



THE PENIS BOOK

สุขภาพผู้ชายที่ทุกคนควรรู้

ตั้งแต่ขนาด ถึง การใช้งาน และทุกอย่างที่เกี่ยวข้อง

AARON SPITZ, MD

ตัวแทนประธานศัลยแพทย์ทางเดินปัสสาวะของสมาคมการแพทย์แห่งสหรัฐอเมริกา เขียน

ศุภวิทย์ วิธานุสรณ์ แปล



THE PENIS BOOK

สุขภาพผู้ชายที่ทุกคนควรรู้

AARON SPITZ, MD

ตัวแทนประธานศิษย์แพทย์ทางเดินปัสสาวะของสมาคมการแพทย์แห่งสหรัฐอเมริกา เขียน

ศุภวิชญ์ วิธานุสรณ์ แปล



NANMEEBOOKS

The Penis Book: A Doctor's Complete Guide to the Penis—From Size
to Function and Everything in Between

สุขภาพผู้ชายที่ทุกคนควรรู้

Aaron Spitz M.D. เขียน
ศุภวิทย์ วิชาสุวรรณ์ แปล
พระพรรัตน์ พลสุวรรณา บรรณาธิการต้นฉบับ

พิมพ์ครั้งที่ 1 มกราคม 2567

ราคา 395 บาท

Original Title: The Penis Book: A Doctor's Complete Guide to the Penis—From Size to Function and Everything in Between

Copyright © 2018 by Aaron Spitz M.D.

All rights reserved including the right of reproduction in whole or in part in any form.

This edition published by arrangement with Rodale Books, an imprint of Random House, a division of Penguin
Random House LLC

© ลิขสิทธิ์ภาษาไทย 2567: บริษัท นานมีบุ๊คส์ จำกัด
สงวนลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติลิขสิทธิ์ (ฉบับเพิ่มเติม) พ.ศ. 2558

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของหอสมุดแห่งชาติ

สปีตซ์, แอรอน.

สุขภาพผู้ชายที่ทุกคนควรรู้. -- กรุงเทพฯ : นานมีบุ๊คส์, 2567.
392 หน้า.

1. องคชาต. 2. อวัยวะสืบพันธุ์ชาย -- สุขภาพและอนามัย. I. ศุภวิทย์ วิชาสุวรรณ์, ผู้แปล.
II. บาคีโอกู, เอมีน, ผู้วาดภาพประกอบ. III. ชื่อเรื่อง.
611.64

ISBN 978-616-04-6223-0

ประธานบริษัท สุวดี จงสถิตย์วัฒนา • ประธานเจ้าหน้าที่บริหาร คิม จงสถิตย์วัฒนา • ผู้จัดการสำนักพิมพ์ สุภารัตน์ ภูไตรรัตน์
• บรรณาธิการที่ปรึกษา เอื้อยจิตร์ บุณนาค • บรรณาธิการเล่ม วิภาวี รักพงษ์ • พิสูจน์อักษร เสรีชัย ตริ์เชม พรรณราย สุตวัฒนคุณ
รณชัย ทุมรัตน์ • ออกแบบปก ชีรวัฒน์ เอี่ยมภักดิ์ภร • กราฟิก จิตติมา ศรีตนาทิพย์ • ประสานงานการผลิต จรัสศรี พรหมเทพ

เพลตและพิมพ์ที่ ฟิสิกส์เซ็นเตอร์ โทร. 0-2024-9156-7

จัดพิมพ์และจัดจำหน่ายโดย

 NANMEEBOOKS

บริษัท นานมีบุ๊คส์ จำกัด

เลขที่ 11 ซอยสุขุมวิท 31 (สวัสดี) ถนนสุขุมวิท แขวงคลองเตยเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110

โทร. 0-2670-9800, 0-2662-3000 โทรสาร 0-2662-0919

e-mail: editorial@nanmeebooks.com • www.nanmeebooks.com • www.facebook.com/nanmeebooksfan

หนังสือเล่มนี้ใช้กระดาษปลอดสารพิษ ไม่ระคายเคืองผิวหนัง ช่วยถนอมสายตา
และใช้หมึกธรรมชาติจากน้ำมันถั่วเหลือง จึงปลอดภัยต่อมนุษย์และเป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม

หากหนังสือเล่มนี้ผลิตไม่ได้มาตรฐาน สำนักพิมพ์ยินดีรับผิดชอบเปลี่ยนเล่มใหม่ให้ โดยไม่มีเงื่อนไขใดๆ ทั้งสิ้น
โปรดส่งไปเปลี่ยนตามที่อยู่บริษัท หรือติดต่อ Nanmeebooks Call Center โทร. 0-2662-3000 กด 1

คำนำสำนักพิมพ์

หากพูดถึงคำว่า “องคชาต” หรือคำเรียกแทนอวัยวะเพศชายใดๆ ขึ้นมาเมื่อไร มักจะก่อให้เกิดปฏิกิริยาในเชิงตลกขบขันหรือสื่อไปทางลามกอนาจารเป็นส่วนใหญ่ แต่เมื่อก้าวถึงหัวข้อนี้แบบจริงจังในเชิงสุขภาวะทางเพศ กลับไม่ค่อยมีใครกล้านำมาถกอย่างเปิดเผยตรงไปตรงมา แม้ในขณะที่พบแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเรื่องนี้โดยตรง บางคนก็ยังเขินอายไม่กล้าเล่ารายละเอียดหรือซักถามข้อสงสัยที่มี

นายแพทย์แอรอน สปีตซ์ ผู้เขียน สุขภาพผู้ชายที่ทุกคนควรรู้ ผู้มีประสบการณ์การเป็นศัลยแพทย์ทางเดินปัสสาวะมานานหลายสิบปีเข้าใจปัญหานี้ดี หนังสือเล่มนี้จึงมีเรื่องราวเกี่ยวกับอวัยวะเพศชายอยู่ครบถ้วนทุกแง่มุมที่หลายๆ คนอาจเกิดความอยากรู้อยากเห็นอยู่ในใจมานาน ไม่ว่าจะเป็นเรื่องขนาด ระบบการทำงาน สมรรถภาพ อาหารการกิน โรคภัยไข้เจ็บ ไปจนถึงเคล็ดลับการดูแลส่วนนั้นให้แข็งแรงอยู่เสมอ

ไม่ว่าคุณจะเป็นคนที่มีหรือแค่รู้จักใครสักคนที่มีอวัยวะเพศชาย หนังสือเล่มนี้จะตอบทุกคำถามที่คุณอยากรู้ และบอกทุกเรื่องราวที่ต้องรู้ได้อย่างสมบูรณ์ที่สุดเล่มหนึ่งแน่นอน

ด้วยความปรารถนาดี
นานมีบุ๊คส์

เล่มนี้เขียนเพื่อคนที่มีอวัยวะทรงกลัวย
และคนอื่นด้วยที่รู้ว่ามิกลัวยติดอยู่ที่ใครสักคน

บทนำ

จู้ ลิงค์ องคชาต เจ้าโลก น้องชาย นกเขา กล้วย มะเขือ จรวด ฯลฯ หรือคำใด ๆ ก็ตามที่ใช้เรียกแทนอวัยวะเพศชาย (penis) อวัยวะเพศชายเป็นหัวข้อสนทนาที่กระตุ้นอารมณ์ได้ทันทีทันใด และปัจจุบันเราสามารถพูดเรื่องนี้ออกโทรทัศน์ได้แล้ว ทุกวันนี้ภาพที่สื่อถึงสิ่งนี้ผุดขึ้นแทบจะทุกหนแห่งไม่ว่าจะเป็นอีโมจิรูปกล้วยในการส่งข้อความสื่อเรื่องเพศ หรือในสตรีมมิงสื่อลามกทางอินเทอร์เน็ตซึ่งเป็นการนำเสนอในรูปแบบดิจิทัลที่โจ่งแจ้งอย่างที่สุด องคชาตซึ่งมักกลายเป็นหัวข้อเวลาเล่นมุกตลกถูกเข้าใจผิด ด้อยค่า และกลายเป็นคำที่ใช้กล่าวถึงเวลาที่ถูกระงับให้ต้องแข็งเกร็งอยู่บ่อยครั้ง (ถึงบางครั้งเราก็ต้องแข็งกันบ้างเป็นปกติ) ถึงเวลาแล้วที่เราจะเปิดผ้าคลุมแห่งความเพิกเฉยออกและให้เจ้าอวัยวะที่สำคัญต่อชีวิตส่วนนี้ได้ออกมาเจอกับโลกภายนอก

