

星島日報健康專欄《保健至專》- 談情說性身心護理

性機能障礙大致可分為原發性、繼發性、心理性及生理性等。男性性機能障礙，包括性欲抑制、性興奮抑制、早泄、不能射精、遲緩射精、性交疼痛或性高潮抑制等。女性方面則有性欲或性興奮抑制（俗稱性冷感）、性高潮障礙或抑制、陰道莖孳及性交疼痛等，此外亦可能出現其他性技巧或適應上的問題。初步估計，約六成成年男性和四至六成成年女性不時出現性機能障礙，一般門診病人當中，約兩成有這類問題。約七成性機能障礙是因心理因素形成，包括環境（太嘈吵及居住不舒適）、心情（日常生活負擔及焦慮）、性觀念、與伴侶的關係（有摩擦或溝通困難）、個人心理問題（曾有不良性經驗）及性知識和技巧等。約兩成因心理因素而形成的性機能障礙，則基於性知識或缺乏技巧，此乃性教育普遍不足所致。正因約七成性機能障礙是由心理因素形成，故如果在性生活或婚姻生活上遇到困難，應及早向家庭醫生、社工、臨床心理學家或精神科醫生求助。

青山醫院精神健康學院鄒敏茵醫生

(轉載自星島日報 | 保健至專 2013-05-27)

談情說性身心護理


周一：視光學/精神科

保健至專 性機能障礙大致可分為原發性、繼發性、心理性及生理性等。男性性機能障礙，包括性欲抑制、性興奮抑制、早泄、不能射精、遲緩射精、性交疼痛或性高潮抑制等。女性方面則有性欲或性興奮抑制（俗稱性冷感）、性高潮障礙或抑制、陰道莖孳及性交疼痛等，此外亦可能出現其他性技巧或適應上的問題。

初步估計，約六成成年男性和四至六成成年女性不時出現性機能障礙，一般門診病人當中，約兩成有這類問題。約七成性機能障礙是因心理因素形成，包括環境（太嘈吵及居住不舒適）、心情（日常生活負擔及焦慮）、性觀念、與伴侶的關係（有摩擦或溝通困難）、個人心理問題（曾有不良性經驗）及性知識和技巧等。約兩成因心理因素而形成的性機能障礙，則基於性知識或缺乏技巧，此乃性教育普遍不足所致。正因約七成性機能障礙是由心理因素形成，故如果在性生活或婚姻生活上遇到困難，應及早向家庭醫生、社工、臨床心理學家或精神科醫生求助。

整理：Kwan

今日顧問
青山醫院精神健康學院
鄒敏茵醫生



註：明天由香港中文大學耳鼻喉頭頸外科學系教授唐志輝主理