

你「行不行」？妳「能不能」？ 令人難以啟齒的性功能障礙

文 | 王晟懿醫師



國人十分重視性功能，但也對性問題不輕易啟齒，所以更別提尋求協助了。醫師提醒您，如果您無法享受魚水之歡，擔心是不是有性功能障礙，不能只是自行買藥，應當請教醫師進行全盤諮詢，才能對症下藥。

50 多歲的劉阿伯本身有糖尿病的病史，目前正在服藥控制，今天他至門診拿血糖控制藥，但似乎還有些話想問，剛好門診小姐離開診間，劉阿伯趕緊低聲問男醫生：「醫師，我“那個”好像有困難……。」經醫師詳細詢問，才知道劉阿伯似乎有勃起障礙問題，而且因為不敢開口困擾很久。

台灣的文化背景，「性」似乎是很隱密問題，性功能障礙病人，往往內心掙扎很久，才會鼓起勇氣尋找醫師協助，在這之前，不是自己去藥局買藥，或是聽信地下電台誇大，買了許多不名成分的電台藥，就是朋友呷好倒相報，買了不明來歷的中草藥，錯誤的用藥習慣，直接或間接的傷害了自己的身體。

性功能障礙不單發生在男性身上，女性也會出現性功能障礙問題，只是症狀不一樣，性功能障礙是指無法達到且維持足夠令個人或性伴侶滿意的性交過程，造成性功能障礙的原因有很多，疾病（如糖尿病、精神疾病、憂鬱症）、生活習慣

作者：王晟懿醫師（上圖）
現職：佛教大林慈濟綜合醫院家醫
科醫師
學歷：中國醫藥大學中醫學系

(如抽煙、喝酒)、服用如抗憂鬱、精神疾病等藥物，甚至生活壓力都會造成性功能障礙。

因此，如果您無法享受魚水之歡，擔心是不是有性功能障礙，不能只是自行買藥，應當請教醫師進行全盤諮詢，才能對症下藥。

一. 男性性功能障礙

愈高齡的男性愈可能出現性功能障礙，原因可能是細胞老化造成陰莖彈性度降低、神經敏感度降低、內分泌的改變(如雄性素的降低)、慢性疾病、頻尿、下泌尿道疾病、腦血管疾病、手術後遺症等等，出現最多的症狀為勃起功能障礙、早發性射精，即是一般俗稱的陽痿與早洩。

(一) 勃起障礙：是指陰莖沒有能力持續性或周期性持續勃起而達到滿足性表現。陽痿可以是性功能問題，但也是某些慢性疾病的先兆，例如早期高血壓、血管硬化、心臟病、糖尿病等很多時候沒有明顯病徵，卻會影響男士的性表現。另外心理問題也會造成勃起障礙，醫師評估病史，除了解病人性生活習慣，找出是否有心理障礙，也要檢查內分泌系統、神經系統、血管等是否正常，因為心血管硬化、糖尿病等會直接影響血管健康，阻礙勃起功能。

找出正確病因才能對症下藥，常

用的輔助治療藥物威而鋼、犀利士及樂威壯，上述藥物切記不要與降血壓藥同時服用，副作用有臉潮紅、頭痛、鼻充血、或胃不適等，而極少數的人服用威而鋼後，有可能會造成暫時性藍色視覺，但停藥後即會消失，另外犀利士則可能會有肌肉酸痛的副作用。

(二) 早洩：指在滿足或高潮之前就已射精，要診斷早洩須靠詳細的病史詢問，包括早洩頻率、病程長短、早洩時性刺激強弱、發生早洩特定環境或是特定的性伴侶、早洩對性行為影響、一般性生活情形、患者心理情緒或工作背景、家庭史、成長史、幼年時是否有心理創傷等。

如果早洩和勃起功能障礙同時存在，就要先治療勃起功能障礙，治療方法有很多種，包括心理建設、行為矯正、物理治療或藥物輔助等，在決定治療前，要先和患者討論治療選擇，以及各種治療方式優缺點。

許多研究結果顯示某些抗憂鬱藥有延遲射精的效果，如 Dapoxetine、Sertraline、Paroxetine、Clomipramine 等，行為治療也是治療早洩常用的方法，例如男性有射精感覺時，女方可以壓迫龜頭下方 3 - 4 秒，降低刺激度，待休息 15 - 30 秒後再繼續性行為，其他如轉移注意力、改變體位動作等也可嘗試。