ในฐานะที่เป็นศัลยแพทย์ทางเดินปัสสาวะ ผมจึงมีหน้าที่ต้องทำงานสกปรกด้วยการตรวจร่างกายบริเวณที่แพทย์คนอื่น ๆ แหยงไม่กล้าตรวจ แพทย์เองก็เป็นคนธรรมดาเช่นกัน และพวกเขาก็มักจะกระมิดกระเมี้ยนไม่กล้าพูดคุยประเด็นปัญหาทางเพศและแสดงความกังวลเรื่ององคชาตออกมา ผมทราบดีว่าการเริ่มบทสนทนาเหล่านี้เป็นสิ่งสำคัญ เพราะความเข้าใจผิด ความกลัว และแม้แต่ความสั่นหวั่นมักจะมาพร้อมหัวข้อเหล่านี้ ผมมีโอกาสให้ความรู้พร้อมทั้งช่วยเหลือ ไม่เพียงผู้ป่วยของผมจำนวนหลายพันคนเท่านั้น แต่ยังรวมถึงผู้คนมากมายหลายประเทศทั่วโลกจากการไปออกรายการทีวีหลายต่อหลายครั้ง ความรู้ที่คุณจะได้อ่านในหนังสือเล่มนี้มีความถูกต้อง แม่นยำสูง และมีแหล่งอ้างอิงที่ชัดเจนเป็นจำนวนมาก ผมเป็นผู้เชี่ยวชาญแท้จริงซึ่งเป็นสมาชิกของคณะกรรมการกำหนดแนวทางและตรวจทาน

บทความต่างๆ ให้สมาคมทางการแพทย์ที่มีชื่อเสียงหลายแห่ง แต่ความสุขที่แท้จริงของผมคือการให้ความรู้กับผู้คนด้วยความบันเทิง เรียกได้ว่าเป็นเหมือนน้ำตาลแสนหวานชิ้นหนึ่งที่ช่วยให้กลืนยาขมลงไปได้

เมื่อผมวางแผนจะเขียนหนังสือเกี่ยวกับอวัยวะเพศชาย คำถามข้อหนึ่งก็ผุดขึ้นมา นั่นคือเราจะเขียนหนังสือทั้งเล่มจากเจ้าสิ่งนั้นได้จริง ๆ หรือ เพราะสำหรับหลายคนแล้วถึงอย่างไรมันก็เป็นส่วนหนึ่งของร่างกายที่ปรากฏโฉมน้อยครั้งมาก และส่วนใหญ่ก็แค่หายไปห้อยมาจนถึงเวลาเข้านอนเท่านั้นเอง ในฐานะผู้เชี่ยวชาญซึ่งอุทิศชีวิตการทำงานให้กับสุขภาพและภาวะของมันมานับพัน ผมจึงทราบดีว่าอวัยวะเพศชายเป็นหัวข้อเรื่องที่สำคัญได้ แต่ถึงอย่างนั้นผมก็ยังประหลาดใจกับความลำบากยากเย็นที่จะบรรจุความรู้ทั้งหมดเข้าไปในแต่ละหน้าหนังสืออยู่ดี เนื่องจากผมทำงานกับบรรดานักเขามาตลอดทั้งวัน ทั้งยังเป็นเจ้าของนกเขาหนึ่งล่ำอย่างภาคภูมิ ผมจึงมั่นใจอย่างมากในสิ่งที่กำลังจะทำ แต่ผมได้สืบทอดความหาเข้าไปให้ลึกยิ่งขึ้นกว่าเดิมขณะเขียนหนังสือเล่มนี้ เพื่อมอบแนวทางการดูแลนกเขาที่ยอดเยี่ยมอย่างลึกถึงแก่นที่สุดที่จะใช้เงินซื้อได้ (อย่างน้อยก็ในแบบที่ถูกต้องกฎหมาย)

ข้อสงสัย ข้อกังวล และความน่าหลงใหลต่างๆ ต่ออวัยวะเพศชายเกิดขึ้นไม่เท่ากับขนชั้น ขาดิพันธุ์ และเพศอะไร ของใครใหญ่ที่สุด ของใครเล็กที่สุด ของใครแข็งแรงที่สุด ของใครเร็วที่สุด ทำไมมันถึงเป็นแบบนั้น ทำไมมันไม่เป็นแบบนี้ มันปกติหรือเปล่าถ้ามันเป็นแบบนั้น มันควรจะมีหน้าตาแบบนั้นหรือเปล่า *ไอนั้นมันคืออะไร* และอื่นๆ อีกมากมาย หนังสือเล่มนี้จะตอบทุกคำถามและเรื่องอื่นๆ ที่อยู่นอกเหนือจากนั้นด้วย เนื้อหาแบ่งออกเป็น 3 ส่วนเพื่อช่วยให้คุณบรรลุในแต่ละด้าน ส่วนแรกจะพูดถึงวิธีการทำงานของมัน คุณจะได้เรียนรู้กายวิภาคขององคชาติและสาเหตุว่า

ทำไมมันถึงเป็นเรื่องเข้าใจยากกว่าที่คิด วิธีที่มันแปลงร่างจากหุ่นยนต์ตัวเล็กเป็นกระสวยอวกาศ และหัวข้อที่น่าสนใจอีกเรื่องหนึ่งที่คุณน่าจะเจอได้อยู่แล้ว นั่นคือส่วนที่เกี่ยวกับการถึงจุดเร็วไป ช้าไป หรือว่าพอดีกับเวลา หัวข้อที่ละเอียดอ่อนนี้เป็นเรื่องที่ต้องรับมือกันอย่างออกรสออกชาติ แต่นั่นก็ยังไม่ใช่เป้าหมายทั้งหมดของเรา เราจะขยายสิ่งต่างๆ ให้ใหญ่ขึ้นด้วยงานวิจัยทางวิทยาศาสตร์ของจริงในด้านความยาว ความกว้าง และระยะเวลาทำการ คุณอาจแปลกใจกับ “จุดยืน” ของตัวเองก็ได้

ผมได้รับคำถามบ่อยมาก อาจจะบ่อยกว่าที่คุณก้มลงไปดูของตัวเองอีกว่า มียา เครื่องมือ หรือแม้แต่การผ่าตัดที่ทำให้วัยอะเพศใหญ่ขึ้นได้จริงไหม คำตอบเหล่านี้สามารถพบได้ในส่วนที่ 1 เราจะมาดูว่าสิ่งที่โฆษณาเรียกว่า น้ำมัญฑาทำอะไรได้บ้าง และมันเป็นจริงแค่ไหนขนาดไหน เราจะเข้าไปดูเครื่องประดับองคชาตให้ลึกถึงแก่นด้วยเช่นกัน และเมื่อพูดถึงเรื่องขนาดองคชาตในหนังสือเล่มนี้ เรียกได้ว่ายืนหนึ่ง เราจะเข้าไปดูหนังสือเล่มนี้จากอีกมุมหนึ่งว่า มันหลุดโลกอย่างนั้นจริงหรือเปล่า

เสื่อคอเต่ากับเสื่อคอแหลมเป็นทางเลือกในการแต่งตัว แต่การขริบเป็นการตัดสินใจที่เปลี่ยนแปลงไม่ได้ตลอดชีวิต การกระทำที่แพร่หลายนี้มีทั้งความเสี่ยงและประโยชน์ เหตุผลของการขริบมีตั้งแต่การทำตามประเพณี ไปจนถึงการป้องกันหรือการรักษาสุขภาพ บางครั้งการถอยออกมาจากข้อโต้แย้งเพื่อเปิดเผยความจริงก็เป็นเรื่องยาก แต่เราจะเข้าไปคลุกวงในและลงลึกหัวข้อนี้เพื่อสร้างความกระจ่างให้ข้อสงสัยเหล่านี้

องคชาตเป็นมากกว่าส่วนหนึ่งของร่างกาย มันเป็นสัญลักษณ์และแนวความคิดที่ตึงต๋นมาหลายยุคสมัย มันได้รับการสรรเสริญ ถูกอิจฉา หวาดกลัว และถูกหลอกลวง ส่วนที่ 1 จะปิดท้ายด้วยการกล่าวถึงวัยอะเพศชายในประวัติศาสตร์ การเมือง และวัฒนธรรม

เมื่อคุณรู้ว่าคุณทำงานอย่างไรแล้ว ส่วนที่ 2 จะพูดถึงวิธีการให้มันทำงาน และสิ่งที่ต้องทำเพื่อให้มันยังใช้งานได้ ตอนที่คุณได้หนังสือเล่มนี้มา คุณอาจจะมีปัญหาบางอย่างอยู่ก่อนแล้ว ส่วนที่ 2 จะบอกว่าทำไมนกเขาของคุณถึงไม่ได้ขึ้นตลอดเวลา และทำอย่างไรให้มันกลับมาขึ้นได้อีกครั้ง เราจะกล่าวถึงสาเหตุทางจิตวิทยาและทางกายภาพอันเป็นสาเหตุของการหย่อนสมรรถภาพทางเพศ และไปดูการรักษาที่ได้ผลมากที่สุด ไล่ตั้งแต่การกินยา การฉีดยา การดูด เรื่อยไปจนถึงการผ่าตัด

