남성의학 전문의 소영석의

솔직·대담한 性

'물건'크기와 여성 만족도는 무관

성에 대한 이야기를 하려면 대부분 얼굴이 붉어지고 눈치를 보게 된다.

또한 관심은 많지만 마땅히 물어볼 곳이 없어 주변 사람과의 대화나 인터넷 등을 통해 성지식을 쌓고 이러한 내용들을 혼자 판단하고 진리라고 믿게 되므로 성에 대한 잘못된 인식을 가질 수 있다. 흔히 알려진 잘못된 성지식을 알아보자.

▲성기가 커야 여자를 만족시킨다.

남성은 음경은 6㎝ 이상이면 큰문제가 없고 여성의 질은 신축성이 커 음경 굵기에 관계없이 잘 적응한다. 중요한 것은 여성의 성감대를 잘 파악하며 상대에 대한 신뢰와 사랑하는 마음이다.

▲자전거를 타면 회음부가 단련돼 정력이 좋아진다.

자전거를 지나치게 타면 골반에서 음경으로 가는 혈관이 손상을 당해 발기에 문제를 일으킬 수 있다. 자전거를 탈 때는 매 10분마다 자전거에서 내려 혈액순환이 잘 되도록 하고 노면의 굴곡이 심한 지역은 피하며 되도록 엉덩이 전체가 얹혀지는 넓은 안장의 자전거를 타야한다.

▲성관계를 하되 사정하지 않는 것이 성능력을 강화시킨다.

중국 고서에서 권장하는 방법이나 반복시 오히려 성적 스트레스가 누적되고 성 부속기관에 울혈을 초래해 악영향을 끼친다. 정상적인 사정은 세포 기능을 왕성하게 해 성기능을 원활하게 한다.

▲술을 마시면 성기능이 강해진다.

적당한 음주는 사정을 지연시키고 흥분을 고조시키는 등 긍정적이나 만성적 음주나 과음은 성기능장애를 유발한다.

▲정관수술을 받으면 정력이 약해진다.

정관수술은 정자 수송로인 정관을 차단하는 수술로 성기능과 밀접한 내분비 기능과 무관하며 정력이 약해지는 현상은 심리적인 요인이 강하다.

▲자위를 자주 하면 발기부전이 된다.

성장이나 발기장애와는 무관하고 의학적으로는 성적욕구 발산, 심인성 발기부전의 치료 수단 등 오히려 장점이 많다. 하지만 들키기 전에 자위행위를 끝내야겠다는 생각으로 반복적으로 조급하게 할 경우 조루증을 유발할 수 있다.

▲노년기의 성생활은 건강에 해롭다.

규칙적이고 몸에 무리가 가지 않는 성생활은 건강에 도움이 되며 의도적인 억제가 오히려 해롭다. 또한 나이가 들어도 성욕은 줄지 않으며 육체적·심리적으로 스스로 포기하거나 시도하지 않을 뿐이다.

▲질외사정을 하면 임신이 되지 않는다.

질외사정은 피임방법 중 가장 실패 가능성이 높다. 남성은 조금만 흥분해도 사정전 분비액이 나오는데 그 안에 일정량의 정자가 있으므로 질내삽입 시 사정을 하지 않아도 임신이 될 수 있다.

이외에도 전립선염을 성병으로 생각하는 경우가 있으나 2~3%만이 성병과 관계 있고, 임신 중 격렬한 성관계는 피해야 하나 성적 욕구·극치감은 임신전과 차이가 없다. 구강 성교시 구강점막, 상처 난 피부 등을 통해 성병이 전염될 수 있지만 전염 확률은 떨어진다.

성에 대한 잘못된 지식은 잘못된 성행동을 유발하고 불필요한 성적 문제를 야기할 수 있다. 그러므로 성은 우리 일상생활의 일부라는 사실을 명심하고 이를 무조건 감추려고 하거나 무시하여 잘못된 정보에 대한 믿음을 갖게 하기보다는 개방적이고 올바른 성교육을 통해 정확한 성지식을 갖게 하는 것이 중요하다.

