

나이의 성적능력

전설적인 희극배우 찰리 채플린은 54세의 나이에 17세의 오나 오닐과 네 번째로 결혼했다. 그 소녀는 유명한 극작가 유진 오닐의 딸로, 당시 채플린의 아들과 서로 좋아하던 사이였다. 이 소녀와 결혼한 후 채플린은 "오나 같은 여자를 미리 알았더라면 그렇게 많은 여자와 관계를 가질 필요가 없었을 텐데" 하면서 스위스에서 목가적인 생활을 즐겼다. 이미 다른 여지들과의 사이에서 낳은 자식이 일곱이나 있었던 그는 70세가 넘어서 여덟 번째 자식을 낳았다.

평균 수명이 늘어나면서 65세 이상의 노인 인구가 급격히 늘고 있다. 나이 50이 넘으면 남성호르몬 수치가 급격히 떨어지기 시작하고 성적 활력도 줄어든다. 65세가 되면 수면중 발기력과 피부감각까지 현저히 떨어진다. 이른바 정년퇴직하는 나이인 것이다. 그렇지만 나이가 들었다고 해서 반드시 성적으로도 정년퇴직하는 것은 아니다.

인간의 남성호르몬은 다른 동물들과 달리 성적 활동에 절대적인 영향을 미치지 않는다. 80대 노인들도 남성호르몬의 양은 20대 청년의 3분의 2 정도를 유지한다. 미국에서는 그 나이에 주 1회 정도 성관계를 갖는 노인들이 전체 인구의 10% 정도에 이른다는 조사 결과도 나와 있다. 40대 인구의 80%, 50대에서 50%라는 사실에 비하면 크게 감소한 수치이다.

노화에도 불구하고, 많은 사람들은 왕성한 성생활을 하고 싶어한다. 오늘날 수백만명이 이 문제로 딜레마에 빠져 있다. 노화가 진행됨에 따라 발기력이 떨어지고, 전립선 질환이나 방광 질환으로 수술을 받아야 하는 경우도 생기고, 이런 수술을 받고 발기부전이 되기도 한다. 그럼에도 불구하고 남자들은 60대까지는 발기를 할 수 있다. 오늘날에는 70-80대 남성들이라도 계속 직업을 가지고 사회생활을 하고 있으며 그 중에는 왕성한 성생활을 기대하는 여성들과 재혼을 한 사람도 많다. 새로운 로맨스가 시작되면 남성들은 자신의 성적 능력에 다시 관심을 가지게 되며 여성을 만족시킬 수 있을 만큼 훌륭한 솜씨를 갖고 싶어한다. 이럴 경우, 음경에 칼을 대야 하는 생각만 해도 끔찍한 음경보형술 삽입수술 같은 치료를 받을 수도 있지만 가느다란 주사 하나로 안전하고 확실하게 발기력을 상승시킬 수 있는 주사치료라는 현대의학적 선택을 할 수도 있다. 나이가 들면 발기력이 떨어지는 것이 당연한 일이라는 생각이 바뀌어감에 따라 사람들은 음경주사 같은 더 안전하고 확실한 발기부전 치료법을 요구하게 되었다. 성이라는 것을 젊은 사람만이 가지는 전유물이자 특권으로 생각하여 나이 든 사람은 성적으로도 끝났다고 보는 것은 착각이고 편견이다. 성생활이 가져다주는 친밀감, 흥분, 기쁨은 나이가 들어도 줄어들지 않는다.

연구 결과 발기력의 저하보다도 실질적으로 더 문제가 되는 것은 행위에 대한 걱정이다. 여자 파트너가 만족하지 못하면 어떻게 하나 하는 불안, 혹은 자신의 분비물이 적지 않을까 하는 불안이다. 여성의 경우에는 폐경이 되면 여성호르몬의 감소로 인해 질의 분비물만 줄어들 뿐 음핵이나 다른 성감대의 자극 반응은 변하지 않는다. 여성호르몬의 양은 줄어들지만 남성호르몬의 양은 오히려 증가한다. 이 남성호르몬은 나이 든 여성들의 성적 욕구를 증가시키는 중요한 원인이다. 이런 현상은 지금까지 잘 알려지지 있지 않았던 사실이다.

할리우드의 바람둥이, 섹스 머신이라는 별명으로 불렸으며 자신의 물건 '크기'를 가지고 '여덟 번째 불가사의' 운운하던 찰리 채플린의 말은 이런 점에서 아주 시사적이다.

"어떤 예술도 짧은 시간에 배울 수는 없다. 마찬가지로 사랑의 행위는 숭고한 예술이며 지속적으로 연습을 필요로 한다."