ฮอร์โมนเทสโทสเตอโรน (testosterone) เป็นเชื้อเพลิงสำหรับเครื่องยนต์ของผู้ชาย มันช่วยเพิ่มความแข็งแรงให้กับกล้ามเนื้อและกระดูกส่วนต่าง ๆ ทำให้คุณมีขนหน้าอก (แต่ไม่ได้ทำให้มีผมบนหัว) ทั้งยังมีบทบาทสำคัญด้านสมรรถภาพทางเพศ เทสโทสเตอโรนสามารถเพิ่มความต้องการและช่วยรักษาอาการซึมเศร้าได้ นอกจากนี้ยังช่วยยืดอายุขัยของคุณได้ด้วย แต่มันอาจจะไม่ทำสิ่งเหล่านี้เลยถ้าคุณไม่ได้ต้องการมันจริงๆ ส่วนที่ 2 จะช่วยให้คุณเข้าใจวิธีการตรวจดูหน้าปัดปริมาณเชื้อเพลิงและวิธีการเติมเชื้อเพลิงเหล่านี้ถ้ามันเริ่มลดน้อยลง

สิ่งที่คุณกินเข้าไปส่งผลอย่างมากต่อสุขภาพอวัยวะเพศของคุณ การออกกำลังกายและกิจกรรมในร่มผ้าก็สำคัญเช่นเดียวกัน โภชนาการที่เหมาะสมและการออกกำลังกายสามารถฟื้นฟูการหย่อนสมรรถภาพทางเพศได้จริง การนอนหลับและอาหารเสริมก็ช่วยได้เหมือนกัน ทั้งหมดนี้จะอยู่ในบทที่ 16 แผน 5 ขั้นตอนของผมเพื่อสุขภาพองคชาตที่ดีที่สุด คุณจะได้เรียนรู้ขั้นตอนง่ายๆ แต่สำคัญในการรักษาให้องคชาตมีสุขภาพดีแข็งแรงไปได้หลายปี เมื่อทำตามขั้นตอนเหล่านี้แล้ว ส่วนนั้นจะไม่ตายไปก่อนคุณแน่นอน

ส่วนที่ 3 ไม่เหมาะกับคนขี้กลัว แต่เหมาะสำหรับองคชาตที่ได้รับความเสียหาย ในส่วนนี้เราจะไปดูสิ่งต่างๆ ที่ทำให้เกิดความผิดปกติ คุณ

สามารถงอมันได้ หักมันก็ได้ หรือแม้กระทั่งตัดทิ้งไปแต่ยังเอากลับมาต่อใหม่ได้ การช่วยชีวิตน้องชายของเราจะอยู่ในส่วนนี้ ในขณะที่ส่วนที่ 2 จะมอบเคล็ดลับเพื่อทำให้มันลุกขึ้นสู้ ส่วนที่ 3 จะให้คำแนะนำในเวลาที่คุณไม่สามารถพามันลงได้ ซึ่งเป็นสถานการณ์แสนเจ็บปวดที่เกิดขึ้นจากการมีสิ่งดีๆ มากเกินไป โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ การติดเชื่อ ผื่น หรือแม้แต่มะเร็งล้วนแล้วแต่เป็นเรื่องที่เราจะจับมาไว้ในส่วนนี้ด้วย (จับแล้วล้างมือด้วยนะ) พร้อมคำแนะนำในการป้องกันและการดูแลรักษา

อาจมีหลายสิ่งหลายอย่างที่ผิดปกติกับองคชาตตั้งแต่เริ่มก่อตัวเป็นรูปร่าง มันอาจจะก่อตัวไม่เสร็จสมบูรณ์ หรืออาจพัฒนาไปมากกว่าปกติ อาจมีเรื่องไม่เข้าคู่กันระหว่างเครื่องเพศของคุณกับเพศสภาพของคุณ เมื่อ “เพศในสมอง” ของคุณจับคู่หัวบนกับหัวล่างผิด เราจะไปดูทางเลือกต่างๆ อันได้แก่ การเอาสิ่งที่ห้อยอยู่ข้างนอกกลับไปอยู่ข้างในหรือทำสลับตรงข้ามกัน

องคชาตเป็นอวัยวะที่น่าอัศจรรย์และซับซ้อน มันเป็นปัจจัยสำคัญในการเข้าถึงความสุขที่เกินจะจินตนาการได้ ในขณะที่เดียวกันมันก็เป็นประตูที่นำไปสู่สุขภาพและสภาวะโดยรวมที่ดีด้วย ยิ่งคุณรู้เกี่ยวกับมันมากเท่าไร คุณก็จะมีความสุขและมีสุขภาพดีขึ้นมากเท่านั้น ความปรารถนาของผมที่มีต่อคุณคือหนังสือเล่มนี้จะช่วยให้คุณตื่นได้ทั้งคืน

Cont

บทนำ 5

ส่วนที่ 01 มันทำงานอย่างไร

บทที่ 1

พื้นฐานในห้องนอน
การแข่งตัวเกิดขึ้นได้อย่างไร
14

บทที่ 5

ใหญ่กว่า แข็งกว่า เร็วกว่า
การพัฒนาขององคชาติ 73

บทที่ 6

เช็กซ์ คำโกหก และวิถีโอ
เทพ ข้อเท็จจริงอันน่า
เจ็บปวดของสื่อลามก 92

บทที่ 2

เข้ามาเอาเลย การหลังและ
การถึงจุดสุดยอด 34

บทที่ 3

ดื่มด่ำบทวิจารณ์ที่ออกจากรส
ออกชาติของน้ำอสุจิ 56

บทที่ 7

ทางลัด ทุกอย่างเกี่ยวกับ
การขริบ 105

บทที่ 4

ขนาดเป็นเรื่องสำคัญ
คุณมีดีพอหรือไม่ 63

บทที่ 8

ลัทธิคิวงสิงค์ สิงค์ใน
ประวัติศาสตร์ สื่อ และ
อินเทอร์เน็ต 119

ส่วนที่ 02 ใช้งานมันอย่างไร

บทที่ 9

เรื่องตกต่ำ สาเหตุของ
การหย่อนสมรรถภาพ
ทางเพศ 137

บทที่ 10

ยารักษาองคชาติ 160

บทที่ 11

ทำอย่างไรต่อดีเมื่อยา
ไม่ได้ผล 170

บทที่ 12

สูบมันขึ้นมา! การผ่าตัดใส่
แกนองคชาตเทียมสำหรับ
อาการหย่อนสมรรถภาพ
ทางเพศ 191

ents♂

ส่วนที่ 03 หอมองศาตอริบายปัญหา ขององคชาต

บทที่ 13
เกลี้ยงหมดถึง
เทสทอสเทอโรนต่ำ 205

บทที่ 14
ใส่เข้าปาก
สิ่งที่เอาเข้าปากส่งผล
กับเป้าคุณอย่างไร 228

บทที่ 15
กีฬาในร่มผ้า
บิตเชิร์ชของคุณ 245

บทที่ 16
แผน 5 ขั้นตอนของผม
เพื่อสุขภาพองคชาต
ที่ดีที่สุด 257

บทที่ 17
โค้งงอผิดปกติ โรคเพย์โรนี
281

บทที่ 18
สายด่วนฉุกเฉิน
เหตุฉุกเฉินที่เกี่ยวข้องกับ
องคชาต 297

บทที่ 19
ตุ่มและก้อน การติดเชื้อ
โรคและความแตกต่างตาม
ลักษณะปกติขององคชาต
316

บทที่ 20
การสร้างและทำลาย
องคชาต ความแตกต่างของ
เครื่องเพศและอัตลักษณ์
ทางเพศ 336