〈명비뇨기과 원장〉

리빙 센스

여행가방 꾸리기 ②

■ 산이나 바다로의 여행

-휴가지가 산이나 바다일 경우에는 옷을 쉽게 버리는 일이 많기 때문에 휴대용 비닐봉지를 챙겨가는 것이 좋다. 특히 산으로 여행을 갈 때는 모기약 등을 미리 준비해간다.

-갑작스런 기후 변화에 대비해 긴 옷은 하나씩 챙겨두도록 한다.

-타월은 큰 사이즈와 작은 사이즈 각각 한 장씩을 가져가는 것이 편리하다. 특히 여기저기 많이 돌아다니는 장기 여행일 경우에 큰 타월을 챙겨가면 유용하게 사용할 수 있다. 타월은 돌돌 말아서 가방의 맨 가장자리에 끼워 넣는다.

-샌들은 젖어도 잘 마르고 가벼운 스펀지 소재의 비치 샌들을 하나 준비한다. 바다, 산 등 언제 어디서나 유용하게 사용할 수 있고 부피도 줄일 수 있다.

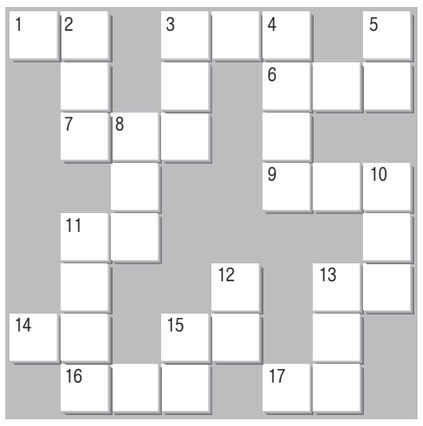
함께 풀어봅시다 < 312 >

→ 가로풀이

1.운동선수 등이 출장해야 할 자리나 운동장에 나오지 않음. 그는 부상으로 ~했다. 3.수수를 원료로 한 알코올 농도 60% 내외의 중국 특산 소주. 무색투명하며 씁쓰레하다.→배갈. 6.음식을 먹은 뒤 몸이 나른하고 졸음이 오는 증상. 7.커피나 카카오의 잎에 들어 있는 알칼로이드. 무색의 결정으로 쓴맛이 있으며, 흥분제·강심제 등에 쓰인다. 9.과거에 집의 안채와 떨어져 바깥주인이 거처하며 손님을 접대하는 곳. 11.몸속의 병을 통틀어 이르거나 위장병을 일상적으로 이르는 말. 그렇게 술을 마시다가는 ~이 날 거야. 13.성질이 달라지거나 물질의 질이 변함. 식료품의 ~을 막기 위해 냉동 보관이 필요하다. 14.낮은 위치나 지위를 이르는 말. 팀 성적이 ~에 머물렀다. ↔상위. 15.일정한 부호, 소리, 몸짓 등으로 특정한 내용을 전달하거나 지시 함. 그는 철조망을 넘어가도 좋다는 ~를 보냈다. 16.수확이 예상보다 절반쯤 밖에 되지 아니함. 올해는 풍수해로 ~밖에 못하게 됐다. 17.강의, 연설 등의 내용을 받아 적음.

↓ 세로풀이

2.맏형의 맏아들을 이르는 말. 3.어떤 범죄를 당해 그 사실을 수사 기관에 신고하고 그 수사와 범인의 기소를 요구하는 사람. 4.주식 발행을 통해 자본을 조달받는 기업. 7인 이상의 주주가 유한 책임 사원이 되며 자본과 경영이 분리되는 기업의 형태. 5.법관이 어떤 대상의 성질·상태 등을 인식해 증거를 조사하는 일. 그 범죄에 대한 현장 ~이 실시됐다. 8.음료를 담는 일회용 병. 폴리에틸렌을 원료로 해 가볍고 깨지지 않는 특성이 있다. 10.말이나 소를 몰기위해 나무 막대 끝에 노끈,가죽 등을 달아 만든 물건으로 때리는 일. 또는 몹시 재촉하거나 격려하는 일을 비유해 이르는 말 . 11.교통법규상 제한되어 있는 차량의 속도를 넘어 속력을 내는 일. ~으로 딱지를 떼다. 12.재산이 넉넉하고 세력이 있는 사람.→부자. 13.전자기 유도 작용을 이용해 교류 전류 전압이나 전류의 값을 바꾸는 장치. 15.새로 작품 등을 지어 만듦. 또는 그 작품. 그는 오랜 침묵을 깨고 ~신작을 발표했다.