세상에서 제일 많이 쓰이는 약은 무엇일까. 그 것은 놀랍게도 카페인이다. 미국 성인들의 85% 이상이 정기적으로 카페인을 섭취하고, 평균 섭취량은 하루에 200mg이다.

카페인은 커피에만 있는 것이 아니다. 원두커피 한잔에 100mg, 인스턴트 커피에 75mg, 홍차에 50mg, 콜라에 50mg, 코코아에 25mg의 카페인이 보통 함유되어 있다.

아주 오래 전부터 남미에서는 카페인이 함유된 음식을 먹어 왔고, 중국에서는 기원전 2천여 년 전부터 차를 알고 있었다고 한다. 16세기 경에 유럽으로 건너간 커피와 차는 급속히 전 유럽에 퍼졌다. 그 후 19세기 말경, 코카콜라와 펄시콜라가 태어나면서 카페인 소모량은 급격히 늘어났다.

하지만 70년 대에 카페인에 의한 약물 의존이 알려질 때까지 카페인은 의학계의 별다른 주목을 받지 못하였다. 적당량의 카페인은 피곤하거나 권태스러운 감정을 어느 정도 좋게 해주지만 지나친 카페인은 불안 흥분을 일으키고 약물 의존을 일으킨다. 예민한 사람은 하루 250mg 이상의 카페인을 섭취하면 안절부절 못하고 흥분이 되고 잠이 안 오고 심장이 뛰다. 심하면 불안장애에 빠진 노이로제 환자와 같이 된다. 일부에서는 역설적으로 커피를 마시면 안정을 찾기도 하는데 주의력이 산만한 사람, 과잉행동장애를 보이는 사람들이 특히 그렇다.

하루 5잔 이상의 커피는 심장질환의 위험성을 배가시키고 나쁜 콜레스테롤을 증가시킨다. 또, 여성의 경우는 소변으로 칼슘을 배출시켜 3배 이상의 골반골절을 유발을 시킨다. 하루에 3잔 이상을 삼가고 불안장애, 공황장애, 수면장애, 임신, 심전도에 이상이 있는 경우에는 특히 삼가야 한다.

카페인은 신경전달 물질의 하나인 아데노신의 활동을 억제시켜 교감신경계의 반응을 촉진한다. 이 아데노신은 음경해면체에 직접 주입하는 경우에 발기를 일으키는데 카페인도 이 아데노신을 억제한다. 과량의 커피를 지속적으로 먹는 경우 정상시의 음경해면체의 강도를 떨어뜨리고 발기력도 떨어뜨린다.

음식적으로는 없지만 다량에는 항상 재떨이가 있듯이 커피를 마시면 담배를 피우고 싶은 욕망이 강해진다. 담배는 당뇨병과 더불어 발기력에 가장 나쁜 영향을 끼쳐 해면체 조직을 직접 파괴한다. 인간의 성적 욕망인 리비도를 주로 관장하는 것은 도파민이라는 신경전달물질이다. 담배를 피우면 일시적으로 이 도파민을 올려서 성욕을 증가시키는 효과가 있는 것 같이 보인다. 마찬가지로 커피도 이 도파민 계통을 자극하여 일부의 노년기 사람들에게는 커피가 성적 흥미를 약간은 자극한다는 보고도 있기는 있다.

커피를 갑자기 끊으면 그 반작용으로 뇌혈관이 확장되어 편두통 같은 혈관성 두통이 일어나기도 한다. 시중에서 파는 두통약에는 카페인도 평균 100mg씩 들어 있다. 그래서 두통약을 먹으면 잠이 안 온다는 얘기를 하는 환자들도 흔하다. 하지만 카페인도 강력한 살충제로 쓰였고 다른 살충제의 효능을 강하게 하기 위해서도 쓰였다. 소량의 카페인도 곤충을 안절부절 못하게 만들고 과량에서는 죽이는 것이다.

일부 보고에 의하면 우리나라 자판기에서 파는 커피 한잔의 카페인 함유량이 원두커피보다도 훨씬 많은 양을 넣었던 모양이다.

하루에 두세 잔 이상만 마셨다고 하면 그 다음부터는 아편에 중독되는 것처럼 다시 찾지 않을 수 없게 되는 것이다. **Z**

커피와 발기부전



<편집자 주 : 이 원고는 설현욱 박사의 인터넷 사이트 (<http://www.sex-academy.com>)에 게재된 원고를 필자의 동의 하에 실게 된 것임을 알려드립니다. (문의:02-512-1101)>