



媒體報導

日期: 2015年6月1日(星期一)
資料來源: 新報 - 精采人生
標題: 誤會清心寡慾談性色變 長者性和諧身心健康

S4 2015年6月1日
乙未年四月十五日 星期一

HONG KONG DAILY NEWS 新報

精采人生

誤會清心寡慾談性色變 長者性和諧身心健康

本港的性教育政策經常被人批評過於落後，而長者的性教育更是嚴重不足，基督教家庭服務中心特此成立「耆性資源輔導中心」，為長者排憂解性；有輔導長者性問題的社工透露，大部份長者的性知識貧乏，甚至對性存在不少謬誤，導致夫妻生活不協調，更因而產生不少爭拗。

撰文：黃雲娜



■「耆性資源輔導中心」的曾美娥社工認為，政府過去一直忽略了對長者的性教育。

香港雖然是個中西文化交匯的城市，但性觀念卻遠不如西方國家般開放，平日裏「性」是個較敏感的話題，大部份長者更是談性色變，而其他人亦誤以為長者應該清心寡慾，漠視了其性需要。「耆性資源輔導中心」（下稱「中心」）的註冊社工曾美娥指出，正是基於這樣保守的社區氣氛，每當長者面對與性相關的問題時，大多採取「性壓抑」的做法，既影響其身心健康，亦破壞了夫妻關係。

看色情片非羞恥

林伯（化名）和太太結婚數十年，婚姻生活一向美滿，經常結伴參加中心的活動；然而，自林太發現林伯觀看色情影片的次數愈來愈頻密之後，夫婦倆的感情開始生變。林太認為，丈夫的行為對她不尊重，令她自尊受損，「以前都唔見佢睇咁多，年紀咁大仲咁鹹濕，仲要唔係好得」；幸而，林太後來向社工傾訴，並接受其輔導，夫婦倆的心結亦解開了。

林伯的個案是曾美娥姑娘輔導過的典型例子之一，她首先教導林太，應該正確理解丈夫的性需求，而觀看色情影片亦不一定是壞事，不要將其視為羞恥行為，亦不應就此斷定對方「鹹濕」；其次，她告訴林太，夫妻之道貴乎尊重，「你都唔得」、「你都唔掂」等字眼，或會傷及對方自尊，故不能再行，反之，「似死魚」、「無反應」這類對白，則是妻子的致命傷，為丈夫亦應注意，要軟聲細語，忌互相攻擊。

切忌諷刺似「死魚」

曾姑娘又解釋，男性和女性在步入一定的年紀後，生理上的變化會影響其性心理，例如男性隨著年齡增長，身體上的敏感程度會較年輕時大大減低，例如陰莖需要較長時間才能勃起，但他們往往會礙於官能上的表現，以為自己雄風不再，故會依賴其他方法去提升性能力，或不斷向妻子索取性需，以證明自己「仲好掂」；而女性在停經後，則會因為陰道分泌減少而令性行為充滿痛楚，故開始排斥性行為，有的甚至會認為，「一把年紀仲咁呢啲嘢，好醜怪」，故會拒絕丈夫所需，甚至造成不必要的芥蒂。

保持適量性生活

曾姑娘又補充，性不應只意味著性器官或性行為，而是心靈與身體的結合，例如平日一些溫柔而親暱的小動作，亦可令夫婦倆增進感情、增加情趣，而長者若在性方面得到滿足，既可以享受受人與被愛的幸福，又可以防止性器官的早衰；事實上，外國亦經常有研究指出，長者若保持適量而健康的性生活，就可以促進體內分泌一些健康的因素和物質，從而把生理及生活機能調節至最佳狀態。



■「耆性資源輔導中心」不時舉辦增進老夫少妻關係的分享會。



■不少男性對性知識的誤解比女性還要嚴重。

爭資源糾正老友記性觀念

「耆性資源輔導中心」的註冊社工曾美娥姑娘從事輔導長者解決性疑惑的工作多年，有感政府一直忽略了對長者性議題的關注，希望當局及其他社福機構可以投放更多資源，以糾正長者的性觀念，使他們得以安享晚年。

性慾伴隨終身

衛生署轄下的「長者健康服務網站」引述外國的研究資料，指在60-90歲的長者當中，大約有一半人仍然經常維持着性行為；曾美娥姑娘就解釋，性慾會伴隨人終身，無論是男性或女性，就算是到了七老八十的年紀，也仍然會有性慾；然而，本港的性教育向來嚴重不足及落後，對長者的性教育更是寥寥可數，而專責為長者進行性輔導或性諮詢的社福機構更是少得誇張，只有「耆性資源輔導中心」一間，政府更是不曾撥款支持過任何活動。

不能反觀實情

曾姑娘慨嘆，外國不時有與長者性生活相關的研究出爐，去協助當地政府完善安老政策，但本港「最近年」的相關研究仍然停留在90年代末期，根本無法貼切地反映現實情況，以供各機構參考。