〈함께 풀어봅시다 311회 정답〉

▲지난주 정답자
김성재·영암군 도포면 영호리
김형은·광주시 동구 서석동

▲응모방법
광주일보 지면을 오려 정답을 적어보내시면 매회 1명씩 추첨, 상품권(2만원)을 선물로 드립니다.

▲보내실 곳 : 광주시 동구 금남로 2가 20-2 광주일보사 여론매체부

知天命이 보는 오늘의 운세 7월 28일(음 6월 26일 己巳)

子 36년생 사소한 실수로 관재가 있을 수도 있다. 48년생 화해를 먼저하고 실리를 찾아보라. 60년생 있어도 없는 것처럼 지내라. 72년생 주변을 보살피고 나누어 가져라. 84년생 우물쭈물 하다가는 오히려 손해를 본다. 행운의 숫자 : 13, 37

丑 37년생 착실한 활동이 좋은 결과를 보게 된다. 49년생 불안한 마음을 버리면 뜻한 대로 되리라. 61년생 자기 일에 집중하면 윗사람의 도움이 있다. 73년생 중인의 협조가 새롭게 나타난다. 85년생 나이를 잊고 자신 있게 진행하라. 행운의 숫자 : 06, 29

寅 38년생 투자는 내일로 미루어야 크게 성공하리라. 50년생 신중하면 손실도 재물로 바뀐다. 62년생 애인과 다툴 일이 생기니 서로서로 양보하라. 74년생 부부간에 다툴 수도 있다. 행운의 숫자 : 10, 45

卯 39년생 좋은 협조자를 얻어 빠른 진행을 한다. 51년생 흉한 일이 있을 수도 있으니 매사를 경계하라. 63년생 관재수가 있을 수도 있으니 말을 아끼라. 75년생 매사에 신중하면 손해를 막는다. 행운의 숫자 : 04, 33

辰 40년생 직업과 자식이 불리해지니 각별한 주의가 요망된다. 52년생 부부사이에 믿음을 주라. 64년생 이웃 동료와 시비가 생길 수도 있다. 76년생 득과 실이 들고나니 매사에 조심하라. 행운의 숫자 : 08, 25

巳 41년생 바라던 목표에 주변의 협조를 얻으니 금상첨화로다. 53년생 자신의 처지를 생각하고 마음 깊이 돌아보라. 65년생 규모를 축소하고 필히 실리를 추구하라. 77년생 오늘은 평안하지만 내일을 준비하라. 행운의 숫자 : 05, 26

午 42년생 뜻밖의 협조자가 나타나나 본인이 중심이다. 54년생 새벽녘의 손님을 조심하라. 66년생 급격한 마음의 변화가 생기니 기도하고 심신의 안정을 기하라. 78년생 오늘은 바쁜 하루가 되리니 단단히 각오하라. 행운의 숫자 : 11, 34

未 43년생 급박한 상황에서도 솟아날 구멍이 생긴다. 55년생 기백과 용기로 진행하면 달성은 무난하다. 67년생 재물이 새고 있으니 가능한 모든 방법으로 득리를 찾아라. 79년생 즐거움 속에 걱정도 끼여 있다. 행운의 숫자 : 20, 32

