

‘남모르는 고민, 부부대화로 극복’

- 남성기능장애는 긍정적으로 해결해야 한다 -

과학적으로 성교시의 에너지 소비량을 산출했을 때, 오르가슴시에는 1분당 6kcal, 오르가슴 전후에서는 1분당 4.5kcal의 에너지 소모량이다. 다시 1회의 성교로 소모되는 총 에너지량을 산출해 보면 대략 70kcal정도다. 1년간 매일 섹스를 한다면, 체중의 감량은 불과 3~4kg에 지나지 않는다. 항간에 떠도는 섹스다이어트 효과는 의학적으로는 미미한 것으로 보인다.

이와 관련해서 나폴레옹의 유명한 일화가 있다. 나폴레옹은 전쟁을 치르면서도 정부인 조세핀과 같은 막사에서 생활하며 거의 하루도 거르지 않고 왕성한 성생활을 즐겼으며 이것이 전쟁에서 패할 줄 모르는 승리의 원동력이 됐다는 믿어지지 않는 얘기가.

하루는 조세핀이 나폴레옹의 건강을 걱정한 나머지 그에게 줄 간식으로 치즈를 준비해 막사를 찾았다. 토막잠을 즐기던 나폴레옹은 잠결에 치즈 냄새를 조세핀의 은밀한 냄새로 착각해 “Pas ce Soir(not tonight)”라고 해 조세핀의 얼굴을 붉히게 했다는 것. 후에 프랑스의 한 향수회사가 이러한 일화를 상업적으로 이용해 ‘Pas ce Soir’라는 상표로 향수를 시판했고 여성들 사이에서는 그 향수를 발라 은밀한 구애를 전하는 메시지로 사용하기도 했다.

사랑하는 미인 앞에 있는 남성이 한껏 분위기를 잡고 일을 치르려는 순간 말을 듣지 않을 때는 정말 끔찍한 일이다. 이러한 일이 자주 일어나고 급

기야 발기가 충분히 되지 않아 성적 만족을 얻지 못하는 경우를 발기부전증이라고 한다. 발기부전 외에 조루, 성기왜소 등으로 남모르는 고민을 겪는 경우도 있다.

성기능 장애를 극복하는데 있어 ‘나 홀로 고민’은 결코 바람직하지 못하다. 조기에 발견해 치료하면 쉽게 완치할 수 있는 병을 혼자 고민하고 효과가 입증되지도 않은 요책을 찾아 헤매는 사이에 장애는 더 깊어지고 2차성으로 악화되고 질병이 되는 경우가 허다하다.

또 성 장애를 극복하기 위해서는 반드시 부부간에 대화를 나누는 것이 중요하다. 남성은 발기부전증에 대해 이야기하기 거북하고 수치스럽게 생각한다. 따라서 남편에 대한 염려와 감정을 단호하고 솔직하게 이야기하는 것이 바람직하다.

정신적 과로나 운동부족, 불규칙한 생활, 술과 담배 등이 남성 호르몬의 분비에 영향을 준다는 사실은 이미 밝혀져 있다. 또 대뇌에 있는 발기중추와 사고중추는 형제지간이다. 결국 정신에너지의 소모가 많은 사람은 발기중추의 에너지마저 앗아가는 경우가 많다.

응답이나 뱀, 해구신 등 정력제에 매달리기보다는 적당한 운동과 스트레스를 받지 않는 안정적인 정서 상태를 유지하는 것이 그 어느 것보다도 효과가 뛰어난 정력제다. ㉔

| 글 | 박천진 강남 J비뇨기과 원장
pcjinhee@hanafos.com |