曾姑娘又提到，願意與她面對面討論性問題、提出性困擾、接受性輔導的男性長者較女性長者少得多，他們多數會選擇撥打「耆性資源輔導中心」的電話吐露心聲，上述情況反映不同性別的長者可能需要接受不同的輔導形式，但人力資源確實有限，故希望當局及其他社福機構可以投放更多資源。一齊為老友記盡一分力。

新報記者





本港的性教育政策經常被人批評過於落後，而長者的性教育更是嚴重不足，基督教家庭服務中心特此成立「耆性資源輔導中心」，為長者排憂解性；有輔導長者性問題的社工透露，大部份長者的性知識貧乏，甚至對性存在不少謬誤，導致夫妻生活不協調，更因而產生不少爭拗。

香港雖然是個中西文化交匯的城市，但性觀念卻遠不如西方國家般開放，平日裏「性」是個較敏感的話題，大部份長者更是談性色變，而其他人亦誤以為長者應該清心寡慾，漠視了其性需要。「耆性資源輔導中心」（下稱「中心」）的註冊社工曾美娥指出，正是基於這樣保守的社區氣氛，每當長者面對與性相關的問題時，大多採取「性壓抑」的做法，既影響其身心健康，亦破壞了夫妻關係。

看色情片非羞恥

林伯（化名）和太太結婚數十年，婚姻生活一向美滿，經常結伴參加中心的活動；然而，自林太發現林伯觀看色情影片的次數愈來愈頻密之後，夫婦倆的感情開始生變。林太認為，丈夫的行為對她不尊重，令她自尊受創，「以前都唔見佢睇咁多，年紀咁大仲咁鹹濕，仲要唔係好得」；幸而，林太後來向社工傾訴，並接受其輔導，夫婦倆的心結亦解開了。

林伯的個案是曾美娥姑娘輔導過的典型例子之一，她首先教導林太，應該正確理解丈夫的性需求，而觀看色情影片亦不一定是壞事，不要將其視為羞恥行為，亦不應就此斷定對方「鹹濕」；其次，她告訴林太，夫妻之道貴乎尊重，「你都唔得」、「你都唔掂」等字眼，或會傷及對方自尊，故不能再行，反之，「似死魚」、「無反應」這類對白，則是妻子的致命傷，為人丈夫者亦應注意，要枕邊細語，忌互相攻擊。

切忌諷刺似「死魚」

曾姑娘又解釋，男性和女性在步入一定的年紀後，生理上的變化會影響其性心理，例如男性隨著年齡增長，身體上的敏感程度會較年輕時大大減低，例如陰莖需要較長時間才能勃起，但他們往往會礙於官能上的表現，以為自己雄風不再，故會依賴其他方法去提升性能力，或不斷向妻子索取性需，以證明自己「仲好掂」；而女性在停經後，則會因為陰道分泌減少而令性行為充滿痛楚，故開始排斥性行為，有的甚至會認為，「一把年紀仲諗呢啲嘢，好醜怪」，故會拒絕丈夫所需，甚至造成不必要的芥蒂。

保持適量性生活

曾姑娘又補充，性不應只意味着性器官或性行為，而是心靈與身體的結合，例如平日一些溫柔而親暱的小動作，亦可令夫婦倆增進感情、增加情趣，而長者若在性方面得到滿足，既可以享受愛人與被愛的幸福，又可以防止性器官的早衰；事實上，外國亦經常有研究指出，長者若保持適量而健康的性生活，就可以促進體內分泌一些健康的因素和物質，從而把生理及生活機能調節至最佳狀態。爭資源糾正老友記性觀念



「耆性資源輔導中心」的註冊社工曾美娥姑娘從事輔導長者解決性疑惑的工作多年，有感政府一直忽略了對長者性議題的關注，希望當局及其他社福機構可以投放更多資源，以糾正長者的性觀念，使他們得以安享晚年。

性慾伴隨終身

衛生署轄下的「長者健康服務網站」引述外國的研究資料，指在 60-90 歲的長者當中，大約有一半人仍然經常維持着性行為；曾美娥姑娘就解釋，性慾會伴隨人終身，無論是男性或女性，就算是到了七老八十的年紀，也仍然會有性慾；然而，本港的性教育向來嚴重不足及落後，對長者的性教育更是寥寥可數，而專責為長者進行性輔導或性諮詢的社福機構更是少得誇張，只有「耆性資源輔導中心」一間，政府更是不曾撥款支持過任何活動。

不能反影實情

曾姑娘慨嘆，外國不時有與長者性生活相關得研究出爐，去協助當地政府完善安老政策，但本港「最近年」的相關研究仍然停留在 90 年代末期，根本無法貼切地反映現實情況，以供各機構參考。曾姑娘又提到，願意與她面對面討論性問題、提出性困擾、接受性輔導的男性長者較女性長者少得多，他們多數會選擇撥打「耆性資源輔導中心」的電話吐露心聲，上述情況反映不同性別的長者可能需要接受不同的輔導形式，但人力資源確實有限，故希望當局及其他社福機構可以投放更多資源。一齊為老友記盡一分力。

- 完 -