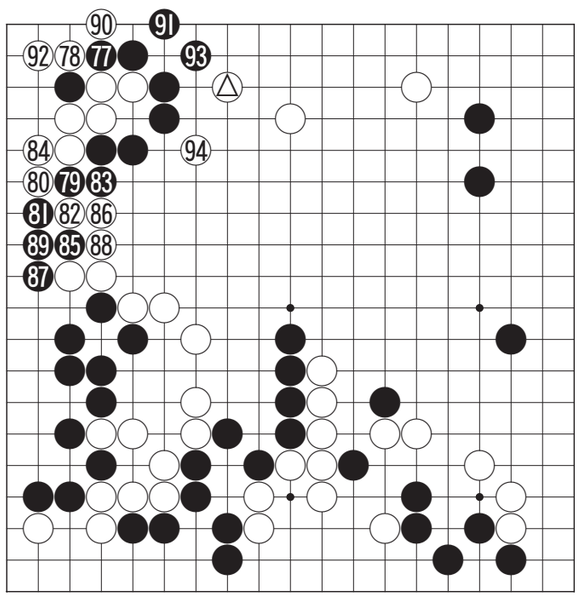
申 44년생 희망찬 하루가 되리라. 56년생 새 문서를 잡고 큰 기쁨이 있을 수다. 68년생 목표를 크게 갖고 힘껏 뛰면 큰 재물이 들어올 수도 있다. 80년생 모든 일이 순조롭고 생각보다 결과는 크리라. 행운의 숫자 : 19, 40

酉 45년생 미리미리 준비하면 체면을 유지한다. 57년생 생각했던 일들이 착실하게 추진된다. 69년생 근친자의 중상모략을 만날 수 있으니 조심이 절실하다. 81년생 많은 수양이 필요한 하루다. 행운의 숫자 : 07, 36

戌 46년생 과거는 과거일 뿐 새로운 일에 도전하라. 58년생 좋은 소식이 멀리 전해진다. 70년생 문서로 고민거리가 생길 수가 있으니 신중하게 생각하라. 82년생 좋은 물건이 보이지 않을 수가 있으니 주의하라. 행운의 숫자 : 15, 38

亥 47년생 규모축소 집안단속 매사에 주의하라. 59년생 쌍방이 양보하면 쌍방이 이득이다. 71년생 오늘은 인내함이 좋으리라. 83년생 일마다 방해가 있으니 주변 먼저 단속하면 문제는 적어진다. 행운의 숫자 : 09, 30

www.cafe.daum.net/sajoo114 ☎011-632-6121



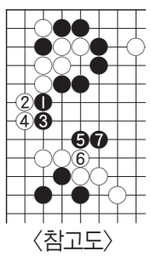
대한주택공사광주전남지역본부 EL DORADO RESORT / SINAN 엘도라도리조트

제17회 光日盃 광주·전남 직장바둑대회

흑, 위험을 자초하다

4회전 2국 6보 (77~94)

白 김광식 5단 ((주)송림) 黑 박광주 5단 (포스코)



〈참고도〉

백 △로 김광식 5단이 맹공을 퍼붓고 있는 장면이다. 박광주 5단은 초반의 결정적인 찬스를 몇번이나 흘려보내고 이제는 땀을 뻘뻘 흘리며 수세에 몰리고 있다.

일단 흑 77로 밀고 들어 갔는데 이 수는 조금 아까운 수. 밀지 않고 93에 호구치면 다음 78로 내려서는 수가 있어서 흑이 사는데 나쁜 영향을 끼칠 수가 있다.

박광주 5단은 '그냥은 도망갈 수 없다'고 외치며 흑 79, 81로 이단 젖히는 초강수를 들고 나왔는데 이것이 작은 실리에 연연한 위험한 수였다. 81로는 '참고도'의 3으로 늘고 7까지 빨리 모양을 갖춰야 했다.

흑 89까지 실리는 조금 벌었으나 백 90으로 젖힌 다음 92로 는 수가 선수를 차지하는 호수여서 흑 대마가 곤경에 빠지게 되었다.

김광식 5단, 눈빛이 번쩍이더니 기합을 넣어 백 94로 덮쳐간다. 과연 흑 대마가 살 수 있을까.

〈오규철 9단·본보 바둑해설위원〉

바둑소식

홍성지 생애 첫 타이틀 획득

홍성지 6단이 27일 서울 한국기원에서 열린 제4기 한국물가정보배 프로기전 결승3국에서 이세돌 9단을 상대로 203수만에 불계승을 거뒀다. 이로써 홍성지 6단은 결승 전적 2-1로 생애 첫 타이틀을 획득했다.

홍성지는 지난 20일 결승 1국에서 이세돌의 12연승 행진을 저지하는 승리를 거뒀지만 26일 2국에서는 불계패를 당했었다.