อ้างอิงท้ายเรื่อง 359
กิตติกรรมประกาศ 384

ส่วนที่

01

มันทำงานอย่างไร

Part One: How It Works

พื้นฐานในห้องนอน

การแข็งตัวเกิดขึ้นได้อย่างไร

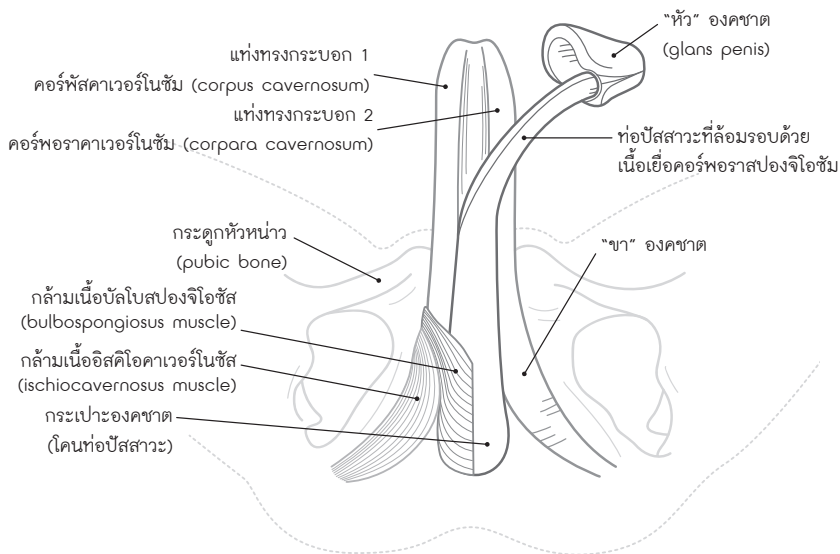
ซูซัน ตีนตัว แข็ง คุณจะใช้คำว่าอะไรก็แล้วแต่ การแข็งตัวนั้นเป็นเรื่องซับซ้อนและน่าอัศจรรย์กว่าชื่อที่เราเรียกกันง่าย ๆ มากนัก จริง ๆ แล้วชื่อที่เหมาะสมกว่าน่าจะเป็น *กระสวยอวกาศ* แม้ว่าการทำให้มันแข็งตัวจะไม่ใช่เรื่องยากเหมือนวิทยาศาสตร์ด้านการสร้าง *ยานอวกาศ* แต่ระบบอันสลับซับซ้อนต่างๆ มากมายก็ต้องทำงานประสานกันเพื่อให้มันพุ่งตัวได้สำเร็จ ทุกองค์ประกอบของกระสวยอวกาศ ไม่ว่าจะเป็นวัสดุแข็งแรงยิ่งยวด ท่อระบบไฮดรอลิก เชื้อเพลิง วงจรไฟฟ้า หรือแม้แต่ทีมควบคุมภารกิจ ล้วนมีอะไรคล้ายๆ อย่างนั้นอยู่ในองคชาตของคุณ

เส้นทางสุดแข็งแรงแรง 3 เส้นทาง

มาเริ่มด้วยวัสดุแข็งแรงยิ่งยวดกันก่อน โดยพื้นฐานแล้วองคชาตประกอบไปด้วยแท่งทรงกระบอก 3 แท่ง โดยมี 2 แท่งอยู่ข้างกัน เจ้า 2 แท่งนี้แหละทำให้องคชาตเป็นลำได้ระหว่างการแข็งตัวและมีเลือดเข้ามาหล่อเลี้ยงภายใน 2 ส่วนนี้ ส่วนแท่งทรงกระบอกแท่งที่ 3 อยู่ด้านล่างของ 2 แท่งแรก เป็นทางผ่านของท่อปัสสาวะ (ท่อฉี่) และเป็นส่วนที่ยื่นออกไปเป็นหัวขององคชาต

แท่งทรงกระบอกที่ก่อรูปร่างให้เป็นลำหรือ *คอร์พอราคาเวอร์โนซัม* (*corpora cavernosum* เป็นภาษาละติน หมายถึง “ลำตัวที่เต็มไปด้วยโพรง”) ซึ่งถูกล้อมรอบด้วยเนื้อเยื่อที่แข็งแรงที่สุด แต่ยืดหยุ่นที่สุดในร่างกายที่ชื่อว่า

ทูนิกาอัลบูจิเนีย (*tunica* ภาษาละตินหมายถึง “เสื้อตัวยาวแขนกุดเหมือนเสื้อทูนิก” ซึ่งเป็นเสื้อที่นิยมมากในสมัยโรมันโบราณ ส่วน *albuginea* มีความหมายเดียวกับคำว่า *albino* หรือว่า “ขาว”)

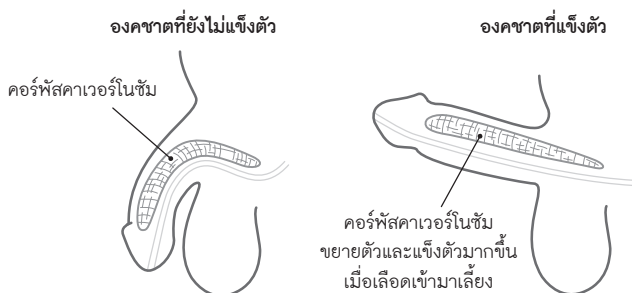


รูปที่ 1 ส่วนต่างๆขององคชาต

ได้รับการสูบฉีด

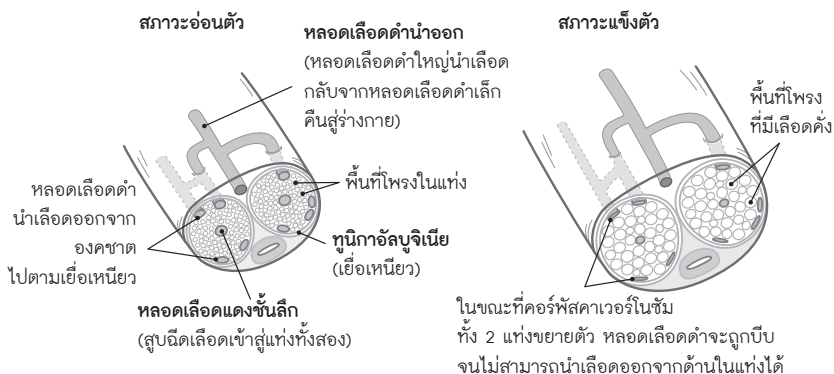
เนื้อเยื่อพิเศษนี้มีคุณสมบัติหนึ่งที่จะทำให้องคชาตขยายตัวได้เหมือนลูกโป่งแต่แข็งเหมือนเหล็กกล้า เลือดจะไหลเข้ามาหล่อเลี้ยงในแ่งทรงกระบอเหล่านี้ (ไม่ใช่อากาศ) ทำให้มันยืดยาวตัว 2-5 เท่าจากขนาดเดิมเมื่อขยายตัวเต็มที่แล้ว แ่งทรงกระบอนี้จะเริ่มแข็งตัวยิ่งขึ้นเหมือนยางรถที่ถูกอัดแรงดันเข้าไป

องคชาตที่มีอัตราการขยายตัวต่ำจัดเป็นพวก “โชรไว้ได้” และที่มีอัตราการขยายตัวสูงกว่าจัดเป็นพวก “โตได้” พวกโชรไว้ได้จะดูมีขนาดใหญ่กว่าในห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า แต่จะไม่เปลี่ยนแปลงมากเท่าพวกโตได้ตอนที่ยืนตรงหรือมรรบ



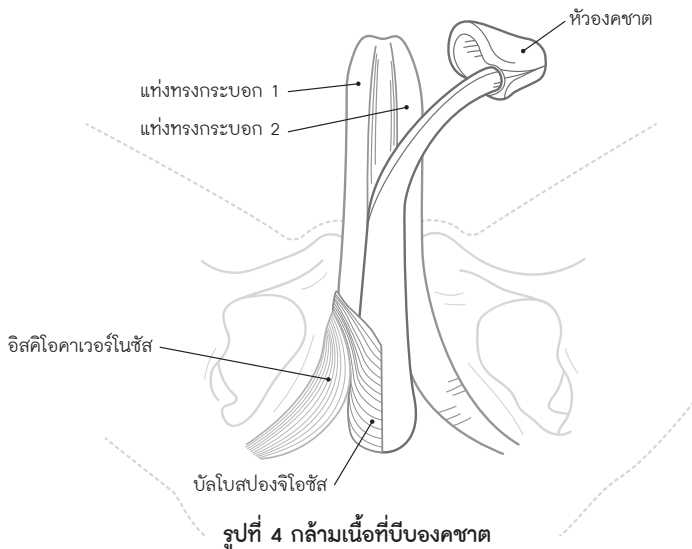
รูปที่ 2 การแข็งตัวเกิดขึ้นเมื่อส่วนที่เป็นลำขององคชาตมีเลือดเข้ามาเลี้ยง

หลอดเลือดดำที่ลำเลียงเลือดออกจากองคชาตจะไหลผ่านไปตามผนังของแท่งทรงกระบอกที่ก่อรูปร่างให้เป็นลำ แต่ในขณะที่แท่งทรงกระบอกขยายตัวภายใต้ความดัน พวกมันจะบีบให้หลอดเลือดนี้ปิด ทำให้เลือดยังคงค้างอยู่ในองคชาตที่แข็งตัว ความดันภายในลำจะพุ่งสูงขึ้นกว่าความดันโลหิตในส่วนอื่นๆ ของร่างกาย เลือดจึงไม่สามารถสูบฉีดเข้าไปในองคชาตเพิ่มได้อีก



