

감추지 말고 웃으면서 치료하라!

당뇨병에 성기능장애가 많다는 것은 옛날부터 알려져 있지만 실제로는 그릇된 지식과 선입관에 의해 과장되게 잘못 알고 있는 경우가 많다. 당뇨병이라고 모두 발기부전 환자는 아닌 것이며 정상 건강인보다 조금 높은 빈도를 보이는 것뿐이다. 식사요법과 운동요법으로 혈당조절을 잘하고 합병증을 예방하면 정상인과 다름없는 성생활을 할 수 있으며 인슐린 치료를 계속하면서 주의 깊게 혈당을 조절하고 합병증을 예방하면 60세 이후까지도 정상적인 성생활이 가능하다.

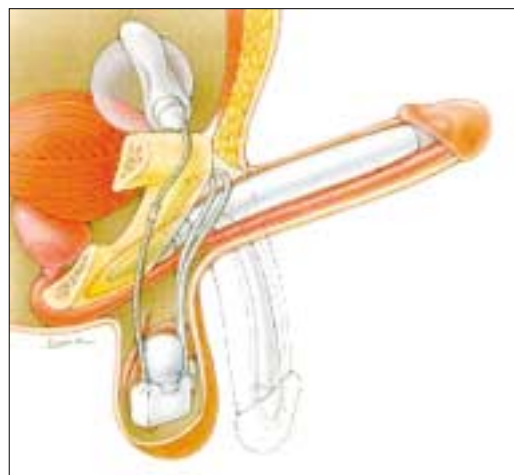


최형기 교수 | 영동세브란스병원 비뇨기과

정상인도 노쇠하면 자연현상으로 언젠가는 모두 발기부전이 되므로 당뇨병환자만이 발기부전이 오는 것은 아니므로 미리 겁내고 불안해할 필요는 없는 것이다. 당뇨병환자중에는 선입관에 의해 당뇨라는 진단을 받고 정신적 충격과 그릇된 지식으로 심인성 발기부전에 빠지는 사람이 상당히 많다. 그러므로 당뇨병환자는 정상인보다 더 많은 노력을 하며 합병증의 병발을 미연에 방지하는 것이 가장 중요하다.

발기부전, 합병증의 초기 신호

발기부전의 증세는 당뇨병환자에서는 가장 예민하게 나타나는 합병증의 초기 신호일 수도 있다. 실제로 필자의 남성클리닉에 발기부전 증세로 찾아온 환자들에서 자기도 모르던 당뇨병을 진단해 주는 경우도 적지 않다. 당뇨병에서 볼 수 있는 발기부전이 모두 당뇨병에 의한 것은 아니며 같이 병용되기 쉬운 항고혈압제, 항정신신경성 약물, 심장계약물, 습관성음주 등과 관계된 경우가 많다.



당뇨병에서 발기부전이 오는 원인은 음부신경

이나 골반신경의 신경장애로 온다는 설과 동맥 경화증에 의한 골반동맥 및 음경동맥의 혈류장애로 보는 혈관성 원인설로 크게 나눌 수 있

며 어느 것이 먼저 오는지에 대해서는 서로 논란이 많다. 어쨌든 이러한 현상은 당뇨병의 전신적 합병증에 의해서 나타나기 시작하는 증세이므로 평소 혈당조절을 잘하면 이러한 합병증을 예방할 수 있는 것이다.

혈당관리 OK? 성기능장애 NO!

당뇨조절을 잘 안하고 치료하지 않았을 때 고혈당이 되면 피로하기 쉽고 성욕이 저하되고 체중감소 등의 저 영양상태로 일시적인 성기능 저하가 올 수도 있으나 치료하여 혈당조절이 잘 되면 증세가 호전된다. 이러한 환자들에게 병에 대한 불안감과 그릇된 선입관 등으로 치료를 체념하고 자포자기 하면 더욱더 악순환의 심인성 발기부전 현상에 빠지게 되며, 이럴 때 스트레스를 음주로써 풀려고 하면 간장 기능저

하, 말초신경장애 등이 오게 되어 성욕감퇴와 더불어 더 빠른 속도로 발기부전 증세가 나타나게 된다.