지난 2001년 입단한 홍성지는 제3기 전자랜드배 왕중왕전 청룡부에서 우승했고, 제18회 비씨카드배 신인왕전 본선 진출하며 두각을 나타냈다. 제1회 세계마인드스포츠게임에 한국대표로도 참여한다. /오광록기자 kroh@

굿모닝 잉글리쉬 <1211>

How was your date?
데이트는 어땠어?

A : How was your date?
B : It was kind of awkward.
A : Really?
B : Yah, things just didn't seem right.

A : 데이트는 어땠어?
B : 약간 거북했었어.
A : 그래?
B : 그랬어, 상황이 정말 아니더라고.

* awkward : 어색한, 거북한
* things : 환경, 상황

* 그런대로 좋았어.
= It was kind of nice.

〈동아 외국어학원 제공〉
www.donga.tv ☎ 222-6253

오하요우 니혼고 <1211>

めがねがない。うちに忘(わす)れたんだわ。
안경이 없어. 집에 두고 왔네.

A : あれ, めがねがない。うちに忘(わす)れたんだわ。
B : じゃ, ぼくが取(と)ってくるよ。どこ,テーブルの上?
A : ううん, 本箱(ほんばこ)の上(うえ)。
B : どっちの本箱? 低(ひく)いほう?
A : ううん, テレビのよこの本箱。

A : 어머, 안경이 없어. 집에 두고 왔네.
B : 그럼 내가 가져올게. 어디, 텔레비전 위?
A : 음, 책장 위.
B : 어느 쪽 책장? 낮은 쪽?
A : 음, 텔레비전 옆에 책장.

低(ひく)い : 낮다
本箱(ほんばこ) : 책장

〈광주 글로벌 외국어학원 제공〉
http://kglobal.wo.to ☎ 228-2545

니하오 쭝구워 <188>

那是谁的照相机?
저것은 누구의 카메라니?

A: 那是谁的照相机?
Nà shì shuí de zhàoxiàngjī?
나 스 쉐이더 짜오샹지?

B: 那是妈妈的照相机。
Nà shì māma de zhàoxiàngjī.
나 스 마마 더 짜오샹지.

A: 你没有照相机吗?
Nǐ méi yǒu zhàoxiàngjī ma?
니 메이요우 짜오샹지 마?

B: 没有。
méi yǒu.
메이요우

A: 저것은 누구의 카메라니?
B: 저것은 엄마의 카메라야.
A: 너 카메라 없어?
B: 없어.

谁的 [shuí de] 누구의
没有 [méi yǒu] 없다

〈광주중국어학원(상무지구 금호대우A 앞)〉
☎ 383-1605

한자 이야기 <828>

鬱火(울화)
막힐 울, 불 화

울화(鬱火)는 글자대로 풀면 '불길을 막는다'가 된다. 여기서 불길을 막는 것은 연기(煙氣)이다. 연기는 불에서 생겨나지만, 연기가 자욱하면 불길은 약해지고 빛을 밝힐 수 없다. 연기가 잦아들면 불길이 커지고 다시 환하게 빛을 낼 수 있다. 이를테면, 모닥불을 피울 때 젖은 나무를 불 속에 넣으면, 연기만 자욱하고 불길은 약해진다. 이런 현상을 '연울화(煙鬱火)'라고 한다.

옛사람들은 불을 인간의 본성(本性)으로, 감정(욕망)을 연기로 보았다. "물이 흐리면 그 흐름이 깨끗하지 못하고, 불이 연기에 덮이면 그 빛이 밝을 수 없으니, 그것은 물이 맑고 불이 밝은데 잘못이 있는 것이 아니다. 모래가 흐리게 하지 않으면 물은 맑을 것이고, 연기가 덮이지 않으면 빛은 밝을 것이다. 따라서 감정이 일어나지 않으면 본성이 확충될 것이다" (이고의 '復性書') 감정이 본성을 해치면 '울화'하게 되고, 이것이 심해지면 '울화병(鬱火病)'이 된다.

그래서 오늘날 '울화'를 '마음속이 답답하여 일어나는 화'라고 하게 된 것이다. 또 마음속에서 북받쳐 올라온다하여 '심화(心火)'라고도 한다.

〈한예원(韓睿媛)〉
조선대학교 한문학과 교수 ☎ 230-7353