



誰要永垂不朽！



人過中年最怕什麼？答案是「地心引力」！因為到時候很多器官都會「下垂」，女人子宮下垂、膀胱下垂、乳房也下垂，真是「萬般皆下垂」——祇有眼睛高。男人更可憐，陰莖勃起能力一年不如一年，中年之後「硬」是不行，勿望再「舉」，最後終於「永垂不朽」！

有那麼可憐嗎？未必盡然！老年人性功能障礙是相當普遍的事，一般人以為「年紀大了，自然就不行了」，其實是觀念的偏差，以目前的醫學科技，性功能障礙在生理層面是可以完全醫療好的，然而生活情況不改善的話，「性」對一位老人來說是不會有興趣的，一位老人要有「性」趣，必須要「有心」、「有情」、和「有伴」。

首先要「有心」：「性」其實是生活的一個品質，無性也可以生活，有「性」令生活更好；在以前觀念之中，老人從社會「退休」下來，「安養」餘年，祇要身體健康就好了，現代的社會中，老年人口增加，一般人健康情況也大有改善，所以老人不祇要「活」下去，還要有品味地「生活」



江漢聲

1. 台北醫學院醫學研究所所長兼教授
2. 台北醫學院附設醫院泌尿科主任

終老；如何提升老人生活品質，成了我們社會的熱門話題。

「有情」，在老夫老妻之間談的是如何增加彼此的情趣和默契，不斷地有生活雙向的溝通；如果是孤單的老人，要走入正常的社會生活，學習新的事物，結交新的朋友，祇要有活躍的社交，很容易就會有兩性的交往。而老人要破除傳統保守的觀念，他們也有權利和年輕人一樣去交不同年齡層的異性朋友、去約會、去尋求快樂和享受，慢慢地，老年人就會逐漸有兩性的生活。

人活在世界上，不應該讓自己封閉孤單；可是目前很多老夫妻分房而睡，刻意讓自己孤單，走出性愛的世界，實在不聰明。「性」的開始一定要有溫馨的伴侶，如何讓自己「有伴」而「牽手」，也才會使人生快樂充實起來。「性」是「用進廢退」的，臨床上我們看到獨居多年老人要再回復性生活時感到力不從心，可能是荷爾蒙急遽減退的結果，需要一段時間調養、治療，稱為「鰥夫寡婦症候群」。所以老夫老妻性生活圓滿，體內荷爾蒙正常運作，正如古書所言到達「男致不衰、女驅百病」的「合陰陽」太極世界。

根據統計資料顯示，截至八十三年底為止，北市現住二十一萬二千四百五十位老人也有近四成的老人單身，期望他們能「有心」、「有情」、「有伴」，來尋找人生第二春，讓人生更亮麗——誰要「永垂不朽」！