รูปที่ 3 ส่วนแท่งที่ขยายตัวบีบหลอดเลือดดำในขณะที่แข็งตัวมากขึ้น

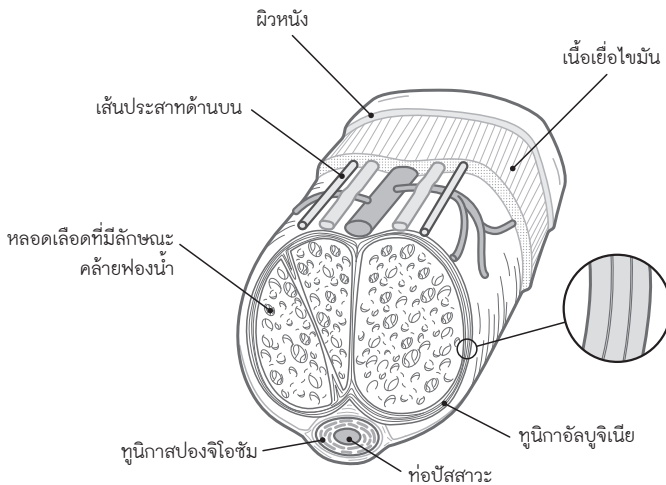
แต่ว่ามันจะยิ่งตึงแน่นมากขึ้นไปอีก เพราะตรงฐานของแท่งทรงกระบอกทั้ง 3 ส่วนมีกล้ามเนื้อพิเศษกลุ่มหนึ่ง (กล้ามเนื้อ*อิสคิโอคาเวอร์โนซัส*) ที่อยู่ล้อมรอบและบีบทั้ง 3 ส่วนได้ เมื่อกล้ามเนื้อเหล่านี้บีบตัว ความดันจะพุ่งขึ้นสูง ทำให้เกิดการสูบฉีดที่สันสะท้านที่คุณรู้จักและขึ้นขอบ



ส่วนแก้ว

แล้วอะไรที่จะทำให้ลำขององคชาตแข็งตัว ก็คือวัสดุพิเศษที่ล้อมรอบแท่งทรงกระบอกไว้ ชื่อว่าเนื้อเยื่อ*ทูนิกาอัลบูจิเนีย* ซึ่งมีโครงสร้างอันเป็นเอกลักษณ์แตกต่างจากทั้งร่างกาย เมื่อดูผ่านกล้องจุลทรรศน์จะเห็นว่ามันสร้างจากเส้นใยคอลลาเจน ซึ่งเป็นเนื้อเยื่อแบบเดียวกับที่มอบความแข็งแรงสมบูรณ์ประสานเป็นหนึ่งเดียวกับกับผิวหนัง หลอดเลือด และเส้นเอ็นของเรา แต่ก็มีข้อแตกต่างจากคอลลาเจนที่อยู่ในโครงสร้างเหล่านั้น นั่นคือคอลลาเจนส่วนนี้เรียงตัวแบบพิเศษเป็นมัดคลื่นล้อมรอบแท่งทรงกระบอกไว้ ชั้นทรงกลมนี้มีคอลลาเจนที่ยาวเป็นเส้นตรงล้อมรอบแนวตามยาวของส่วน

ทรงกระบอกอีก 1 หรือ 2 ชั้น เส้นใยคอลลาเจนทั้งหมดนี้จะประสานรวมกับเส้นใยอีลาสตินประมาณร้อยละ 5 คล้ายๆ กับขอบยางยืดทางแกว่งขึ้นในของคุณผลที่ได้คือความยืดหยุ่นพร้อมด้วยความแข็งแรงที่นำไปสู่การขยายขนาดให้ยาวขึ้น ใหญ่ขึ้น ตามมาด้วยสภาวะแข็งแกร่งที่มีความแกร่งสูง ช่วยให้ส่วนที่ถูกสับฉีกเติมที่ไม่โค้งหรืองอตัวในขณะที่เราวิ่งด้วยความเร็วสูง



รูปที่ 5 เส้นใยที่แข็งแรงของลำองคชาต

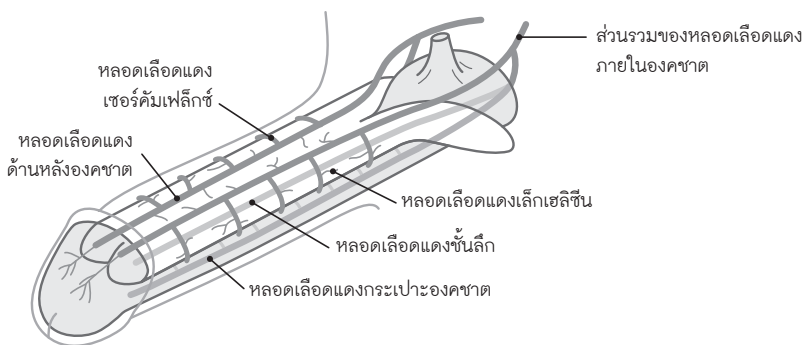
เยื่อぶตันในแท่งทรงกระบอกที่ 3 ชื่อ**ทุนิกาสปองจิโอซั่ม** มีท่อปัสสาวะและหัวองคชาตปิดด้านบน ไม่ได้มีการเรียงตัวของคอลลาเจนเป็นหลายชั้นเหมือนกับ 2 ส่วนก่อนหน้านี้ มันยืดตัวได้แต่จะไม่แข็งเหมือนกับส่วนแท่งซึ่งก็เป็นเรื่องดี ไม่อย่างนั้นคุณจะไม่สามารบัสสาวะขณะองคชาตแข็งตัวได้ เพราะความดันจะบีบให้ท่อปัสสาวะปิด แค่ว่าบัสสาวะตอนมัน “ยืนเคารพธงชาติ” โดยไม่ให้เลอะผารองนั่งชักโครกก็เป็นปัญหามากพอแล้ว ลองจินตนาการถึงการฉี่ไม่ออกเลยดูสิ! จริงอยู่ว่าการบัสสาวะทันทีที่หลังมีเพศสัมพันธ์เป็นเรื่องยาก แต่นั่นเป็นอีกประเด็นซึ่งผมจะอธิบายในบทถัดไป

การไหลเวียนของเลือด

หลอดเลือดเป็นเหมือนท่อไฮดรอลิกของจรวดในทางเก่งของคุณ หลอดเลือดแดงที่สูบฉีดเลือดเข้าไปยังองศาตแตกแขนงมาจากหลอดเลือดแดงใหญ่ซึ่งอยู่ที่กระดูกอุ้งเชิงกรานและขาของคุณ หลอดเลือดขนาดเล็กที่แยกออกมาเหล่านี้จะเข้าไปใต้ขอบกระดูกก้นกบ ซึ่งเป็นกระดูกที่คุณใช้นั่ง แล้วต่อไปยังโคนของแท่งทรงกระบอกขององศาตที่ยึดติดกับด้านล่างของกระดูกหัวหน่าว

มีข้อเท็จจริงที่น่าทึ่งอยู่ข้อหนึ่ง นั่นคือองศาตของคุณมีส่วนหนึ่งที่ถูกยึดไว้อยู่กับร่างกายยาวพอๆ กับส่วนที่โผล่เตงอยู่ข้างนอก (ใช่แล้ว ส่วนนั้นของคุณยาวกว่าที่คุณคิดไว้ 2 เท่า และอาจจะยาวพอๆ กับที่คุณบอกใครต่อใครไว้ก็ได้!) หลอดเลือดแดงใน “องศาต” เป็นหลอดเลือดที่เล็กที่สุดกลุ่มหนึ่งในร่างกาย ที่ใหญ่ที่สุดมีขนาดเส้นผ่านศูนย์กลางเพียง 1 มิลลิเมตรเท่านั้น เมื่อเทียบกับหลอดเลือดแดงหัวใจซึ่งเป็นหลอดเลือดที่นำเลือดเข้าสู่หัวใจ และเป็นหลอดเลือดที่อุดตันเมื่อเกิดอาการหัวใจวายแล้ว หลอดเลือดแดงหัวใจเหล่านี้มีขนาดเส้นผ่านศูนย์กลางใหญ่กว่าถึง 5 เท่า ดังนั้นจึงเป็นเรื่องที่เข้าใจได้ง่ายว่าทำไมยิ่งเราอายุมากขึ้น หลอดเลือดของเราตีบแคบลงความสามารถในการแข็งตัวจึงมักจะเป็นสิ่งแรกที่หายไป และเมื่อมันหายไปก็มักจะเป็นสัญญาณเตือนถึงโรคหัวใจ แต่สำหรับอวัยวะเพศชายสุขภาพดี หลอดเลือดเล็กๆ เหล่านี้จะทำงานได้เป็นปกติดี

