



第 49 期

指导:上海市生殖健康产业协会
协办:上海诚凯男子性功能康复治疗中心
热线电话:021-62909595
官方网站:http/www.62909595.com

“性”福那点事

夫妻生活质量为何时好时坏

很多夫妇对夫妻生活质量的时好时坏疑惑不解,那么原因何在呢?国内外不少性学家认为,这与夫妻生活是否和谐密切相关,也是问题的症结所在。

据欧洲泌尿协会(EAU)的一项调查研究发现,在已婚人群中,双方(尤其是女方)平均2次夫妻生活中,有1次满足者,仅占1.2%;平均3次夫妻生活中,有1次满足者,只有20.6%;多数人自称,若干次中有1次较为满意的夫妻生活,已算是很不错了。

追求夫妇生活和谐无可非议,但双方的特点与差异客观存在。如丈夫的性兴奋来得快,去得也快,一般约10~20分钟,即可达到高潮而射精,随后迅速消退;妻子则兴奋较慢,通常约15~30分钟不等,但持续时间较长,消退也慢。丈夫的性欲满足主要集中在生殖器官上,而妻子的性欲满足不仅表现在生殖器官上,也可从语言、触觉、拥抱、接吻等方面得到满足。

欲使夫妇生活和谐,在房事前,必须先有诱导,也就是前戏。这一步骤是和谐夫妻生活的关键,主要为了提高双方兴奋度,它需要的时间,约占全过程的1/3~1/2,以缩短两者差异。丈夫应多给予抚摸或用语言等作为刺激,妻子也应采取积极主动积极的态度,继而用彼此喜爱的灯光与色彩,以营造独特的氛围,这比关灯后漆黑一片要富有诗情画意,且具有朦胧神秘感,尤对丈夫更具视觉刺激与激发性生活欲望的作用。

在进行夫妻生活时,要多为对方考虑,尤其丈夫要多为妻子着想,如果性冲动过于强烈,要以深呼吸等方法加以适当抑制;妻子应充分理解其冲动,主动配合。夫妻生活过后,若妻子尚未达到高潮,丈夫可通过抚爱等方式加以弥补,以求妻子得到满足。对于夫妻生活不和谐,应抱以平和心态,要相互鼓励、安慰,树立信心。切忌猜疑、埋怨或责怪对方,以防伤害感情,影响性生活质量的提高。当然,如果确实有性功能方面的疾病迹象,还是要尽早寻求专业医师的帮助。

江远

活动

男性公益检测 周末专家助阵

泌尿外科专家毛观养、李水江、朱国田等
于6月1日(周六)上午,在上海市天山路18号为广大男性功能障碍患者亲诊解忧。鉴于明确病因对于功能障碍治疗的重要性,当天限前5位初诊预约患者可免费做性功能检测(阴茎血流图检测),咨询电话:62909595。

别让花儿开得那么早

——请关注孩子“早熟”

“现在的孩子越来越早熟了!”几乎全社会都有这样的感慨。确实如此,孩子们的青春期几乎每年都在提前。十岁出头的女孩儿身材出落得像少女,小学还没毕业的毛头小伙子开始变声成“公鸭嗓”……

“成人的身体,孩子的头脑”会造成一系列心理、生理和社会问题。由于骨骼发育过快过早,性早熟孩子的生长周期会明显缩短,最终使其成年后的身高比一般人矮。性早熟的孩子可能因为自己在外表上与周围小伙伴不同,产生自卑、恐惧和不安情绪,甚至导致饮食失调症、抑郁症的发生,以及香烟和酒精的滥用。另外,性早熟造成孩子性行为提前,因为阅历浅、自控力差,更易导致不安全性行为、堕胎甚至成为“未成年父母”。

究竟儿童“性早熟”是怎么造成的?为什么

么上世纪80年代末的时候还是少数情况,到现在这个情况越来越严重?

