

당뇨병은 남성의 성적 건강에 영향을 끼칠 수 있다!



당뇨병은 남성의 성생활에 영향을 끼칠 수 있다. 당뇨를 앓고 있는 남성들 중에는 성기능장애, 즉 발기장애(ED: Erectile Dysfunction)를 겪고 있는 사람들이 상당수 있다. 발기장애란 남성의 발기가 안되거나 발기한 상태를 유지하지 못하는 것을 말한다. 당뇨병은 유병기간이 지나면서, 성기의 혈관과 신경에 손상

이 올 수 있다. 이 것은 발기장애라는 결과를 초래한다.

만약 발기장애를 겪고 있더라도 희망은 있다. 발기장애를 치료할 수 있는 방법들이 있기 때문이다. 발기장애는 나이가 들면서, 그리고 당뇨를 앓고 있는 모든 사람에게 나타나는 증상은 아니므로 너무 낙심하지는 말고 예방법을 알아두는 것이 현명하겠다. 또, 발기장애는 절립선이나 방광수술 등 여러 가지 원인에 의해 생길 수 있으므로 주치의와 새 치료법에 대해 상담을 먼저 해보도록 하자.

만약 발기장애나 기타 다른 성기능장애가 있다면, 그것은 부끄러워할 일도 속상해 할 일도 아니다. 자신이나 배우자를 탓할지도, 어떤 남성은 죄책감을 느끼거나 화를 낼 수도,혹 희망이 없다고 생각할 지도 모른다. 그러나 이러한 감정들은 마음을 열고 배우자나 의사와 상담하는데 방해요소로 작용하게 된다. 발기장애에 솔직하게 대화하는 것만으로도 그 문제를 해결하는데 한 단계 더 가까워 질 수 있기 때문이다.

When Men Just Don't Want to Talk About It
남자가 그것에 대해 얘기하고 싶지 않아할 때 프란 테이트 당뇨교육 전문가가 그녀의 환자와 상담하는 내용이다.

Fran : 여러분. 오늘은 카를로스 실바씨와 부인 자니타씨를 모시고 얘기를 나눠보겠습니다. 카를로스씨는 제 2형 당뇨병을 10년째 앓고 계시는 당뇨병 환자입니다. 카를로스씨와 부인께서는 오늘 너무나도 개인적인 문제에 대해 말씀해 주시기 위해 이 자리에 나오셨습니다.

Carlos : 글썄요... 저는 TV에서 제가 전에 겪었던 성적문제에 대해 얘기하기로 결심했습니다. 그 것은 현재 발기장애라고 부릅니다. 전에는 사람들이 성기능장애라고 표현을 했었지요.

Fran : 자니타 부인, 당신은 카를로스씨가 이것에 관해 얘기하는 것에 대해 어떻게 생각하십니까?

Juanita : 솔직하게 말씀드리자면, 많은 비슷한 문제가 있으신 분들이 저희의 얘기를 많이 들어주셨으면 합니다. 발기장애에 대해 얘기하는 것은 결코 쉬운 일이 아니니까요.

Carlos : 사실입니다. 남자들은 성적인 문제에 대해서 얘기하는 것을 원하지 않아합니다. 남성은 발기하는데 문제가 생기면, 보통 부끄러운 생각과 화가 나지요. 이에 배우자를 탓할 것이며, 또 그 배우자는 그를 탓할 것입니다.

Fran : 그렇다면, 당신은 어떻게 그것에 대해 말을 하기 시작했지요, 카를로스씨?

Carlos : 글썄요, 그냥 제가 책임을 가지고 뭐든 해야겠다고 결심한 것 같네요.

저는 작년 겨울부터 발기장애가 생기기 시작했습니다. 그러나, 이 문제에 대해서 그 누구와도 얘기 하길 원하지 않았습니 다. 대신, 자니타와 잠자리에 드는 것을 피하며, 늦게까지 TV를 보곤 했습니다.

가끔 저는 아무런 문제도 없는데도 심술궂게 굴곤 했습니다. 발기장애는 제가 더 이상 남자가 아닌 것 같은 느낌을 들게 했습니다.

Fran : 자니타씨, 부인께서는 어떻게 대처했습니까?

Juanita : 저는 무엇이 문제인지 물었습니다. 그러던 중, 저는 그에게 주치의와 상담을 권유했습니다.

Carlos : 자니타의 도움으로 저는 결국 의사에게 털어놓게 되었습니다. 평소 이런 문제에 관해 얘기해 보지 않은 저에게는 무척이나 어려운 일이었습니다.

그러나, 저는 깊게 숨을 내쉬고 얘기하였습니다. 그때 저는 처음으로 당뇨라는 병이 성적인 문제를 일으킬 수 있다는 것에 대해 알게 되었습니다. 저는 무척이나 놀랐습니다. 그때만해도 당뇨가 원인이 될 수 있다는 것에 대해서는 상상도 못했었으니까요.