หลอดเลือดแดงในองศาตแต่ละเส้นแยกออกเป็น 3 ทาง ทางหนึ่งเข้าไปยังโคนของแท่งทรงกระบอกที่ประกอบให้เกิดขึ้นเป็นลำในแต่ละด้าน อีกทางคือเข้าไปยังแท่งทรงกระบอกคล้ายฟองน้ำซึ่งล้อมรอบท่อปัสสาวะที่ขึ้นไปยังหัวองศาต ส่วนทางที่ 3 ขึ้นไปยังส่วนบนสุดของลำพร้อมทั้งนำเลือดไปให้ผิวหนังและไขมันในองศาต รวมไปถึงส่วนหัวองศาต

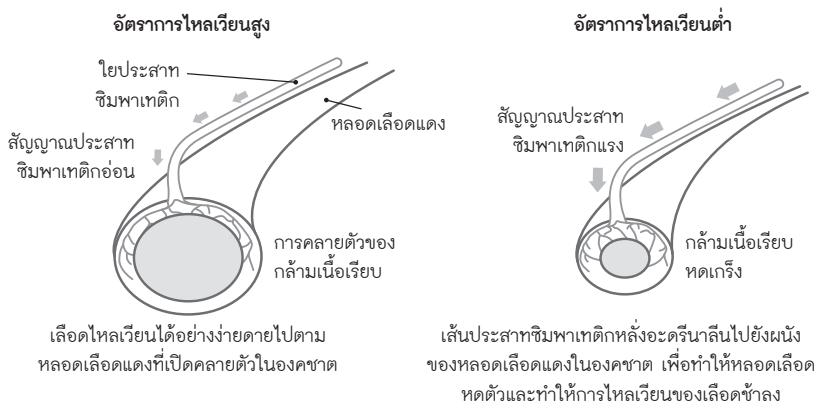


รูปที่ 6 หลอดเลือดแดงในองคชาติ

ปล่อยให้มันไหลไป

เลือดมีการไหลเวียนไปยังองคชาติผ่านทางหลอดเลือดแดงเหล่านี้ อยู่ตลอดเวลา แต่เมื่อแข็งตัวการไหลเวียนของเลือดจะเพิ่มขึ้นอีก สาเหตุที่การไหลเวียนของเลือดเปลี่ยนแปลงได้นั้นเป็นเพราะหลอดเลือดแดงต่างๆ มีเยื่อที่เป็นกล้ามเนื้อ ซึ่งจะบีบตัวปิดเพื่อชะลอการไหลเวียนของเลือดได้เหมือน ปิดก๊อกน้ำ หรือเยื่อจะคลายตัวให้หลอดเลือดขยายเปิดออกเหมือนตอนที่เราเปิดก๊อกน้ำก็ได้

การบีบรัดและการเปิดออกของชั้นกล้ามเนื้อนี้ควบคุมโดยเส้นประสาทชนิดพิเศษที่ไม่ได้อยู่ภายใต้อำนาจจิตใจ เรียกว่าเส้นประสาทซิมพาเทติก มันทำงานตลอดเวลาเพื่อควบคุมการไหลเวียนของเลือดทั่วร่างกายเหมือน ตำรวจจราจร เส้นประสาทซิมพาเทติกทอดตัวไปตามผนังหลอดเลือดแดงทุกเส้นทั่วร่างกายคุณ ไม่ใช่แค่เฉพาะในองคชาติเท่านั้น เส้นประสาทเหล่านี้จะหลั่งฮอโมนอะดรีนาลีน (และญาติของมันที่ชื่อ นอร์อะดรีนาลีน) เข้าไปยังผนังหลอดเลือดแดงในชั้นกล้ามเนื้อเพื่อทำให้พวกมันเปิดกว้างขึ้นหรือปิดแคบลง ขึ้นอยู่กับว่ามันอยู่ตรงส่วนไหนของร่างกาย



รูปที่ 7 เส้นประสาทซิมพาเทติกลดการไหลเวียนของเลือดที่องคชาติ

อะดรีนาลีน!

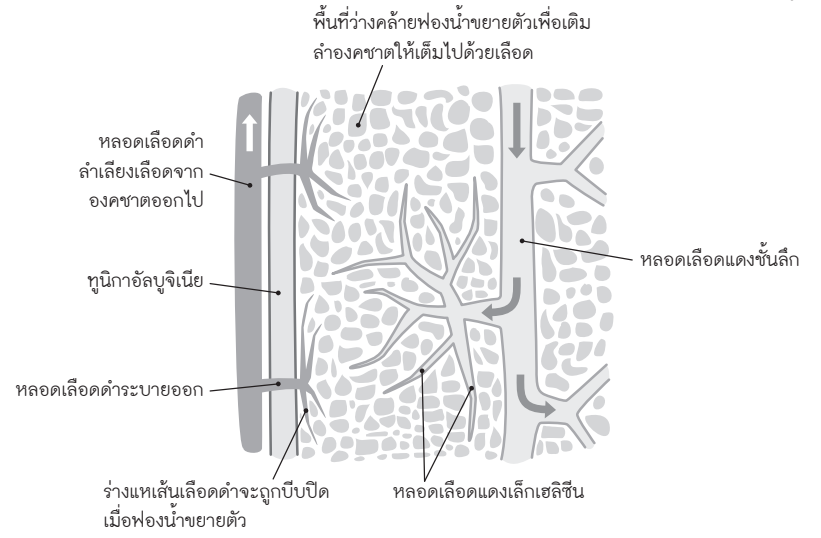
นอกจากนี้ อะดรีนาลีนยังหลังเข้าสู่กระแสเลือดจากต่อมหมวกไต อันเป็นอวัยวะรูปเม็ดกลมเต็มไปด้วยไขมันสีเหลืองที่อยู่ด้านบนของไต อะดรีนาลีนคือสิ่งที่จะเตรียมพร้อมร่างกายของคุณให้เอาตัวรอดจากอันตราย มันทำให้หลอดเลือดที่ไปเลี้ยงกล้ามเนื้อต่างๆ ตับ หัวใจ และสมองขยายตัวขึ้นเพื่อรักษาส่วนสำคัญของร่างกายไว้ แต่จะหดหลอดเลือดเส้นที่เล็กกว่าในส่วนที่สำคัญต่อชีวิตน้อยกว่าอย่างปลายนิ้วมือ นิ้วเท้า และ...ลองเดาสิ อวัยวะเพศของคุณไง อะดรีนาลีนทำให้หัวใจเต้นเร็วขึ้นและปอดขยายตัวมากกว่าเดิม แต่จะหยุดยั้งการแข็งตัวของคุณไว้ เมื่ออะดรีนาลีนหลังออกมา ร่างกายของคุณจะยอมเสียสละหัวล่างเพื่อรักษาหัวบนอย่างมีประสิทธิภาพ

อะดรีนาลีนหลังเมื่อรับรู้ถึงอันตรายที่เกิดขึ้นจริง อันตรายที่คิดขึ้นมาเอง หรือแม้แต่จากความเครียดหรือความวิตกกังวล อวัยวะเพศของคุณจะไม่รู้ถึงความแตกต่างเหล่านี้ ถ้ามีเชื้อเขี้ยวดาบสักตัวกำลังไล่ล่าบรรพบุรุษคุณ อะดรีนาลีนของเขาจะหลังออกมาและสูญเสียการแข็งตัวไป ถ้าคุณกังวลว่า จะไม่แข็งตัวเพราะครั้งก่อนมีปัญหาเรื่องนี้ อะดรีนาลีนคุณก็จะหลังออกมา

และสูญเสียการแข็งตัวไปจริงๆ ส่วนนั้นของคุณไม่รู้หรือว่ามันเป็นเรื่อง
ความเป็นความตายหรือเป็นแค่ความลำบากใจ ในทางกลับกัน เมื่อไม่มี
อันตรายหรือความวิตกกังวลใดๆ ดำรวจจรรจรเส้นประสาทซิมพาเทติก
จะหลบออกไปและเปิดเส้นทางทุกเส้นให้เลือดไหลเวียนอย่างอิสระไปยังนิ้วมือ
นิ้วเท้า รวมถึงองคชาตด้วย

