

男人的性苦惱

曹兆源

男人以為男人應該喜歡性並熱衷性事，男人很難接受自己對太太性趣缺，就算他知道其他男人都有機會出現相同的不幸。

“我相信我愛太太，但我與她一起，就算她打扮得如何性感，我仍然無法產生性興奮反應和與她性交的衝動。我們結婚逾六年，兩年多前開始，我不喜歡和太太性交，就算她設法令我的陰莖變硬，陰莖在進入後很快就會軟化，我無法在太太體內射精。我維持每星期約兩次的自慰，我享受自慰帶來的快感，我從中三開始自慰，至今從沒有間斷過。我不認為自慰減低我對太太的性欲，我不打算停止自慰。”

男人真的會在婚後患性冷感嗎？我的性治療個案當中並沒有一位男士在婚後完全失去性欲。在婚後一段短時間，甚至婚後隨即對配偶失去性欲的男士，仍會維持適度的自慰甚至嘗試婚外性。男人的性欲會隨年齡的增長變化，但很難驟然消失得無影無蹤。沒有完全失去性欲的已婚男人並非性冷感。

是什麼扼殺了已婚男人對太太的性欲呢？

“我愛太太，但我不認為她性感，有時甚至覺得她不性感。不是說我的太太不漂亮或者不懂得打扮，事實上，太太蠻會裝扮自己，又非常留意自己的體重。她做愛時很主動，挑情也有技巧，身體反應自然流露。”

男人的性，往往由激情開始，激情不再，性欲不振。兩個人越陌生，雙方保持一段距離，就有可能在性活動中不斷探索，追求全新的性經驗，任憑自己的欲望引導自己去追求強烈的性快感。陌生的性伴侶身上散發的體味、獨特的身段、肌膚的觸感、身體的反應等，足以挑撥激情。陌生感無法創造出來，激情因此在熟悉的性伴侶身上難以長久保留。

女人不明白男人為何不努力改善夫妻的性生活，反而沉醉於只能獨享，似乎無助增進夫妻感情的自慰。

“我很享受自慰，透過觀看網上的色情影像，我可以沉醉在無邊無際的性幻想中，繼而產生強烈的性衝動，身體自然有反應，然後毫無壓力、拋開理智，享受簡單直接的性高潮。”

性治療師跟進的男士個案都有自慰的經驗。事實上，大部分男士個案婚後維持自慰的習慣。這種習慣不受婚姻關係與婚齡的長短影響，自慰甚至可能成為男

人的終生伴侶。

自慰可真是男人的好伴侶嗎？

“我不能夠在太太的體內射精，我的陰莖可以很容易勃起，但我的陰莖在太太的體內很快變軟，就算在進入後維持抽插的動作。我和太太結婚僅有一年，這種情況在婚前已經出現，婚後仍無改善。”

無法在太太的體內射精的男士，治療師遇過的不止他一個。

“我自慰時可以順利射精。我在中學畢業後開始自慰，最頻密時幾乎每天都有一次。我覺得自慰很刺激又令我滿足。”

案主接著詳細講出他自慰的方法。

“我會稍稍用力握著陰莖並令它在手中前後滑動。我的包皮很長，自慰時包皮不斷摩擦龜頭的敏感部位，數分鐘就可以達到高潮然後射精。包皮摩擦龜頭的感覺很好，很舒服。”

“每次和太太性交，陰莖在太太體內抽動不久，包皮會翻開露出龜頭。龜頭在太太體內摩擦的感覺並不好，翻開的包皮又索住陰莖，我感到很不自然。稍後陰莖開始軟下來，就算重頭再來也提不起勁。”

治療師相信這位男士經過多年的自慰，已習慣用某種模式刺激陰莖以獲得性興奮。由於快感由獨特的刺激產生，一旦模式改變，性興奮就無法順利產生甚至出現不適感。不適的感覺令這位男士失去造愛的興奮，勃起的狀況隨之消失。

治療師遇過另一位男士，他的自慰習慣同樣給他的性生活帶來煩惱。

“我記得在中三開始自慰，當年我很害羞，時常回避女孩子的目光，但我滿腦子都是性幻想。想當年我幾乎每天要自慰一次，曾試過一天自慰三次。有時候我覺得自己很壞，經常想著性愛而且想自慰就做。我維持自慰超過十年，我已下定決心停止自慰。”

這位男士不再自慰，造愛時卻飽受早泄之苦。

“我喜歡造愛，但我無法控制何時射精。我的陰莖進入後稍有動作就會射精，這種情況從我開始有性交就出現。如果可以進入後十分鐘才射精就滿意許多。”

這位男士又透露，由於包皮過長，他在兩年前成功進行了割包皮手術。

龜頭表面佈滿神經細胞，對觸摸的反應可以很強烈，性交時性興奮反應因人

而異，可快可慢，唯獨難以隨心所欲。沒有自慰的日子，也不一定可以享受到性愛的歡愉。

男人對性充滿幻想，對自己的性能力更寄予厚望。性是男人表現自我，表現男性特質的方式之一，當男人以為自己的性表現未如一般人時，真是有苦自己知，有口亦難言。

男人的性苦惱何其多！身為男性治療師，明白男士的性困擾非一般人所能體會與認同。男人發覺沒有合適的傾訴對象就只有將問題擱置，久而久之，到自己或者伴侶忍無可忍的時候才向專業人士求助。

身為性治療師，我欣賞所有向我求助的男士的無比勇氣。曾經有一位十多歲的男孩因為割包皮手術後感到不適和不安向我求教，我既欣賞他的勇氣更覺得萬分榮幸。男士跟陌生人談自己的性苦惱從來是件尷尬的事，況且將不愉快的經驗和盤托出不保證換來情況改善。若情況無改善，再求助也不知道誰人可信賴。

我相信我認識的性治療師都希望透過性治療幫助有性苦惱的人改善情況。有些性苦惱的確惱人亦不一定可以圓滿解決，有些問題可能源於性知識的匱乏和技巧的不足而已。我希望每一位求助者百分百信任性治療師，這是性治療能否奏效的關鍵之一。

若您不幸遇到本文介紹的男士性苦惱或者難以啟齒的性問題，請盡早聯絡我們，讓我們幫您消愁解困。