

「我與太太 / 先生的婚姻出現了一點問題。」

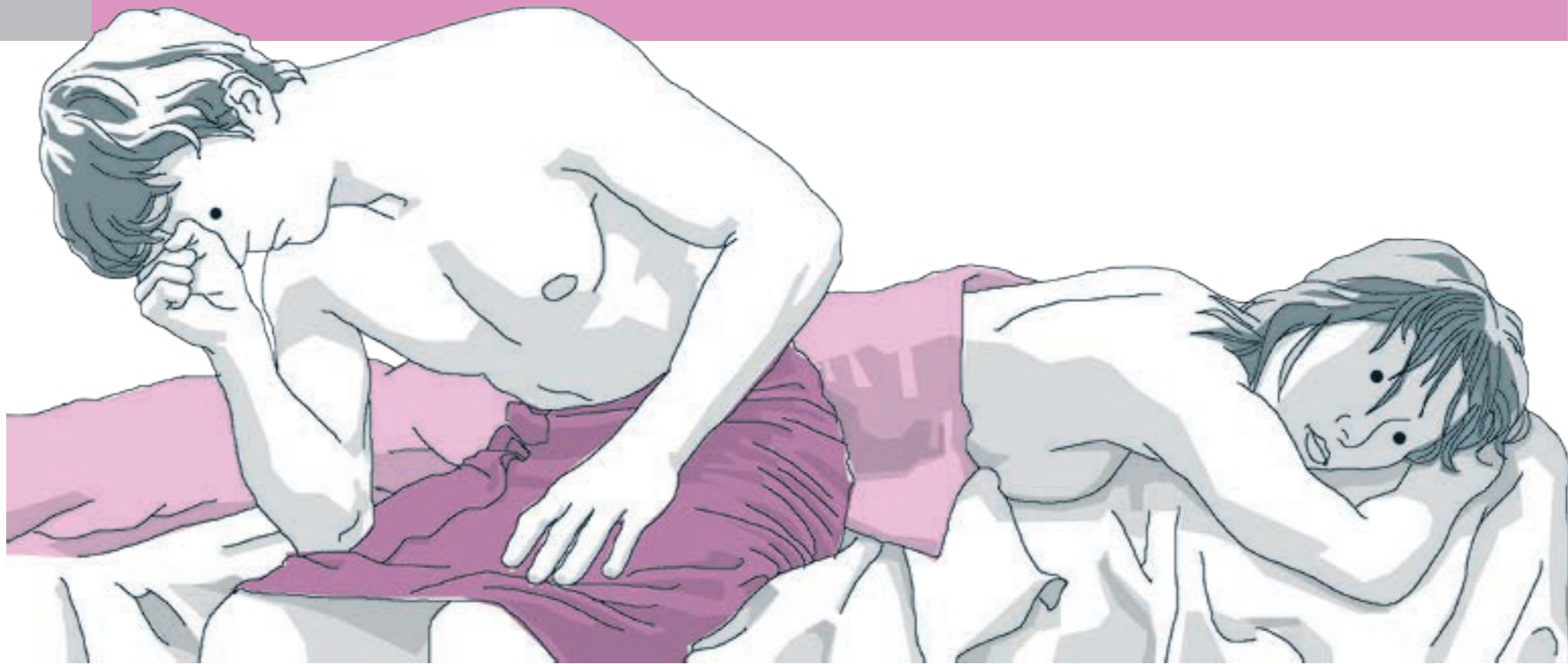
「甚麼問題？」

「……唔……」

「溝通？金錢？生育？子女？第三者？」

「都不是，而是……」

根據以上的對話，你能猜到最後的答案嗎？無錯，這位先生或太太所面對的其實是性交上的煩惱。於中國人的社會裡，「性」是一種無形的禁忌，在「性」面前，往往令人感到害羞及難於啟齒。不過，性其實是人類與生俱來的能力，是上天賜給我們的禮物，是愛的表現及生兒育女的必經過程。因此，若發現性交出現障礙，並不需要感到難為情，反而應馬上求診，以免影響夫妻關係及造成心理困擾。