이러한 스트레스를 운동 및 식사의요법으로 적극적인 치료를 하면 혈액순환 및 체중조절이 잘 되어 합병증을 예방할 수 있다. 그러므로 당뇨병환자에서 정상 성생활을 유지하기 위해서는 술과 담배를 금하고 규칙적이고 꾸준한 운동 및 식사의요법을 하며 혈당조절을 잘하며 주치의의 지시에 잘 따르는 것이 가장 좋은 예방법이라 하겠다. 이러한 조절만으로 성기능이 회복되지 않을 때에는 비아그라, 시알리스, 레비트라, 자이데나 등의 여러 가지 먹는 발기부전 치료 약들이 많이 소개되고 있다. 자기의 체질에 맞는 약을 골라서 복용하면 된다. 이러한 약물에도 효과가 없을 때는 자가주사요법이나 보형물 삽입 수술을 받을 수 있다.

이내와

남편의 속사정



세상의 고정관념 중에 빠트릴 수 없는 한 가지가 있다. 섹스란 '삽입하여 관계 맺는 것'이라는 생각이 그것이다. 남자의 경우라면 '피스톤 운동' 운운 할 터이고, 여자라면 절정에 도달하는 모습을 멋지게 보여주어야 한다는 것이 그 내용이라. 이러한 생각 때문에 멍드는 것이 바로 사랑이다. 서로를 존중하고, 포용하고,



애무하는 진정한 사랑이 오로지 '삽입' 만을 강조하는 섹스의 무지 앞에서 퍼렇게 멍들고 마는 예를 적잖게 보게 된다.

사업을 하는 A씨(45세), 자리에 앉자마자 모든 것을 다 아내에게 맡긴다는 표정으로 아예 의사를 외면하는 눈치였다. 그가 기본 검사를 하고 있는 동안에 부인과 자세한 병력을 이야기할 기회를 가졌다.

“남편에게 만족하며 살았죠. 5년전 당뇨 증세가 나타나기 전 까지는요. 당뇨가 생긴 후로 남편의 발기력은 눈에 띄게 나빠졌지요. 이를 안 시어머니는 부부관계가 당뇨에 안 좋다며 남편을 너무 들볶지 말라고 구박하기 시작하더군요.”

결국 부인은 2년간이나 남편 곁을 떠나 애들과 함께 자며 섹스 없는 부부 생활을 해야 했다.

“시어머니의 간섭도 서러운데, 더 기가 막힌 것은 어쩌다 사소한 부부싸움이라도 하는 날이면 남편의 말끝마다 ‘그래, 내가 병신이다’, ‘우리는 남남이다’라며 자신의 콤플렉스를 더 드러

내는 바람에 눈물로 날을 지새워야 했어요.” 남편의 건강을 위해 일부러 잠자리를 피했으나 남편은 자기 처지를 비관하며 그 탓을 오히려 아내에게 돌려 더 괴롭히는 것이었다.

“그 후 한 침대에서 자기로 했죠. 손으로라도 남편을 애무하여 욕망을 해소시켜주려고요. 진심으로 남편을 사랑하기 때문에, 남편을 위해서... 그런데 남편은 여전히 소극적이고 부정적인 모습이었어요. 마음을 다해 애무해주어도 아무런 반응이 없으니...” 삽입 관계가 이루어지지 않는 것보다 더 괴롭고 야속한 것은 어떤 애무를 해도 무신경하게 나오는 남편의 태도라고 그 부인은 토로했다.

