



令男性氣餒的「早洩」

坦然面對・幸福久久

撰文◎泌尿科 王炯理主任

根據「國際性學大會」對於早洩的定義是：在性行為時，總是或經常小於一分鐘就射精，同時幾乎無法延遲射精時間，造成個人心理上的困擾、沮喪和挫折，進而減少兩性的親密感。所以診斷早洩一定要針對時間短、無法控制和產生負面影響等三部分。

【電話笑話一】

中醫部門診護理師：「請問這是總務課嗎？」

總務課：「是的，請問可以幫什麼忙嗎？」

中醫部門診護理師：「我們中醫部『銅人』的手壞掉了，可不可以請您來修理？」

總務課：「『同仁』的手壞了，要趕快送急診，怎麼送總務課呢？」

中醫部門診護理師：「@#\$\$^&*(!)(*&^」

【電話笑話二】

病患：「請問這是泌尿科門診嗎？」

門診護理師：「是的，請問可以幫什麼忙嗎？」

病患：「請問我可以『找謝』醫師嗎？」

門診護理師：「對不起，不好意思喔，『早洩』這問題很隱私，您最好來掛號看門診，而不是電話求診。」

病患：「@#\$\$^&*(!)(*&^」



男性難以啟齒的問題

對許多男性說，早洩是個難以啟齒的性功能障礙。在歐美一項針對兩萬七千五百位年齡四十歲至八十歲的男性調查顯示：一生中曾經發生過早洩的問題約占百分之卅，一生中很悲慘都是早洩者約占百分之二，但因早洩問題而求診者，卻不到一成，所以這問題在男性中的確是普遍忌諱就醫的。

早洩有許多可能的原因，第一是遺傳：在荷蘭有項研究顯示，5-HTLPR這個基因會造成家族性的早洩。第二是內分泌的影響：早洩和甲狀腺功能亢進、血液中的血清素（serotonin）濃度和憂鬱有關。第三是攝護腺發炎：由於精液中百分之九十九是由攝護腺所分泌的，所以當有慢性攝護腺發炎或慢性骨盆腔疼痛症狀時，局部的組織發炎就會造成射精控制力下降。最後被認為



和早洩最有關，但也最具爭議性的是心理因素：如焦慮、憂鬱、伴侶關係、性態度和曾經被性侵害過等，其中焦慮被認為是相當重要的原因之一。

在早洩的診斷方面，最簡單的方法是填「早洩診斷工具問卷」（Premature Ejaculation Diagnosis Tool, PEDT），這份問卷包括五個簡單的問題，有興趣的讀者可以自己填分數，看自己有沒有這方面的困擾。（請見十八頁）

在行為治療方面，首先醫師必須瞭解病患接受治療後的心理期待，其次是治療造成早洩的相關疾病，如慢性攝護腺炎、甲狀腺、焦慮等問題。在性行為方面有幾項建議，如性行為中斷法、龜頭擠壓法、年輕人可以性行為前先自慰等方式。

在局部治療方面，可以在性行為之前廿到卅分鐘，局部塗抹含麻醉藥成分的藥膏，但要記得戴保險套，以免麻到了性伴侶。麻醉藥除了擦的藥膏之外，也可用噴的，類似於運動傷害時所使用的噴劑。

在口服藥物治療方面，目前最夯的就是選擇性血清素再吸收抑制劑（Selective Serotonin Reuptake Inhibitor, SSRI），這些藥物可以作用於大腦，延長射精的時間。西元二〇〇六年在美國曾有項研究，針

對兩千四百人，長達三個月的大型雙盲安慰劑控制的實驗，結果顯示Dapoxetine（必利勁，一種SSRI）可以有效延長射精時間三倍，在副作用方面，約有百分之廿會有噁心感，百分之六會有頭痛或腹瀉等，但因為副作用而停藥的病人只有百分之三點八。

或許有人會問服用壯陽藥的成效，如：威而剛（Virgra®）或犀利士（Cialis®），可不可以治療早洩呢？研究顯示壯陽藥的主要功能還是讓小弟弟由「軟」變「硬」，可以重振雄風，增強男性自信，但延長射精時間方面的療效則有限。

在另類療法方面，也有人使用手術，如：將陰莖背部神經切開或採行玻尿酸龜頭增大術來治療早洩。但科學的事實證明，這些方法有可能造成永久的性功能喪失，所以不建議使用。





早洩診斷工具問卷

(一) 延遲射精對您來說有多困難？

- ☐ 不困難-0
- ☐ 有少許困難-1
- ☐ 中等困難-2
- ☐ 非常困難-3
- ☐ 極度地困難-4

(二) 您是否在您想要射精之前就射精了？

- ☐ 比一半的時間還少25%-1
- ☐ 大約一半的時間50%-2
- ☐ 超過一半的時間75%-3
- ☐ 幾乎每次或每一次100%-4

(三) 您是否在輕微的刺激下就會射精？

- ☐ 幾乎從來沒有或從來沒有0%-0
- ☐ 比一半的時間還少25%-1
- ☐ 大約一半的時間50%-2
- ☐ 超過一半的時間75%-3
- ☐ 幾乎每次或每一次100%-4

(四) 您是否因為在您想要射精之前射精而感到挫折？

- ☐ 一點也沒有-0
- ☐ 有一點-1
- ☐ 中度-2
- ☐ 非常-3
- ☐ 極度地-4

(五) 對於您到達射精的時間讓您伴侶的性慾無法滿足，您有多擔憂？

- ☐ 一點也沒有-0
- ☐ 有一點-1
- ☐ 中度-2
- ☐ 非常-3
- ☐ 極度地-4



★如果您的分數是8分或8分以下，則沒有早洩問題。

★如果您的分數是9分至10分，可能有早洩問題，最好諮詢泌尿科專科醫師，接受適當的診斷和治療。

★如果您的分數是11分或11分以上，有早洩的可能性非常高，就醫詳細檢查和治療是必須的。