“补品是引起孩子性早熟的元凶之一。”除个别孩子因为遗传因素、内分泌疾病等引起性早熟外,大部分的“早熟”是家长们一手造成的。一些家长常给孩子吃增食欲、益智健脑的保健品,殊不知,这些补品当中,常常含有激素成分,长期服用,可引起血液中的激素水平上升,从而导致孩子性早熟。

环境污染也是挺重要的一个原因。洗涤剂、农药,还有塑料产品会产生一些物质,到大气环境中经过分解会产生类似于雌激素样的活性物质,这些物质可能孩子通过食入,或者皮肤接入,导致性早熟。

另外就是孩子成长的社会环境因素。电视、网络等相关的成年人文化对孩子的刺激

非常大,长期接触这类信息,会对脑部的激素或者身体其他的激素起到刺激的作用,长时间下来,就会调动某些身体的机能,促进荷尔蒙的分泌,达到“性早熟”,

为避免“性早熟”的烦恼,对家长来说,在日常生活中能够做到的是调整孩子的饮食结构,避免营养过剩,尤其避免油脂多的食物,少吃甜食,不要服用可能含有性激素的营养品和保健品,也不要使用含有性激素的护肤品;家长也要鼓励孩子每天进行一定的体育锻炼则能很好地消耗一部分过剩的营养,促使孩子健康正常地进入青春期。而那些与孩子年龄不相称的视觉刺激更不要让他们过多接触,使孩子的天性得到发挥,逐渐实现“本色”的回归。

晓舟

专家问答

读者王女士:丈夫和我是结婚20多年的老夫老妻了。去年9月,因家庭经济问题,他打了我。我们是在一个单位,这事闹得还很厉害。从那以后我们就没有了性生活,而且他一直装有性功能的病,其实他没有病。我想问一下,这个病有没有标准,有没有科学根据?

答:性功能疾病是有检测标准的。你丈夫打你是不好,但是在单位里闹得影响很大,对他的自尊心是一个损伤,会产生心理上障碍。情绪不好,可以引起性功能障碍。事情已经这样了,你也不要着急。性功能正常与否是可以用现代化仪器进行测试的。比如NPT检测仪器通宵连着阴茎进行监视,一位正常的男士,一晚上阴茎会不自觉地勃起起来5次以上,勃起时眼球快速运转,这时有描记器将不自主勃起的时间、坚度描记下来,供医师进行观察分析;第二是神经上的问题,如皮层、腰椎、胸椎、骶椎、外周神经、神经传导结构通路的障碍,另外血管和内分泌也能发生障碍,都可以产生一些问题。你丈夫装病还是真病,我们可以帮助你解开这个谜。另外,就是丈夫有不对之处,你是不是可以投入一点呢,原谅一点呢?这样可以帮助他恢复心理正常。

——王哲才

读者赵先生:我结婚已7年了,今年35岁。夫妻生活中,我现在一旦勃起,马上就要开始,而且稍动一下阴茎就会软下去。不知道是什么原因?

答:你心里怕妻子对自己不满意,性生活中会容易疲软。如果不是因为心理紧张,阴茎一会儿疲劳了,这可能是血管静脉的问题。这种状况,往往朝天睡时,阴茎可以维持比较长时间的勃起,但是一翻身,稍微一摆动,就疲软了,那么你就需要去专门的医院进行阴茎的静脉造影,如果诊断为静脉性阳痿,一般方法就是对静脉漏的地方进行手术结扎治疗。希望你及时去诊断治疗。

——朱国田

环球性闻

科学家试验 攻克艾滋病毒新疗法

据英国《每日电讯报》近日报道,丹麦科学家正在等待结果,以期证明“找到可大范围应用且不太昂贵的治愈艾滋病(HIV)的方法是可能的”。科学家目前正在对他们的疗法进行人体试验,以期证明其有效性。在实验室试验中,该疗法已经被证实有效。

