

적절한 부부생활

이윤수 명동 이윤수 비뇨기과병원 원장

매 달 쏟아지는 잡지나 서적의 섹스 관련 글을 보다보면 섹스는 매번 즐거움을 추구해야 하고, 할 때마다 뭔가 뽕 가야만 제대로 하는 것 같다. 최근에는 방송까지 한 뜻을 거들고 있는 실정이다. 성 담론 프로그램을 보면 '섹스는 무조건 즐겁게 해주어야 한다'는 고정관념에서 시작되고 있다. 모든 사람의 생각을 섹스 지상주의로 몰아가고 있는 것 같다. 정말 누구나 매일 밤 섹스를 할 때마다 즐겁고 행복한 걸까? 일부 여성들은 즐겁지 않을 때도 많이 있고, 상대가 애쓰는 모습이 안쓰러워 좋은 척 한다는 말을 하기도 한다. 일부 여성들은 너무 잡지나 서적에서 오르가즘을 띄우는 것이 아니냐며 궁금해하기도 한다. 매번 별 느낌이 없는데 자신이 정말 문제가 있는 여성이나며 묻거나, 다른 여자들은 다 느끼는데 나만 둔한 거면 어찌지 하며 고개를갸우뚱한다. 한편 섭섭해 하기도 하고 콤플렉스에 빠지기도 한다. 반면에 남성들은 상대를 만족시켜 줄 수 없다는 테서 자신의 능력을 탓하거나 조상을 원망한다.

한국 남성과 여성들이 변강쇠와 옥녀 신드롬 속에서 살고 있다. 그러다보니 일부에서는 남보다 자신이 모자란 것이 아닌가하며 전전긍긍하고 있다. 이들이 병원에 오면 항상 물어보는 말이 있다. 내 나 이에 다른 사람들은 일주일에 몇 번이나 하나요. 일주일에 한 번 하는데 3~4번은 해야 되는 것 아닌가요. 남들은 얼마나 오래 하나요. 남들은 30분 이상 한다는데 혹시 조루가 아닌가 모르겠어요.

적절한 성행위 시간이 어느 정도이냐 하는 것은 성행위를 시작한 시간을 어디서부터 기준으로 하느냐에 따라 달라질 수 있다. 전위행위를 시작한 시간이냐 혹은 삽입 직후냐에 따라 달라진다.

성행위를 시작하기 위해서는 성적욕구가 있어야 하며 서로 간에 애무를 통해 감정이 오가고 발기가 되면 삽입이 이루어지고 피스톤 운동 이후 드디어는 사정을 하게 되며 약간의 애무로 끝나게 된다. 이런 일련의 성행위 과정은 부부간 혹은 서로 간의 취향에 따라 다르다.

통상 사정시간이라 함은 삽입 직후부터 사정이 이루어질 때까지의 시간을 의미한다. 단순히 음경이 상대의 질 내에 삽입해서 사정할 때까지를 기준으로 할 때 성행위 시간은 개인이나 분위기에 따라 달라진다. 한국성과학연구소 조사에 의하면 통상 삽입 후 3~5분 정도 후에 사정을 하는 남성이 가장



많으면 약 3분의 2 정도가 이에 해당하였다. 삽입직후 5분 이상에서 사정이 이루어진다는 남성은 3분의 1 정도였다. 조사결과 원하는 성교운동 시간은 통상 15~20분 정도가 좋다고 대답하였다. 의학적으로도 여성은 오랜 동안 관계를 하기 어렵게 되어 있다. 성관계를 하게 되면 여성의 질에서 분비물이 나온다. 질속에 음경이 삽입되어 30분 이상 피스톤운동을 하면 질점막으로부터 유탄액 분비가 급속히 줄어든다. 여성의 성기가 건조하게 되고 더 이상의 시간은 무리한 마찰을 초래하여 통증 및 불쾌감을 갖게 된다.

여성 뿐 아니라 성행위를 오래할수록 남성도 전립선과 정낭에 무리를 주게 된다. 오랫동안 사정을 참다보면 전립선과 정낭에 팽창과 비대를 초래하여 배뇨 장애를 일으킬 수 있고 염증이 있을 경우에는 그 정도를 악화시킬 수 있다. 간혹 너무 오래 무리를 하다보면 정액 내에 혈액이 섞여 나오기도 한다.

물론 사정시간이 너무 빠른 것은 성생활을 유지하기 곤란하게 한다. 상대가 오르가즘에 도달하기 전에 사정이 이루어지는 경우를 조루라고 말한다. 너무 짧은 동안의 성행위는 여성에게 정신적 고통을 가져다 준다. 남성 스스로도 성행위에 대하여 자신감을 잃게 되겠지만 여성도 제대로 극치감에 도달하지 못한 채 성행위를 끝내게 됨에 따라 성행위 자체를 기피하게 된다. 삽입이 이루어지고 미처 달아오르기 전에 사정이 이루어진다면 상대는 우울증에 빠지게 된다.

최근 조루의 원인으로 음경의 기질적 원인을 주목하고 있다. 음경의 귀두에 감각신경의 분포가 너무 과도하여 사정이 빨라진다고 보는 것이다. 일부 조루 환자들 가운데는 귀두가 너무 예민하다며 찾아온다. 일부 남성들 가운데는 국소마취제를 사용하였더니 사정시간이 길어졌다는 말을 한다. 과거 본병원에서 국내 비뇨기과학회에 처음 소개하였던 음경배부신경차단수술은 실제 귀두가 예민하여 사정이 빠른 남성들에게 많은 도움을 주었으며 요즘 성황리에 시술되고 있다. 조루수술 뿐 아니라 약물요법 또는 물리치료 등의 발달은 변강쇠 못지 않은 오랜 부부시간이 가능하여졌다. 일단 너무 길지도 짧지도 않은 적절한 시간을 유지하는 것이 원만한 부부생활에 중요하다. 두 사람 사이에 대화를 통하여 적절한 시간을 찾아내는 것이 즐거운 부부생활을 위하여 좋으리라고 생각된다. ☺