



남성의학 전문의 조철희의
술직, 대담한 性

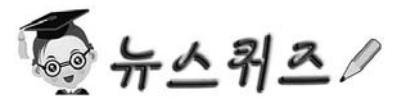
새벽 발기는 '남성'의 척도인가

남성들의 갱년기는 여성의 갱년기와는 매우 다른 양상을 보이는데, 보통은 서서히 발생하며 성욕의 저하와 발기감소가 두드러지게 나타난다. 흔히 남성 정력의 척도를 새벽 발기력에 견주어서 비교하곤 한다. 발기 문제만큼 증상 정도가 다양하고 심리적인 영향을 많이 받는 것도 없는 것 같다. 발기부전으로 병원을 찾는 분들은 새벽 발기를 매우 중요하게 생각하고 있으며, 새벽 발기가 없거나 감소하면 남성으로서의 정체성에 상당한 타격을 받는다고 여긴다.

각에 발기력이 더 약해져 의기소침해 지며, 매사에 의욕도 줄어 자신감을 잃어 버리기 쉽다. 만일 이런 상태가 오래 지속되면 모든 일이 제대로 될 리가 없고 이런 상태의 사람에게 돈을 빌려 주었다가는 떼가기 십상이라는 생각 때문에 생긴 말일 것이다. 원래 발기라는 것은 신체·정신적으로 성적 자극을 받으면 우리 몸의 신경계, 혈관계, 내분비계가 복합적으로 작용해 일어나는 반사작용이다. 정상인이라면 아이나 어른 할 것 없이 성적 자극을 받지 않고도 자기의식이 없는 수면 중에 발기가 일어날 수 있다. 정상인이 수면 중에 있을 때 안구가 매우 빨리 움직이는 안구진동현상이 나타난다. 첫 안구진동현상은 잠이 든 지 약 70분 후에 나타나서 5분 정도 지속되며, 이후 90분마다 반복되어 하룻밤 사이 약 4회 정도 일어난다. 지속 시간은 15~40분 정도다.

수면 중의 안구진동현상이 중요한 이유는 수면 중 발기의 90% 정도가 안구진동현상이 발생할 때 일어나기 때문이다. 수면 중 발기는 안구진동시간에 자기 의지와 전혀 상관없이 일어날 수 있으며, 1회에 20~40분 정도 지속된다. 또 많은 사람들이 생각하듯이 반드시 예로부터의 꿈을 꾸었다고 해서 일어나는 것은 아니다. 수면 중 야간 발기회수는 사춘기 이후부터 나이에 상관없이 3~5회 차례 일정하게 일어나게 되며, 지속시간은 사춘기를 정점으로 서서히 감소하게 된다. 지속시간의 경우 사춘기 때에는 수면시간의 40% (2시간 30분)이던 것이 65세가 되면 수면시간의 20% (1시간 30분) 정도로 감소한다. 신체적 이상 없이 심리적인 요인에 의한 발기장애환자의 경우 수면 중 발기는 정상으로 일어난다. 그러므로 야간 발기시간과 수면 중 발기 유무

와 그 정도에 따라 심인성 발기장애와 기질적인 발기장애를 확인할 수 있다. 물론 수면 중 발기도 당뇨, 만성신부전, 척수손상, 알코올중독 등에 의해 약해지거나 없어질 수도 있다. 새벽 발기는 야간 발기 중 일어나는 마지막 안구진동시간과 일치해서 나타난다. 따라서 잠에서 깨 시간이나 마지막 안구진동시간과 일치했을 때는 새벽 발기를 관찰할 수 있으나 이 시간에 잠에서 깨어나지 못하면 새벽 발기가 있었더라도 관찰할 수 없다. 잠에서 깨어나 비몽사몽 간에 해마다 보면 발기가 빨리 소실되어 버리므로 새벽 발기를 알아차리지 못할 수도 있다. 새벽 발기는 방광에 소변이 가득 찼을 때 발생한다고 믿고 있는 사람도 많으나 방광의 충만여부는 수면 중 발기의 횟수나 발기력 정도에 별 영향을 주지 않는다. 새벽 발기는 정상적인 경우에도 느끼지 못하는 경우가 있다. 그러나 특히 중년 이후에는 당뇨, 고혈압 등 발기장애를 초래할 수 있는 질환에 의하여 새벽 발기 자체가 없는 경우도 있기 때문에 1개월 이상 새벽 발기를 경험하지 못했다면 전문가와 상담하는 것이 좋다. 마지막까지 편집해 주신 분과 독자분께 감사드립니다. <전통만병노기과 원장>