“우리가 이제 서로 사랑하지 않는 것 같아 마음이 무척 무거웠어요. 병이 우리를 이렇게 갈라놓다니... 당뇨를 극복해야겠다는 생각에 A씨는 입원하여 인슐린 주사를 맞는 등 적극적인 치료를 받았으나 사태는 갈수록 악화되어 급기야는 발기불능 및 사정 불능에까지 이르게 되었다. 부인은 부인대로 이래저래 스트레스가 쌓였고, 당연히 얼굴이 축나기 시작했다. 그러나 만나는 사람마다 ‘무슨 고민이 있느냐’며 아픈 데를 건드리는 바람에 이래저래 자존심이 상했다. 하지만 자신의 고민이야 체념하고 살면 될 테지만, 날로 기죽어 가는 남편의 모습을 떠올린 부인, 어느 날 남편 눈치를 보아가며 ‘병원에 한번 찾아가 볼까요?’ 하고 완곡하게 설득한 끝에 같이 나서게 되었다는 것이다. 초진시 결과는 공복 시 혈당 300mg/dl, 복합초음파 검사에서 동맥 기능부전, 시정각자극 검사에서 완전 불능의 기질적 장애로 나타났다. 그에게 자가주사 요법이나 보형물 수술

을 권했더니 아직 마음의 준비가 되지 않았으며 망설이는 것이었다. 그래서 2차 단계로 권한 것이 삽입하지 않은 상태에서의 애무였다. 성 트러블을 겪는 부부 중 상당수가 다음 문제점을 간과하고 있다는 점을 덧붙여 설명해 주었다.

첫째, 섹스 과정에서 남편이 부인에 대해 어떤

애무도 하지 않고 바로 삽입에 들어간다는 것, 둘째, 당뇨병환자는 섹스를 하면 좋지 않다는 생각으로 부부가 잠자리에 들지 않는 것, 셋째, 발기가 안 되면 부부간의 섹스도 불가능하다는 생각, 넷째, 이미 기질적 장애가 왔는데도 혹시 회복되지 않을까 하여 병세를 가중시키는 일 등이었다. 좀더 구체적으로 설명하면 다음과 같다.

1. 무엇보다 성관계시 반드시 삽입을 해야 한다는 생각을 버려야 한다. 전희 단계의 애무 없이 삽입에 의한 섹스만 해오다가 발기가 안 되는 상황에 이르면 모든 것이 다 끝난 것으로 생각하는 이들에게 꼭 들려주고 싶은 말이다. 즉, 삽입을 하지 않은 상태에서 서로의 애무만으로도 충분히 만족할 수 있으며, 이것 역시 진정한 사랑을 지키는 기술이라는 점이다. 동성연애자들이 상대방을 어떻게 만족시키며 서로의 애정을 확인하는가를 상상해보면 쉽게 짐작할 수 있는 일이다. 손과 발, 그리고 혀와 입술, 겨드랑이, 목덜미, 무릎... 이들 하나하나가 모두 훌륭한 성감대이다. 그저 삽입하는 것에만 연연하지 말고, 애정을 고조시키는 애무의 세계로 핑크빛 사랑을 가꾸어 가길 바란다.

2. 발기력이 떨어진다고 하여 부부관계를 금하고 잠자리를 따로 쓰는 것은 잘못된 생각이다. 오히려 남편에게 정신적 충격을 더하는 결과를

초래할 뿐이며, 성기능 손상 역시 더 빨리 진전되는 경우가 많다. 규칙적인 운동을 하고 긍정적으로 애무하며, 과하지 않을 정도의 섹스로 '남성'이 녹슬지 않게 지속적으로 관계를 가짐으로서 남성 불능의 해결책을 찾을 수 있다.

3. 이미 기질적 장애가 왔는데도 혹시 회복되지 않을까하여 시간을 낭비하는 부부가 많다. 하지만 초진 당시 이미 기질적 변화가 온 상태라면 향후 증세는 더 나빠질 뿐이다. 가능한 한 빨리 전문의의 진단을 받는 것이 바람직하다.

4. 수술 치료에 대해 거부감을 갖는 이들이 적지 않다. '수술 후 정말 제 기능을 되찾을까', '혹시 완전히 병신 되는 것은 아닌가?' 등의 질문이 꼬리를 문다. 하지만 이런 걱정은 일단 접어두는 것이 좋다. 최근 들어 '성 클리닉'의 의학 기술이 급속도로 발전하면서 이제 남성들의 성 고민은 대부분 해결할 수 있는 시대가 왔다.