新疗法需要将HIV病毒从其在DNA细胞中形成的“存储库”中释放出来,使其到达细胞表面。病毒一旦来到细胞表面,人体的天然免疫系统就能在被一种“疫苗”激发的情况下将病毒杀死。瑟高是研究小组的成员。他说:“我几乎可以肯定地说,我们将成功释放HIV存储库。挑战在于让患者的免疫系统识别并消灭病毒。这取决于每个患者免疫系统的强度和敏感程度。”

目前有15名患者在参与临床试验,如果他们的HIV被成功治愈,那么将在更大的范围内对这种“疗法”进行测试。

程邑

幸福大家谈

克制冲动 升华爱情

如果把感情比做桨,那么理智便是舵。只有两者的默契配合,爱情之舟才能抵达幸福的彼岸。姑娘的明眸皓齿、苗条身段和芳香气息,给小伙子的视觉、味觉、听觉、触觉、嗅觉带来青春的冲动。冲动的波澜会使小伙子迷茫、手足无措,甚至将“船”颠覆、搁浅。只有意志坚强的小伙子,才能平息波澜,扬帆远航。

恋爱只有二种结局,或是有情人终成眷属,或是无缘分道扬镳。当事者往往是在紧张、迫切状态下发生两性关系的,加上多数情况下,小伙子缺乏必要的性知识,故这种两性关系很难谈得上愉快和谐。但事后双方的毛病逐渐暴露,即使感到不满,可“生米成了熟饭”,后悔也来不及了。为顾及名誉,也只好委曲求全,勉强结合。只好勉强结婚。这种缺乏基础的婚姻,是谈不上幸福的。倘若发生两性关系,一旦有一方喜新厌旧,另寻新欢,或者由于其他一些原因而分手,就会对另一方造成严重的挫折和打击。尤其对女青年,会带来更大的痛苦。

由于历史的原因,国人许多是谈性色变,“性者,淫也”的思想在一些人头脑中根深蒂固。所以,小伙子们应多了解性知识,增强克制性冲动的能力,减少对性的神秘感。

除了和姑娘谈情说爱,还可以和她一道参加一些有益的社交活动和文娱活动,以分散对性的注意力,使爱情升华。要知道,真正的爱情,应该是“互相尊重的和高尚的,不能只是感情冲动和心血来潮”。

在热恋中,理解自己,爱护对方,赋予情欲以新的魅力,要用理智来衡量情欲的深度。一个人非性欲的爱范围越广泛,那么他的性爱也就越高尚。因为性行为既牵涉到对自己的责任,也意味着对别人的负责,更有对社会的影响。热恋中意志控制的程度是衡量爱情是否成熟的尺度。

小黎

(本栏目欢迎来稿,或谈个人经历,或诉生活感悟。一经录用,即致稿费。来稿请寄天山路18号《幸福之门》编委会收,邮编200336,电子邮箱:xf62909595@163.com)



上海诚凯男子性功能康复治疗中心 李水江

门诊札记

患者张先生在上个月找到了我。张先生今年37岁,是一家知名企业事业单位的部门主管,收入不菲。事业蒸蒸日上的他,此刻却是满脸“愁云密布”。

原来,张先生是因为在夫妻生活时的表现不佳而烦恼异常。“这一年多来,我在夫妻生活中出了点状况,我也不知道为什么在关键时候就不行了。我为此很着急,可是情况越来越严重。”张先生说:“我太太现在对我很冷漠,我去过几家医院看过,也吃了不少药,可效果很不理想,我这可怎么办?”

在看过张先生递给我的一叠检查单后,我发现他原先做的都仅仅是性激素、前列腺液等常规检查。而男性性功能障碍的病因很复杂,有心因性的,也有器质性的,也有两者混合性的。按照病因,还可细分为精神性、神经性、内分泌性、阴茎动脉供血不足、阴茎海绵体异常、盆底肌异常等。“差之毫厘,失之千里”,如果没有找到性功能障碍的真正病因,治不对症,是难以治愈的。而要明确患者真正的病因,除了一些常规检查外,还需根据患者实际情况进行勃起硬度、海绵体反射、骶髓神经、盆底肌功能等方面的专业检测。