까지 빠질 수 있다.

따라서 남편이 발기가 잘 되지 않을 때는 너무 노골적으로 남편의 발기력 저하를 탓하거나 내가 매력없는 여성이라고 자책하는 것은 백해무익. 이보다는 남편의 현재 건강 문제를 함께 걱정해주려는 팀의식이 더 옳다. 특히 원래 괜찮았는데 나이가 들면서 서서히 위축되는 쪽이라면 실제로 혈관이나 호르몬 등 건강상태에 적신호가 들어와 있다고 보면 된다. 따라서 발기 기능 자체보다는 당신의 건강이 예전에 비해 뭔가 문제가 있으니 함께 그 원인을 찾고 필요하면 치료를 받는게 낫지 않겠느냐 권유하는 것이 훨씬 현명한 아내의 모습이다.

남성의 발기가 떨어지면 점점 성행위를 하고 싶지 않은 상태에 빠질 수 있다. 이런 경우 아내는 과거에 비해 성행위 빈도가 떨어지는 것을 두고 내 남편이 과거에 비해 나를 사랑하지 않는다고 화를 내거나 외도를 의심하지만 이 또한 지극히 미숙한 대응이라 할 수 있다. 만약 당신이 노래를 잘 한다면 노래방에 가는 것이 즐겁겠지만, 목이 쉬었던 어떤 병이 있던 노래가 안 된다면 과연 노래방에 가고 싶을까?

특히 남성들은 여성 앞에서 자신의 남성으로서의 능력이 문제가 있다는 것을 인정하고 싶어하지 않는다. 그렇기 때문에 발기 기능에 문제가 생기면 아예 시도조차 하지 않는 경향이 있다. 이를 눈치 채지 못하고 자꾸 재근하면 오히려 화를 내는 남편들도 많다. 이밖에도 '나는 성행위가 요즘 별로 재미없다. 아내는 가족이고 친구 같은데 별 성욕이 안 느껴진다. 친구같이 사이 좋게 지내면 되지 않느냐, 부부끼리 성행위가 꼭 필요하냐'며 그럴 듯한 논리를 펼치며 구실만 찾는 남편들도 사실은 자신의 성기능장애를 부정(否定)하고 있을 가능성이 제법 크다.

이럴 때 아내 앞에서 문제를 제대로 인정하고 내 앞에서 자백하라는 식의 강요는 발가벗으라는 위협과 같다. 이보다는 부부의 성문제는 부부의 공동 문제이므로 함께 풀어가자고 접근하는 것이 옳다. 처음에는 남편들이 내켜하지 않지만, 오히려 문제를 탁 털어놓고 함께 고민하면 꼬였던 문제가 쉽게 해결되는 경우도 많다. 두 사람의 노력으로도 안된다면 그 때는 전문가의 도움을 받으면 되는 것이지 이 모든 문제가 내 탓이나 상대방의 애정부족으로 여기고 혼자 고민하거나 분노감에 상대를 혐오하는 것은 지극히 어리석은 모습이라 할 것이다. 🌈