95. 미 시사주간 타임은 최근 '올해의 인물'로 러시아 대통령을 선정했습니다. 혼란에 빠져 있던 러시아에 안정을 가져온 뛰어난 지도력을 인정해 선정했다는 것이 리처드 스텐켈 타임 편집장의 평가입니다. 이 사람은 누구일까요?
1 블라디미르 푸틴 2 알 고어
3 힐러리 클린턴 4 바락 오바마

참여 방법
정답을 표시한 뒤 매주 일요일까지 신문을 오려 보내 주시면 2주마다 당첨자를 선정, 1위 삼성전자 고급 진공청소기 1대, 2위 무등파크호텔 숙박권 1매를 보내 드립니다. (연락전화번호 미표기시 추첨에서 제외)
보내실 곳
광주시 동구 금남로 2가 20-2번지 광주일보사 여론매체부 퀴즈담당자 앞 우편번호 501-711



한마디 상의 없이
남편이 미장원에 다녀오는 아내를 보고 갑자기 화를 발했다.
"이봐! 나하고 한마디 의논도 없이 단발머리를 하면 어찌자는 거야?"
그러자 아내가 어이없다는 표정으로 대꾸했다.
"그러는 당신은 왜 한마디 상의도 없이 대머리가 된 거야?"

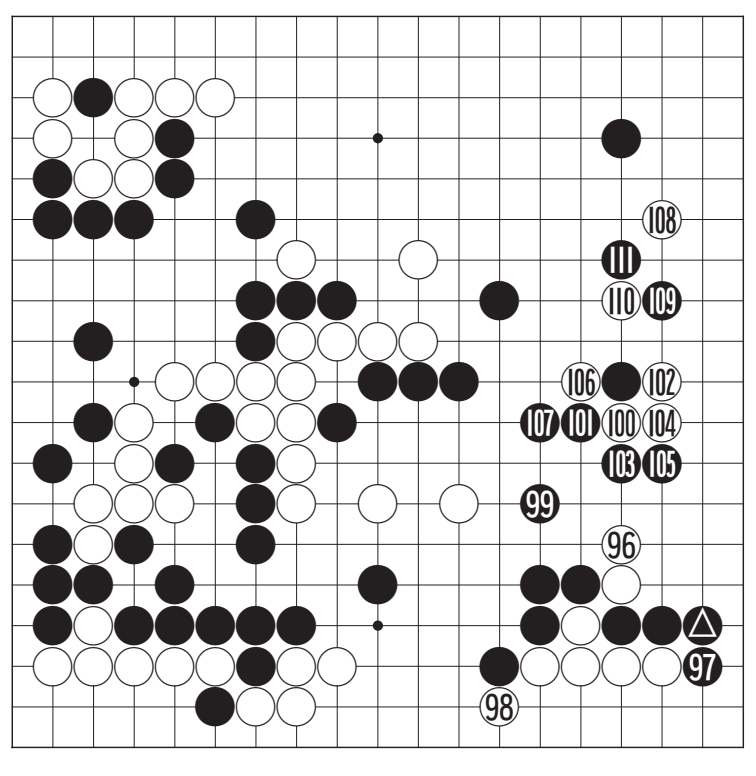
남자 : 하하, 이왕 가져 왔으니 그냥 해주세요.
검진결과 아무 이상이 없다고 나오자 사나이는 재빨리 가족에게 전화를 걸었다.
"어보~ 우리 가족 모두 건강하대네. 마음 폭 놓으라고~!"
■ 거짓말 탐지기
수뢰함으로 기업 총수, 은행장, 국회의원을 상대로 거짓말탐지기 조사를 했다.
기업 총수가 진술했다.
"오역을 건네졌습니다."라고 말하자 거짓말 탐지기가 삐~ 울렸다.
그러자 총수는 "사실은 심역을 건네졌습니다."라고 실토했다.
은행장 차례가 왔다.
"심역을 받아서 오백만원만 착복하고 나머지는 은행수익으로 돌려드립니다."
그러자 탐지기가 삐~ 울렸다.
그러자 은행장은 얼른, "아니, 뒤바뀌었습니다"