어느 날 아침 신문을 읽다보니 문화면의 토막 기사가 눈에 들어왔다.

'성기능 장애 다룬 연극, 연일 인기몰이' 유료 관객만 10만명을 넘어설 만큼 대 성황이란 내용이였다. 그 기사가 흥미롭게 다룬 것은, 남성

의 장애를 다룬 내용임에도 불구하고 80% 이상이 주부 관객이라는 것이었다. 성기능 장애로 인생의 회의를 느낀 중년의 남성이 젊은 여제자의 도움으로 아내에게 돌아간다는 내용인데, 공연 중간중간에 관객 속에서 터져 나오는



주부들의 즉석 발언이 재미를 더한다고 했다. 왜 남성의 성기능 장애를 남자들의 고민으로만 보는가, 여자들에게 관심의 대상이 된다고 해서, 흥미롭다는 기사의 내용을 보았다. 남성의 성기능 장애는 아내, 여자, 부부의 장애이다. 그렇기 때문에 여성에게 더 많은 의학지식을 요구하기도 하는 것이다. 한 부부모임에서 열 쌍의 부부가 단체로 연극을 관람한 후에 즉석 토론을 벌였다고 한다. 남자들의 의견은 방어적인데 비해, 아내들은 '이혼사유'도 될 수 있을 만큼 심각하다는 뜻을 표했다고 한다. 이혼하는 상황까지 갈 수도 있다는 것은, 부부의 공유개념이 없어진다는데 결정적인 원인이 있을 것이다. 둘이 하나가 될 수 있는 공유개념의 상실... 그래선지 일단 남성에게 성기능 장애가 나타나면, 여성 자신부터 불안감에 휩싸이게 된다. 물론 그 내면엔, 남편의 건강에 대한 걱정과 우려가 더 깊을 것이다.

그래서 간혹, 남편의 문제를 들고 클리닉을 찾

아오는 여성들을 만나게 된다. 성기능 장애의 50% 이상이 당뇨병이나 고혈압 같은 성인병에서 유발되는 탓도 있다. 당뇨병에 관한 치료책이나 정보를 얻기 위해 동분서주하던 아내들이, 그 합병증의 하나로 성기능장애를 일으킨다는 것을 알게 된 것이다.

한 주부클럽 강연에서 그에 관해 자세히 설명을 해주자, 중년의 부인이 면회를 요청했다. 10년 전부터 당뇨병을 앓아온 남편이 요즘에 와서 성기능장애를 보이는데, 당뇨병 때문인 것은 생각지도 못하고 심각한 우울증에 빠졌다는 것이다. 아내 역시, 강연을 듣기 전까지는 전혀 몰랐었다고 했다.

“당뇨병은 몸안의 혈당을 낮추는 인슐린의 분비가 원활하지 못해서 생기는 병이거든요. 초기에 의사의 지시대로 혈당조절을 잘하면 정상인과 똑같으나, 지시를 안 지키고 합병증이 생기면 혈관이 좁아지고 자율 신경계가 자유롭게 못해서 성기능 불능까지 오게 되는 겁니다. 그 좁 되면, 신체적인 장애를 일으킨 것이기 때문에 자력으로서는 치료가 힘들죠. 그렇다고 너무 걱정하진 마세요. 차근차근 치료하면 됩니다. 자가주사요법도 있고, 수술을 해도 되니까요”
 “정말 가능합니까? 그럼, 남편과 함께 나오겠습니다”

병이란 것이, 완치보다는 치료 가능성을 알았을 때 더 희망적이 될 수도 있다. 조금이나마 한숨을 덜 것 같은 남편 얼굴이 상상되는지, 자세한 설명을 듣고 난 부인의 얼굴이 밝아졌다.