Fran : 그래서 그 다음엔 어떻게 하였습니다니까?

Carlos : 저는 발기장애에 관한 약물과 기타 치료법에 대해 배웠습니다. 저는 한 종류의 약을 복용해 봤는데, 비록 그 약이 모든 사람에게 효과가 있는 것은 아니었지만, 저에게는 효과가 있었습니다.

또한 제 혈당수치를 낮추고, 금연을 시작했습니다. 이런 모든 것들이 도움이 되었습니다. 가장 중요한 것은 발기장애는 치료가 가능하다는 점입니다.

Fran : 카를로스와 부인 자니타씨께 오늘 당뇨병과 발기장애에 대해 얘기 해주신 것에 대해 감사 드립니다. 어떻게 발기장애를 극복했고, 또한 부인 자니타씨와 주치의의 도움을 받은 얘기에 대해 얘기하는 것에는 정말 많은 용기가 필요했음을 압니다. 당신의 희망의 메시지가 많은 분들께 도움이 될 것입니다.

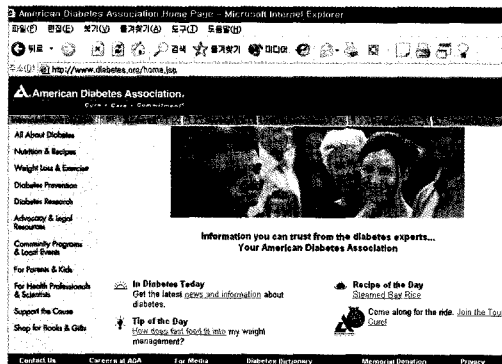
발기장애의 해결 방안

- 발기장애 치료약을 섭취하는 방법
- 프로스타글란딘(강력 호르몬 물질로서 자궁근 수축 혈압강하 등의 작용을 함)이라는 약물을 성기에 바르는 방법

- 성기에 흡입 튜브 착용하고, 펌프질을 하는 방법: 펌프질을 하면, 튜브에 생기는 흡입력에 의해 성기로 피가 몰리며 발기가 된다. 발기된 성기 안쪽을 밴드로 묶음으로써 흡입 튜브를 제거 한 후에도 발기의 지속이 유지된다.
- 성기에 고안품을 집어넣는 수술을 하는 방법: 수술을 통해 혈관을 고정시켜 더 많은 피가 성기로 통하게 하는 방법도 있다.

고혈압이나 우울증 치료제로 쓰이는 알약 중에는 발기 장애의 부작용을 가지고 있는 치료제도 있다. 궤양이나 심장약 치료제 또한 이러한 부작용이 생길 수 있다. 주치의에게 자신이 복용하는 약들이 발기장애의 부작용을 가질 수 있는지 여부를 상담하고 당신이 복용할 수 있는 다른 약물에 대해서도 함께 알아보자.

발기장애 치료시작이나 복용하고 있는 약을 중단하기 전에 반드시 자신의 주치이나 당뇨교육 전문가와 상담해야 한다는 사실은 꼭 기억하라.



※ 미국당뇨병협회의 홈페이지에 있는 A Guide for Men with Diabetes(남성당뇨인을 위한 지침)을 번역한 내용입니다.
<http://www.diabetes.org/homepage.jsp>

가족계획

당뇨병은 아빠가 될 수 있는 가능성에는 아무런 영향을 끼치지 않는다. 그러나 배우자는 가족계획을 하기 전에 아마 궁금한 사항들이 있을 것이다. 주치와 자신과 배우자의 궁금증이나 걱정에 관해 충분히 상담하자.

- 당뇨를 앓고 있는 모든 남자에게 발기장애가 생기는 것은 아니다.
- 발기장애는 성생활의 끝이 아니다. 도움을 받을 수 있다. 세상에는 많은 치료 방법들이 있다.
- 배우자와 주치의, 당뇨교육 전문가와 상담을 통해 도움을 받아라.

우울증과 불안감

당뇨병은 우울증을 생기게 할지도 모른다. 우울증이란 단순히 느끼는 슬픈 감정이 아닌 의학 치료를 요구하는 심각한 병이다. 우울증은 발기장애를 야기시킬 수 있으며, 반대로 발기장애가 우울증을 야기할 수도 있다.

당뇨를 앓고 있는 사람들은 가끔 너무 많은 걱정을 하고 있는 것을 느낄 것이다. 그들은 그들의 건강, 미래 그리고 기타 다른 스트레스 요인들에 대해 걱정한다. 가끔 성적문제가 생길 경우, 영원한 발기장애가 되는 것이 아닌가에 대해 걱정한다. 너무 많은 걱정은 단순한 불안감을 넘어서 병으로까지 발전하게 되며, 이것은 발기장애로 연결될 수 있다.

주치와 자신이 느끼는 감정에 대해 충분히 상담하자. 의학치료나 상담은 우울증과 불안감 모두를 치료하는데 도움을 줄 것이다.※