

女性性功能障碍

女性性功能障碍通常表现在性欲产生障碍、性兴奋障碍和性交困难等几个方面。具体说主要包括性欲低下、性厌恶、性唤起障碍、性高潮障碍、性交痛和阴道痉挛等。据国外统计,女性性功能障碍的发生率大致在35%—60%之间,其中性欲低下和性高潮机能减退最为普遍。由于受到社会、家庭、性知识和自身传统观念等方面的影响,女性性功能障碍常得不到应有的重视,即使意识到自己的性功能有问题,患者也往往不能象对待其他疾病一样对待性功能障碍,导致不能积极治疗或主动配合治疗。随着性知识的普及和人们对性态度的转变,女性性功能障碍必将越来越会得到全社会的关注。

一、女性性欲低下

女性性欲低下(female hyposexuality)是指持续反复地对性表达不感兴趣或缺乏积极的性感受。过去常用性冷淡、性欲抑制、性欲缺失等词语来表达这一问题,但均不够准确。女性性欲低下与生物、心理和社会因素有关。

1、精神心理因素

长期接受保守或错误的性教育,认为性享受是男人的事,女人只能被动接受性生活,主动追求性的享乐便是放荡、下贱、轻浮的表现。这种消极的观念和条件反射都会造成对性生活的抵制心理,导致性欲低下。

在儿童期或青春期遭遇到的任何不良性创伤经历,如强奸、乱伦、性骚扰等会在她们的脑海留下消极的记忆,千万对性生活的反感、害怕,甚至厌恶,性欲自然就会低下。

2、夫妻生活不协调

性生活是夫妻双方共同参与并从中共享欢愉与快感的过程,它需要双方的共同努力和相互协调才能实现。遗憾的是,夫妻间经常因为各种原因而无法共同分享性生活的乐趣。夫妻缺乏性知识,不懂男女性的性生理和性心理特点,一些男性只顾自己发泄性欲,忽略了性交前的性前戏和性交后的性温存,未激发起女性的情欲,使妻子在性生活中不能体验到性快感和性高潮,无法充分调动妻子在性生活中的积极性和主动性,久而久之,就会对性生活不兴趣。

夫妻间缺乏沟通和交流,每次性生活都遵循相同的程序,性技巧缺乏新意,性交姿势单调,也会造成对性生活缺乏新鲜感和吸引力,性生活对于她们来说,就可能成为一种不得已的义务,对性生活的兴趣自然就会下降。

夫妻间感情不和,除了性生活外,似乎没有任何共同语言,甚至给唯一的“共同语言”——性生活还附加了某些条件。这样,就不可能是一个建立在平等关系之上的性生活,夫妻双方怀着不同的心

态进行性生活，就不可能全身心投入，出现性生活不和谐在所难免。不和谐的性生活就会降低对性的兴趣，甚至引起反感，以至性欲减退。

3、身体机能状态

工作过于劳累，精神压力过重，抚养孩子繁忙，家务负担沉重等，会影响性欲，导致对性生活缺乏吸引力，无法激起性兴趣；更年期后，由于卵巢功能下降，性激素分泌减少，也会导致性欲低下。

4、疾病和药物作用

许多身体疾病，如糖尿病、甲状腺机能低下、垂体功能减退等会使体质虚弱、内分泌失调，导致性欲减退；患病后，服用了一些药物，如降压药、镇静药等也会使性欲减退。如女性长期服用安眠药或镇静药（如巴比妥类），会降低中枢神经、周围神经、骨骼肌、平滑肌的兴奋性，使感觉迟钝，在性交中不易感受到性快感和性高潮，进而导致性欲低下。

在评价或治疗性欲低下前，要首先寻求疾病、药物等因素的影响，然后采取一些适宜的治疗措施。若是疾病引起的，要针对病因治疗原发性疾病；若是由药物引起的，应适当调整或停止服用可能影响性欲的药物。不过生理因素的存在并不能排除引起性欲低下的心理和社会因素的影响，二者很可能共同发挥作用。因此，即便是器质性引起的性欲低下，也应注意心理治疗和调适，否则单纯的医疗也可能达不到应有的效果。

当然，多数性欲低下是由心理和精神因素引起的，治疗时就更应该以心理治疗为主，药物治疗为辅进行。治疗的目的主要针对引起障碍的心理因素进行有针对性的调节，解除精神压力，消除心理障碍

二、女性性高潮障碍

女性性高潮障碍（female orgasmic disorder）是指在性交过程中，女性虽有性欲和性反应，也可能有性快感、阴道润滑和生殖器肿胀，但即使受到足够强度和足够时间的有效性刺激时，仍无法体验到性高潮，从而难以获得性满足。这是女性最常见的一种性功能障碍，尤其是在青年新婚妇女中较为普遍。在国外，据马斯特斯和约翰逊报道，在 371 例女性性功能障碍患者中有 342 例为性高潮障碍，约占 92%；另据国外报道，100 个新婚女性中，仅 4 个自始享受到性高潮，50 人在经过数周、数月，甚至数年后，才获得性高潮体验；还有资料显示，夫妻性生活中每次都出现性高潮的只占 10%，经常出现性高潮的占 48%，从未出现过性高潮的占 11%；有的学者认为，在我国，从来没有获得过性高潮的已婚妇女约占 1/3。一般说，只有 19% 的女性在新婚一年内能够经历性高潮，而在 5 年内约有 60% 左右的女性可感受到性高潮。

根据不同的分类标准，可把女性性高潮障碍分为几种不同类型。从来没有以任何手段体验过性高

潮的称为原发性性高潮障碍；过去曾经获得过性高潮，而目前却无法达到性高潮的称为继发性性高潮障碍。在某些情况下可以获得性高潮，而在另一些情况下却无法获得性高潮的，则称为境遇性性高潮障碍。

