

## 不舉 - 男士絕症?!

「唔駛等啦！我上多一陣網就入黎瞓啦！」

「聽朝一早要開會，我瞓先啦！」

打從大半年前開始，琪琪就發現丈夫每晚因著不同理由不和她一起上床。就算一起上床，丈夫亦顯得非常疲累，別過頭來就已經快速地熟睡。其實不要說是房事，丈夫就連她的身體亦鮮有觸碰。琪琪最初亦十分體諒丈夫的疲累和需要空間，但慢慢逐漸感覺到兩人之間就像築起了一道隱形的牆。琪琪不單感到寂寞和被冷落的委屈，內心更忍不住胡思亂想丈夫在外一定有第三者，愈是想愈是擔憂害怕，鬱結實在難耐。琪琪嘗試向丈夫提出欠缺性事的問題，但結果變成愈談愈火，當晚丈夫更搬出廳睡！這當然是琪琪最害怕發生的事，究竟事情如何處理是好？琪琪情緒實在深受困擾，引至夜夜難眠，很快便暴瘦了差不多 15 磅！丈夫終於亦明白了事態嚴重，縱然不願意但亦勉強陪同琪琪向教會牧者尋求協助。丈夫終於向牧者坦言絕無第三軟，影響最終不能成事。丈夫一直受此陰影影響，腦海常浮現無法勃然的難堪影像，對自己信心全失。在不做不錯的想法下，丈夫一直不敢與太太親近和迴避性事，更十分自責是從前自慰習慣種下的禍。其實琪琪和丈夫都很珍惜多年的婚姻，只是大家以往對性都是許做不許談，更遑論分享性事上挫敗而帶來的羞澀！幸好他們及後接受了牧者轉介的性治療服務，勇敢地展開了治療之旅！

陽痿是很常遍的一種性功能障礙。對於首次出現的不舉情況，有部份男士會感到仿如遇上世界末日或患上絕症。其實男士因為環境、心情、體力變化而有間中垂軟亦屬正常。但若因此感到過份憂慮，做不得時又說不得，不肯正視問題便會拖延了解決機會。

勃起功能問題的成因通常是多發的，可能是器質性（血管、神經系統、荷爾蒙或藥物）或心因性（表現焦慮、憂鬱、婚姻關係問題等等）或兩者混合。針對不同成因引至的不舉問題，現時有各種不同的治療方法，包括放鬆練習、陰部肌肉訓練、感性集中練習、藥物治療、心理治療…等等。由於勃起功能問題不單影響性愛和自信，更為親密關係帶來壓力，而壓力又會加添患者對不舉問題的焦慮，造成惡性循環。所以，在治療期間，重啟夫婦間的坦誠溝通和信任關係是非常重要的，伴侶耐心體諒、鼓勵和支持就更是協助患者減少焦慮重享性愛歡愉的成功關鍵。

勃起功能障礙在中年以上的男士尤其常見。假如你現正面對類似的性功能問題，你並不孤單的，請不要遲疑，與伴侶一起及早尋求協助。

張秀嫻女士

香港明愛性治療服務性治療師