ฟองน้ำหัตถ์ศรัรย์

ส่วนสำคัญที่สุดในหลอดเลือดแดงให้องคชาตแข็งตัวคือแขนงตรงกลาง
ของหลอดเลือดแดงองคชาตที่เข้าไปในแท่งองคชาต หลอดเลือดแดงเส้นนี้
จะวิ่งเข้าสู่ใจกลางแท่ง ทำให้เกิดแขนงด้านข้างขนาดเล็กจำนวนมากนับไม่ถ้วน
ซึ่งแต่ละแขนงก็จะเข้าไปสู่ช่องว่างขนาดเล็กจำนวนมากนับไม่ถ้วนที่เต็มไปด้วยเลือด
ถ้ามองดูส่วนนี้ด้วยตาเปล่า (แบบที่ผมทำเป็นประจำระหว่างการผ่าตัด) ภายใน
ของเจ้าแท่งนี้จะดูเหมือนฟองน้ำเนื้อละเอียด ช่องว่างเล็กๆ เหล่านี้ของ “ฟองน้ำ
ในองคชาต” มีลักษณะอันน่าทึ่ง ซึ่งเป็นเครื่องยนต์ที่แท้จริงของจรวดของคุณ



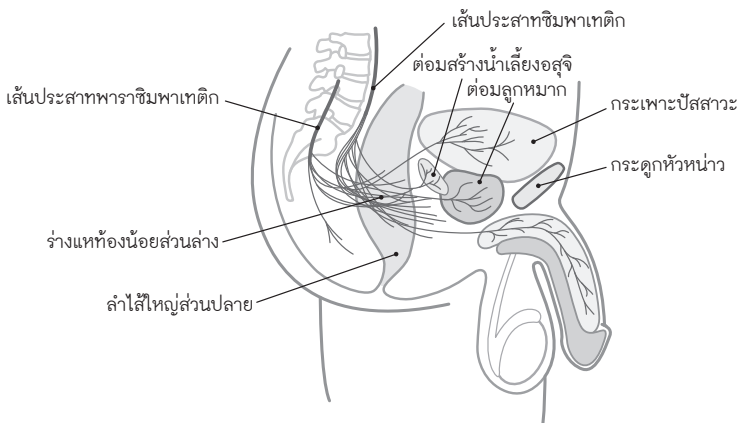
รูปที่ 8 ฟองน้ำที่มีหลอดเลือดที่อยู่ในลำองคชาต

ช่องว่างแต่ละช่องมีโครงสร้าง 2 ชั้นเรียงตัวอยู่ ชั้นแรกซึ่งสัมผัสกับเลือดโดยตรงเรียกว่าเยื่อบุโพรง มันประกอบขึ้นจากเซลล์ที่สร้างมาเพื่อป้องกันเลือดแข็งตัวเป็นลิ่มเลือดแม้จะถูกกักไว้ขณะองคชาตแข็งตัวและไม่มีการไหลเวียนมากนัก ถ้าภายในแท่งทรงกระบอกนั้นว่างเปล่าและปราศจากชั้นเหล่านี้จนเหมือนลูกโป่ง 2 ลูก เลือดจะไหลเข้ามาอนก้นก่อนจะเริ่มแข็งตัวเป็นลิ่มเลือดและไม่สามารถไหลเวียนออกไปได้ องคชาตจะค่อยๆ ใช้การไม่ได้ในที่สุด และนั่นก็เป็นจุดจบ โครงสร้างชั้นที่ 2 คือกล้ามเนื้อเรียบ ชั้นที่บางสุดๆ ของเซลล์กล้ามเนื้อนี้สามารถคลายตัวและยืดออกจนบาง ทำให้เลือดเข้ามาเติมช่องว่างของฟองน้ำมากขึ้น ความดันในแท่งทรงกระบอกเพิ่มขึ้นไปบีบเส้นเลือดดำ และความดันทำให้เลือดไม่ไหลเวียนออกไป ส่งผลให้องคชาตแข็งตัว แต่โครงสร้างชั้นเดียวกันนี้ก็หดตัวและบีบตัวให้เลือดไหลออกจนทำให้การแข็งตัวหายไปได้ หรือไม่ก็ไม่ปล่อยให้เลือดเข้ามาในพื้นที่ว่างในฟองน้ำมากเกินไปตั้งแต่แรก ซึ่งเป็นการป้องกันไม่ให้เกิดการแข็งตัวได้เช่นกัน

เส้นประสาทที่คุณมี

กล้ามเนื้อเรียบเหล่านี้ถูกกระตุ้นด้วยเส้นประสาทชุดที่ 2 ที่เรียกว่าเส้นประสาทพาราซิมพาเทติก ซึ่งไม่ได้อยู่ภายใต้อำนาจจิตใจ¹ เช่นกัน เส้นประสาทเหล่านี้จะทำให้กล้ามเนื้อเรียบคลายตัว เปิดช่องว่างฟองน้ำออกทำให้เลือดไหลเข้าไปได้มากขึ้นและสูบน้ำให้องคชาตแข็งตัว เส้นประสาทเหล่านี้วิ่งเข้าไปในอู่เชิงกรานระหว่างต่อมลูกหมากและลำไส้ใหญ่ส่วนปลายก่อนจะเข้าไปที่โคนของลำองคชาต เส้นประสาทพาราซิมพาเทติกที่กระตุ้น

¹ ระบบประสาทภายใต้อำนาจจิตใจควบคุมการทำงานของกล้ามเนื้อโครงร่าง ระบบประสาทภายนอกอำนาจจิตใจควบคุมการทำงานของอวัยวะต่างๆ ในร่างกาย



รูปที่ 9 เส้นประสาทพาราซิมพาเทติกและเส้นประสาทซิมพาเทติก

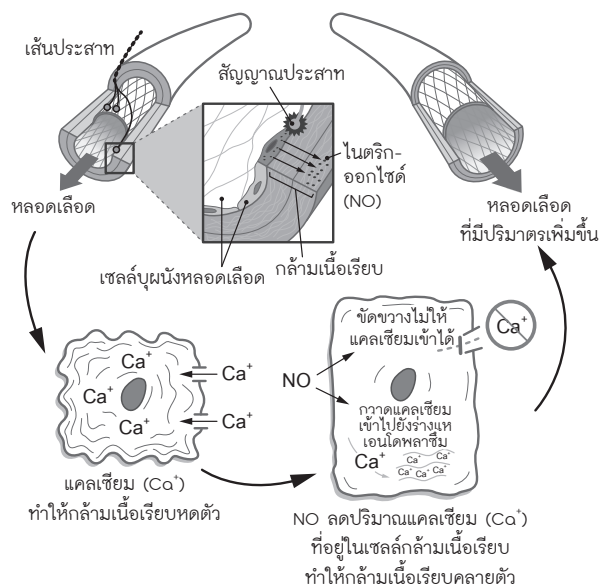
กล้ามเนื้อเรียบให้ปิดการไหลเวียนของเลือดไปยังองคชาต และเส้นประสาทพาราซิมพาเทติกที่กระตุ้นให้องคชาตเปิดรับเลือด คอยสู้ศึกหนักกันอยู่ตลอดเวลาเพื่อแย่งกันควบคุมองคชาตของเรา

แค่พูดว่า NO

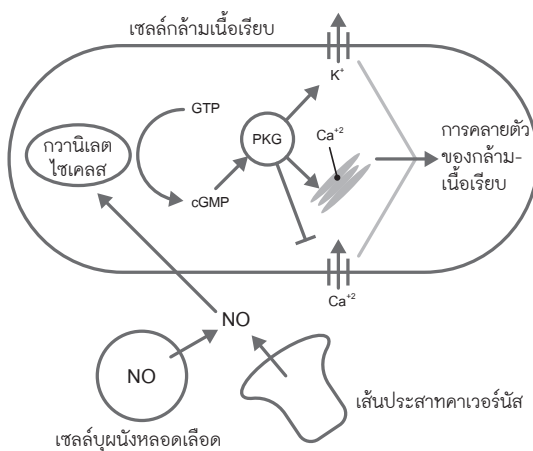
รู้หรือไม่ว่าระเบิด รถแต่งซิ่ง และการแข่งตัวมีอะไรที่เหมือนกัน นอกจากสิ่งที่น่าจะรู้กันอยู่แล้วว่าทั้งหมดนี้ล้วนสร้างไนตริกออกไซด์ ดังนั้นถ้าเนื้อเยื่อที่คล้ายฟองน้ำในองคชาตเป็นเครื่องยนต์ ไนตริกออกไซด์ก็จะเป็นเชื้อเพลิง ไนตริกออกไซด์ (NO) เป็นผลิตภัณฑ์พลอยได้จากไนโตรกลีเซอริน ซึ่งเป็นสิ่งที่ใช้สร้างระเบิด นอกจากนี้ NO ยังเป็นผลิตภัณฑ์พลอยได้จากกรดแอมโมเนียทางตรงระยะสั้นที่เผาผลาญแก๊สไนตรัสอีกด้วย และเชื่อหรือไม่ว่าร่างกายคุณสร้างมันขึ้นมาเพื่อเพิ่มการไหลเวียนของเลือดเป็นหลัก มันสำคัญมากกับการไหลเวียนของเลือดในร่างกาย (และรวมไปถึงองคชาตของคุณ) จนใน