女性性高潮功能障碍的主要原因有以下几个方面：

1、错误性观念，缺乏性知识

性观念对人的性行为 and 性心理有很大的影响。性观念的形成又受到家庭、社会环境的影响。由于家庭或社会舆论的不恰当引导，可导致她们的性观念出现偏差，认为女性在性活动中应该处于被动、顺从地位，主动就是放纵，积极就是淫荡。这样，她们在性生活中就会有意无意控制着自己的感情，抑制自己的冲动，进而抑制了性高潮反射。此外，缺乏性知识也是性高潮障碍的一个重要原因。夫妻简单地把性生活理解为性交，而忽略了性生活的情感成分，忽略了性生活的健康和享乐功能。他们往往认为性快感只来源于阴茎在阴道中的摩擦。因此，在性生活中没有充分发挥视、听、触等各种感觉的综合作用，在性交前很少或根本没有抚摸行为，或只是程序式的敷衍了事，走过场，迫不及待地进入目的性行为，没等充分兴奋就已完事，草草收兵。结果导致妻子难以体验到性高潮的乐趣。

2、缺乏性交流，不当性刺激

夫妻之间的性生活是双方之间的事，需要怎样的性刺激，需要怎样的性技巧等，只有在性生活中充分交流、慢慢磨合的基础上才能达成默契。在性生活过程中，夫妻间应该进行交流，表达自己的性需求和性感受，既可以用语言，也可以用非语言方式暗示对方，让对方知道你的需求。只有这样，对方才能在以后的性生活中，有意识地给予最有效的性刺激，才能给你最快乐的享受。许多发生性高潮障碍的女性不好意思或不愿与丈夫谈论这些性问题，作为丈夫往往只能凭自己的感受来进行性刺激，但由于男女性生理、性心理和性反应等方面的差异，丈夫的这种感觉往往是不准确的或是错误的。这样，双方就不能很好地协调和适应，性生活也就不能默契进行，自然就会影响到妻子的性高潮的产生和性的满足。

3、紧张的心理，虚弱的身体

一些女性担心自己的身材（如乳房发育不良），对自己没有信心，或者环境安全感差，以致性交时心理紧张，不能全身心投入到性生活中，就无法充分体验到性感受，影响到性兴奋的发展和性高潮的获得。有一些女性身体虚弱或疾病缠身，如生殖系统解剖学上不完整、激素水平异常、糖尿病、心脏病、高血压、乳房切除等，均会不同程度影响到性高潮的获得。

女性性高潮障碍的治疗主要是针对以上引起性高潮障碍的因素进行的。除了器质性病因需要在医生的指导下进行诊治外，其他心理性原因均可以通过夫妻间的共同配合得到解决（当然，在心理医生

的指导下，会更容易取得疗效)。

首先，夫妻双方应建立正确的性观念，把性看成与饮食等一样，是夫妻间一件很正常的事情，这样就能进行良好的沟通交流，这对培养夫妻对性生活的兴趣和性生活的和谐是非常重要的。性生活的兴趣和性生活的和谐是女性达到性高潮的必要条件。

其次，夫妻双方应学习一些相关的性知识，了解男女性反应的一些特点，这样在性生活中，就能够进行一些有意识的调整，使夫妻双方的性反应同步发展。同时，还应了解男女性器官的解剖结构和性敏感区，掌握一些性技巧，这对女性性欲的唤起和性兴奋的发展具有重要的推动作用。

三、阴道痉挛

阴道痉挛(vaginismus)是指女性在面对性交时，阴道口和阴道外1/3的肌肉群发生不随意的痉挛反射，形成一个肌肉收缩环，使阴道口紧紧关闭，以致性交无法进行。

阴道痉挛既有精神因素引起，也有器质性因素引起，有时则是混合性的。

器质性的因素主要有子宫内膜异位症、生殖器炎症、处女膜闭锁、阴道狭窄或分娩时损伤等。

阴道痉挛更多的是精神心理因素造成的。以往创伤性的性经验(如遭受强奸等)、性生活中的剧烈疼痛(如男性动作过于粗暴)等，可能产生保护性条件反射，产生恐惧、厌恶心理，再次面对性交时即可能出现阴道痉挛。因此，阴道痉挛与性交疼痛往往互为因果，成为一种恶性循环。此外，性观念的不正确和性知识的缺乏，也会产生对男性或阴茎的畏惧、对阴道容纳能力的担忧，导致性交时出现紧张、恐惧情绪，进而导致阴道痉挛。总之，阴道痉挛主要是对性交恐惧造成的，所以，有时也称为性交恐惧综合症。

对于精神心理因素造成的阴道痉挛，要通过心理治疗和适当的阴道松弛训练来加以治疗。心理疗法等治疗手段主要目的是消除患者的精神和心理压力。阴道痉挛大多是由于恐惧心理造成的，因此治疗时首先要解除患者的恐惧心理，一旦患者能较平静地接受曾令她恐惧的场面，她的心理压力也就等到缓解。阴道松弛训练主要是改善阴道和骨盆肌肉的机能状态和自我控制能力。首先，让患者骨盆肌和阴道进行收缩、松弛训练，达到能够自我控制的能力；接着将一个手指轻柔地插入阴道，进行同样的舒缩训练，达到能顺利、自如插入的程度；然后，增加一个手指和两个手指，当两个或三个手指能自如插入时，就可进行性交实践了。也可用阴道扩张器，从小到大的型号依次循序进行训练。这样，既可消除病人对插入的恐惧和回避心理，达到系统脱敏的目的，又可以使阴道及其周围肌肉得到松弛，阴道痉挛就能得到有效的缓解，甚至痊愈。