하지만 부인의 입에서 남성의학 클리닉이란

말이 나오자 화부터 별척 냈다는 남편, “민간 요법이라면서, 별의 별것을 다 먹어봤잖아. 그래도 안 낫는데 이제 와서 무슨 뽀족한 수가 날려고.” 한 달 정도가 지난 후에야, 부인의 설득을 못 이겨 또 한번 속는 셈치고 겨우 끌려온 듯한 환자의 얼굴을 “정말 가능하겠느냐?”는 표정이었다. 10년 동안 지고 온 당뇨병은 차도를 보일 생각을 않고, 성기능장애까지 생기고 보니, 남편으로서 가장으로서 만족스럽지가 않다는 얘기였다.

충분히 납득된다. 친구들과 술한잔 제대로 마실 수 없을 테고, 먹고 싶은 것, 하고 싶은 것 모두가 ‘당뇨병’ 때문에 저지되고, 시들해 졌을 것이다. 기질적 성기능 장애지만 심인성 좌절감이 더 심각한 상태였다.

그 환자와는 오랜 대화기간을 가졌다. 대화 도중, 간단한 기본 검사를 실시해 보니, 식전 혈당 180mg/dl, 식후 2시간 250mg/dl으로 혈당 조절이 안 되고 있었다. 하지만 시침각 자극검사와 성신경, 혈관계 검사에선 완전 불능으로 기질적 장애로 진단됐다.

“왜 이렇게 혈당조절에 신경을 쓰지 않으십니까. 얼마나 중요한지 아실 텐데...”

“평생 가는 병이라고 하잖아요. 희망도 없고, 식욕도 잃은 데다 발기부전까지 되니까 만사가 귀찮아 저서요”

심신이 피로해진 모습이 안쓰러울 정도였다. “지금 상태로 수술 받을 수 없습니다”

수술하기 전 우선 당 조절부터 시작했다. 수술하려면 최소한도 공복시의 혈당이 130 이하로 내려와야만 안전하다. 그래서 내과의사와 상의하여 혈당조절을 시작했다. 창창한 40대를 당뇨병에 시달려온 50대 K씨는 그렇게 해서,

어느 정도 안정을 찾은 후에, 수술을 받고, 거뜬히 쾌차했다. 수술결과가 궁금해 하는 K씨에게 퇴원하기 전 한번 테스트를 해보았다. 펌푸를 작동시키니 단단하게 발기가 살아난다. “자, 이제 알겠습니까? 이 상태로 끄지 않으면 24시간도 갑니다.”

“어휴, 정말 변경쇠가 되었군요. 감사합니다.” “회복될 때까지 술 먹지 마시고 6주후부터 정상 성생활이 가능합니다. 이제 부인을 위로해 주셔야지요...”

6주후 첫 관계를 갖은 후 환한 얼굴로 찾아왔다. “선생님, 정말 기적같습니다. 이런 치료법이 있는지도 모르고 괜히 아내만 구박했으니...” 발기력을 회복한 K씨는 완전히 새 사람이 된 느낌이었다. 헬스클럽에서 운동하면서도 온 세상이 다 제것인양 당당하며 부럽지 않더라고... 수술전의 나약한 모습과는 너무나 차이나는 모습이다. 수술 후 의욕이 생겨 열심히 운동하니 그렇게 조절이 안 되던 혈당도 좋아지더라는 것이었다.

“마누라 힘이 컸어요. 저보다 더 힘들었을 텐데 말입니다”

“부인의 정성 때문에 새 사람이 됐어요. 오랜만에 데이트 좀 하세요. 운동도 열심히 하시고요. 운동처럼 좋은 약은 없습니다. 많이 걷고 많이 움직이세요.”

K씨는 남성의 성기능 장애를 다룬 그 연극을 보며, 주부관객의 반응에 놀랄지 모르겠다. “당사자보다 더 심각해 하잖아요. 제 병이 아닌 것 같더라고요”

틀린 말이 아니다. 아내들의 병이다. 기질적인 남편들보다, 더 아프고 속상할 마음의 병... 바로 아내들이 얻게 되는 병인 것이다. 