性冷感 不是女性專利

在 性交時，如果得不到快感的話，即代表你可能已患上「性冷感」。性冷感在一般醫學上泛指性慾低落、性興奮障礙及高潮困難，致病原因可分為生理及心理，如果是前者因素影響，可選擇服藥治療；若是後者的話，就需接受專業的輔導，以解開心中所困。

自尊作祟 逃避治療

性冷感一辭往往令人只聯想到與女性有關，但男性其實也會有同樣問題，只不過若男性有這種情況

出現，往往被稱為性慾低落，鮮有叫作性冷感。

基於男女性身體結構有別，對性的需求及反應也有所不同。男性的性慾較直接及激烈，因此若出現性冷感的話，通常會先從生理方面着手，當中引致原因包括睪丸功能逐漸衰退，對性的要求亦慢慢減低，使人難以引發性興奮；長期病患者因藥性的影響而性慾下降；長期酗酒、濫用藥物及吸煙，都會影響性功能等。以上情況通常會以藥物或改變生活習慣作治療。

生理出現問題，大部分人都會諱疾忌醫。同樣地，若性冷感是因心理因素引致，患者也會選擇逃避。據香港情性健康中心醫務總監方陽醫生指出：「很多心理出現性障礙的患者，基於面子的問題，都不會馬上尋求幫助，直至延誤到最後一刻才求診。」其實，構成心理障礙的原因很廣泛，最常見是因工作、經濟壓力而令身心勞累，缺乏睡眠休息；年老或身體形象變差都會對性行為表現失信心，久而久之，性慾便會降低。

此外，有九成患有抑鬱症的患者都會有缺乏性慾的症狀，所以要加倍注意，及早治療。

童年陰影 造成障礙

對女性而言，構成性冷感的原因在於心理多於生理。有些女患者可能因過往的一些經歷而對性產生恐懼或不能磨滅的陰影，如幼年期曾受性虐待、性創傷、第一次的性經驗感覺不佳，都會直接影響女性日後對性的看法及造成心理障礙。

另外，與另一半的感情關係也會令女性在性交時得不到高潮。所以，在治療上，醫生通常會由雙方的互動關係着手，透過環境、氣氛、前戲技巧等，讓大家對性能夠重拾信心。

影響女性性功能的因素，除了

心理問題外，生理方面亦是很重要的，當中主要包括疾病、藥物、生活習慣三方面。首先，如果患有長期慢性疾病，如糖尿病、貧血、甲狀腺毛病、肝硬化等，所服用的藥物都可能對性功能產生影響，造成缺乏性慾或出現高潮困難等。

另外，一些抗抑鬱病或鎮靜劑等藥物所蘊含的藥用成份都有可能引致女性性功能問題，服用時應加倍注意。

加強溝通 免除誤會

若然兩性中的一方出現性冷感問題，切記不要因怕自尊心受損或受對方嫌棄而隱瞞病情。要知道，身邊人是你最親密的人，你的一舉一動，伴侶也會注意到，若然性生

話你知

性功能障礙是患病先兆？

對大多數男性來說，若出現性障礙的話，經治療後病情通常會有所改善或很快便可回復正常。不過，若是情況維持數月，仍不見起色，這可能是一些嚴重慢性病的症狀，如糖尿病、心臟病、高血壓、高血脂、腎病、情緒病及賀爾蒙不足的徵兆，是身體向你發出的警號，切勿視而不見，諱疾忌醫。



香港情性健康中心醫務總監 方陽醫生

活持續不協調，更有可能引起不必要的誤會。

因此，男女雙方應該多加溝通，了解對方對性的真正需要及反應，從而作出相應的調節、適應及遷就。

方醫生指出：「自我表達是很重要的，舉個例，有些人被觸摸耳朵，都能挑起情慾，但對於其他人來說，可以是毫無感覺的。如果只根據個人的感覺或身體語言作表達，經常抱着『你明架啦！』的態度，很容易令對方誤解你的意思，造成尷尬或反感。」

不過，如果考慮過以上因素，問題仍然存在的話，就應向醫生求助，因為醫生能夠提供專業的評估、輔導，以及教導男女雙方增加生活情趣或更正確的性技巧。✔