하고 실토했다.
이번에는 국회의원의 차례가 됐다.
"사실은..."
삐~~~~~
■ 영화와 포르노의 차이
▲모텔 방을 급습한 경찰이 범인을 체포했을 때
-영화 : 수갑을 채우며 말한다. "당신을 ○○ 혐의로 긴급체포한다. 당신은 변호사를 선임할 권리가 있고 묵비권을..."
-포르노 : 양손에 수갑을 하나씩 채우고는 말없이 침대 양쪽 끝에 연결한다.
▲교도소 안
-영화 : 죄수가 교도관의 감시를 틈타 탈출을 시도한다.
-포르노 : 교도관이 죄수의 방심을 틈타 감방 안으로 들어간다.
▲시골농가를 방문한 여행객이 방을 찾는다.
-영화 : 주인이 2층 손님방으로 안내한다.

-포르노 : 주인이 손님을 마구간으로 안내한다.
■ 물러서 그래
선생님 : 내가 천원을 갖고 있는데 네 아버지에게 천원을 더 달라고 했어. 그러면 같이 얼마일까?
철수 : 천원이에요.
선생님 : (한숨을 쉬며) 너는 산수를 모르는구나.
철수 : (당달아 한숨을 쉬며) 선생님은 저의 아버지를 모르시거든요.
■ 무서운 아내
검사가 남편을 독살한 아내를 심문하고 있었다.
검사 : 남편이 독이 든 커피를 마실 때 양심의 가책을 못 느꼈나요?
아내 : 조금 불쌍하다고 생각한 적도 있어요.
검사 : 그때가 언제죠?
아내 : 커피가 맛있더라 한 잔 더 달라고 할 때요.

知天命이 보는 오늘의 운세 12월 29일(음 11월 20일) (丁)

Table with 12 rows representing zodiac signs (子, 丑, 寅, 卯, 辰, 巳, 午, 未, 申, 酉, 戌, 亥) and their corresponding horoscopes for the day.



바둑소식
최철한 등 22명 바둑왕전 본선행
최철한 9단 등 22명의 기사들이 제 27기 KBS바둑왕전 본선에 안착했다. 최 9단은 27일 서울 한국기원 대회장에서 열린 이 대회 예선 마지막 경기에서 양건 9단을 꺾고 본선행을 확정지었다.
이들은 이창호·조한승·이세돌·박영훈·목진석·조훈현 9단 등 시드 결승 진출자들과 내년 1월7일경 본선 1·2국을 겨룬다. /오광복기자 kroh@

바둑소식
최철한 등 22명 바둑왕전 본선행
최철한 9단 등 22명의 기사들이 제 27기 KBS바둑왕전 본선에 안착했다. 최 9단은 27일 서울 한국기원 대회장에서 열린 이 대회 예선 마지막 경기에서 양건 9단을 꺾고 본선행을 확정지었다.
이들은 이창호·조한승·이세돌·박영훈·목진석·조훈현 9단 등 시드 결승 진출자들과 내년 1월7일경 본선 1·2국을 겨룬다. /오광복기자 kroh@

Advertisement for '더마플라스트' (DermaPlast) skin care products, featuring a woman's face and contact information.

Language learning section with four columns: 1. English: 'I am looking for some lipstick. 립스틱, 있습니까?' 2. Japanese: '携帯(けいたい)が古(ふる)いんだ. 휴대폰 너무 구식이야.' 3. Chinese: '你有驾驶证吗? 너 운전면허증 있어?' 4. Korean: '登高自卑(등고자비) 오늘 등, 높고, ~로부터 자, 낮을 비' Each column includes a dialogue and a list of key words.