二. 女性性功能障礙

台灣社會顯少被人提出討論，主要原因可能是女性對此問題羞於啟齒，另外，醫療知識偏向由男性繼承，且及男性主導的社會文化也是造成女性性功能障礙不受重視的原因之一。

但最近幾年，女性性功能障礙研究逐漸受到重視，主要是雖然男性性功能障礙已有較完整治療對策，包括藥物、針劑、輔具及手術等，但仍然有許多研究發現，部分男性在克服性功能障礙後，仍無法讓男女性愛完全滿意，因此女性性功能障礙的研究逐年受到重視。

女性的性功能障礙包括性慾障礙、性興奮障礙、性高潮障礙、及性交疼痛障礙。性慾障礙包括低性慾及性嫌惡，性交疼痛障礙又包括陰道痙攣、性交動作引起之疼痛和非性交引起之疼痛，造成的原因包括慢性疾病（如糖尿病、心血管疾病）、內分泌失調（包含停經後婦女）、神經性疾病、婦科疾病或手術、泌尿生殖器感染、藥物（如抗憂鬱劑、鎮定劑）等。

女性性功能障礙的評估和男性一樣，需要病史詢問，必要時需作婦科檢查。一般常見的治療方式如下：

（一）低性慾的治療：

排除生理、年齡、疾病、藥物等因素後，主要仍是心理因素，此時需要了解女性排斥性行為的原因，尤其是引起性恐懼的原因，包括幼年期被性虐待、亂倫、強暴、青少年期缺乏安全感、對身材沒自信、嚴重的自卑感等。找出原因，才能進行心理治療。

（二）性興奮障礙：治療上也須從心理層面下手，如營造浪漫環境、氣氛、前戲技巧、雙方互動關係等，都可能激發女性性興奮，性興奮的障礙，需要仔細諮商，對象除了病人還包含病人配偶。另外，「威而柔」之類的產品，雖然宣稱可以增加性興奮，但臨床研究顯示效果不大，同樣的，也有人使用威而剛，但效果也不佳。

（三）性高潮障礙：可藉由伴侶協助，經由自慰、伴侶刺激陰核、振動器輔助、性交姿勢等幫助達到高潮狀態。

（四）性交疼痛：大部分婦女都曾經歷性交疼痛，性交疼痛如果是更年期缺乏雌激素引起，可使用雌激素陰道軟膏，至於因生產後或年齡漸長而陰道潤滑液分泌不足的，建議使用水性潤滑劑。外陰疼痛的治療，通常需合併止痛劑、抗憂鬱劑、心理治療、陰道肌肉生理回饋療法、骨盆腔肌肉運動，乃至外陰前庭手術。



三. 結語

看完上述介紹，你是不是對性功能障礙有基本認識？如前所述，性功能障礙有可能是多種原因造成的結果，治療性功能障礙不能只是針對陽痿或早洩作處理，應當要評估隱藏在症狀後面的慢性疾病或心理問題，找出真正的原因才能正確治療。

事實上，治療性功能障礙可能需要整合不同的醫療科，如牽涉心理問題，

需藉助身心科，男性生殖器問題，需請教泌尿科醫師，女性性功能障礙則以婦產科醫師為主。

當你（妳）懷疑自己性功能障礙時，可以尋求家醫科醫師協助，家醫科醫師顧名思義就是家庭醫師，在於發掘病人問題，了解病人性生活病史，了解是否有慢性病、治療慢性病，並且協助病人適當轉介其他醫療科，作最適合病人的治療建議。

98年度 ... 從產地。到餐桌... 有機產品產/銷業者 研習交流會 (東區)

日期：98年9月5日(星期六，室內研習)

98年9月6日(星期日，戶外觀摩)

研習地點：花蓮區農業改良場推廣中心(花蓮縣吉安鄉吉安路2段150號)

參加對象：有志於有機農(產)業經營業者、有機生活愛好者、休閒農場、民宿經營業者、有機餐飲業者、農會推廣人員、社區發展協會、有機產品共同購買消費團體、網路、宅配...等業者。

報名日期：自即日起至額滿(60人)為止。

報名電話：(02) 2936-1465、0928-641-396 李美雲小姐。

傳真：(02) 2936-1968 • E-mail：xz028802@mail2000.com.tw

網址：www.to-farmers.org.tw

研習費用：1,500元/人(含2天戶內、外研習、餐點、講義、觀摩交通費、材料費、保險費、雜支...等)。

注意事項

1. 花蓮區農業改良場備有學員宿舍可供住宿，需要住宿的學員，請於8/31前告知。(500元/人/宿/2人房1間、400元/人/宿/4人房1間，住宿費用於研習當天繳交主辦單位工作人員彙整代繳即可。)
2. 參與本研習課程且經有機產品驗證機構驗證通過的有機農友，經有機農友同意後，將農友相關資料提供給國立宜蘭大學有機產業發展中心登錄於有機農友學習護照網站上。