ค.ศ. 1992 มันได้รับการแต่งตั้งให้เป็นโมเลกุลแห่งปี และใน ค.ศ. 1998 คณะนักวิจัยเกี่ยวกับ NO ก็ได้รับรางวัลโนเบล

NO เป็นสาเหตุแท้จริงที่ทำให้กล้ามเนื้อเรียบของหลอดเลือดแดง และพื้นที่พองน้ำขนาดเล็กขององคชาตคลายตัว พร้อมทั้งปล่อยให้เลือดไหลเวียนเข้าไปยังองคชาต ปลายต่างๆ ของเส้นประสาทพาราซิมพาเทติกจะปล่อยโมเลกุลที่สำคัญนี้เข้าไปบนพื้นผิวของเซลล์กล้ามเนื้อเรียบในขณะเดียวกัน เซลล์ชนิดพิเศษที่เรียงตัวอยู่ตามช่องว่างพองน้ำ (เซลล์บุผนังหลอดเลือด) จะสูบน้ำดึงเอาโมเลกุล NO ออกไปยังเซลล์กล้ามเนื้อเรียบที่อยู่ติดกัน NO จะคงอยู่ในช่วงระยะเวลาสั้นๆ ในกล้ามเนื้อเรียบ ซึ่งมันจะเริ่มทำปฏิกิริยาผูกโซ่ป้องกันแคลเซียมเข้าไปในเซลล์ และกวาดเอาแคลเซียมภายในเซลล์ออกไปซ่อนอยู่ในส่วนของเซลล์ที่เรียกว่าร่างแหเอนโดพลาซิม (endoplasmic reticulum)



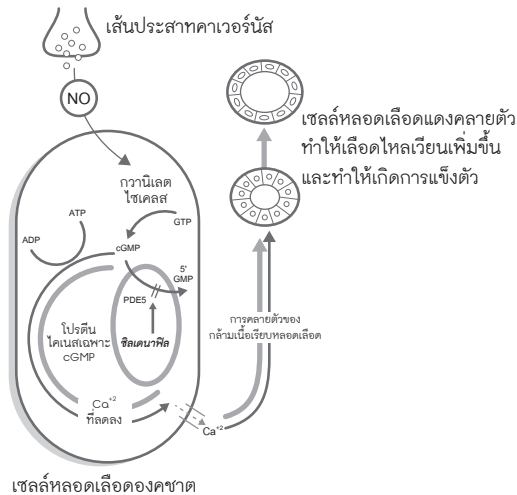
รูปที่ 10 ไนตริกออกไซด์เพิ่มการไหลเวียนของเลือดโดยทำให้หลอดเลือดคลายตัว



รูปที่ 11 ในตริกออกไซด์ทำให้เซลล์กล้ามเนื้อเรียบคลายตัว โดยการขัดขวางและนำแคลเซียมไปเก็บ

เมื่อแคลเซียมภายในเซลล์ลดน้อยลง เส้นใยกล้ามเนื้อเรียบภายในเซลล์จะคลายตัวและยืดออกได้ ทำให้ช่องว่างพองน้ำเปิดกว้างมากขึ้น เลือดจึงวิ่งเข้าสู่องคชาตและสับสนให้แข็งตัวได้

NO ยังเป็นความลับของไวอากราและยาชนิดอื่นๆ อีกด้วย อันได้แก่ ซิอะลิส เลวิทรา และสเดนตรา ยาเหล่านี้ทำงานโดยทำให้ NO ที่มีอยู่ตามธรรมชาติในองคชาตออกฤทธิ์นานขึ้น ส่งผลให้กล้ามเนื้อเรียบคลายตัวมากขึ้นและทำให้เลือดเข้าสู่องคชาตได้มากขึ้น โดยปกติผลของ NO จะถูกต้านฤทธิ์ในช่วงท้ายโดยเอนไซม์ชนิดพิเศษในองคชาตที่เรียกว่า *ฟอสโฟไดเอสเทอเรส (PDE5)* ถ้า PDE5 ไม่หยุดยั้งฤทธิ์การกระตุ้นนี้ ผู้ชายก็จะแข็งได้ไม่รู้จัก ยาเหล่านี้มีบทบาทในการปกป้องการแข็งตัวของคุณ มันจะช่วยขัดขวาง PDE5 บางส่วนที่พยายามขัดขวางหรือระงับการแข็งตัว ดังนั้นมันจึงทำให้ NO ออกฤทธิ์ได้นานขึ้น เลือดจึงไหลเข้าไปยังองคชาตได้มากขึ้น



รูปที่ 12 ยาสำหรับโรคขาด เช่น ซิลเดนาฟิล (ไวอากรา) จะขัดขวาง PDE5 (ฟอสโฟไดเอสเทอเรส) ทำให้แคลเซียมอยู่ในระดับต่ำ เพื่อให้เซลล์ยังคงคลายตัวและการแข็งตัวอยู่ได้ยาวนานขึ้น

หัวลางปะกะหัวบน

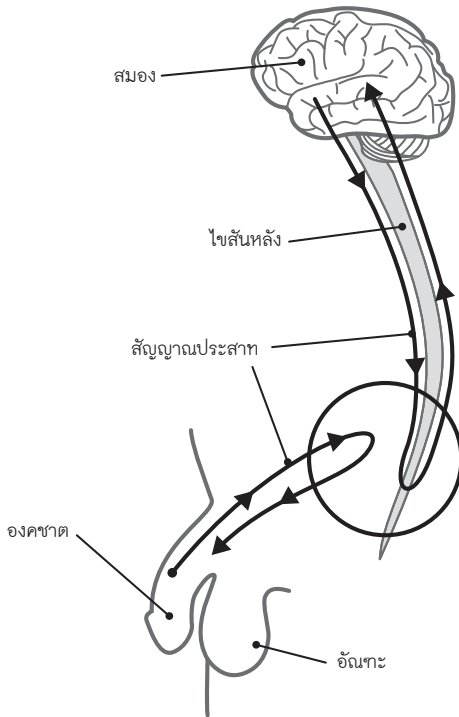
โอเค ตอนนี้คุณรู้แล้วว่าจรรยาบรรณของคุณทำงานอย่างไร แต่ใครเป็นคนขับจรรยาบรรณ บ่อยครั้งดูเหมือนว่ามันจะนึกคิดได้ด้วยตัวมันเองไม่ใช่หรือ ก็ทำนองนั้นนะ แต่ไม่ใช่เสียทีเดียวหรอก

ย้ำอีกครั้งว่ามันมีศูนย์ควบคุมในตัวและ “ทีมควบคุมภารกิจ” จากระยะไกลเช่นเดียวกับจรรยาบรรณ ศูนย์ควบคุมเหล่านี้ควบคุมการปล่อยจรรยาบรรณ เครื่องยนต์ผลักดันของจรรยาบรรณ และการนำจรรยาบรรณลงจอดในน้ำ (ตั้งใจเล่นคำ ล้วนๆ) การแข็งตัวบางครั้งเกิดขึ้นโดยไม่ได้มีสิ่งกระตุ้นใดๆ ที่มาจากจิตสำนึกของเราเลย มันเกิดขึ้นเนื่องจากปฏิกิริยาารีเฟล็กซ์ที่ตอบสนองต่อการรับรู้ความรู้สึกต่างๆ เรามีวงจรประสาทที่ส่งการรับรู้ความรู้สึกจากปลายเส้นประสาทไปยังองคชาตผ่านทางเส้นใยประสาทที่เรียงตัวอยู่ตาม

ขอกระดูกกระเบนเหน็บไปยังฐานกระดูกสันหลัง สัญญาณบางส่วนถูกส่งจากกระดูกสันหลังไปยังสมองเพื่อประมวลผลต่อไป แต่บางส่วนก็ถูกจัดการที่ได้เข็มขัดเลยเดี๋ยวนั้น ซึ่งถือเป็นปฏิกิริยารีเฟล็กซ์แบบหนึ่ง ในกรณีนี้ความรู้สึกจากองคชาตที่ส่งไปยังฐานกระดูกสันหลังจะกระตุ้นเส้นประสาทพาราซิมพาเทติกให้ตอบสนองกลับไปต่อองคชาต เพื่อให้หลัง NO อันแสนวิเศษและเกิดการแข็งตัว นี่คือเหตุผลว่าทำไมการเล่าโลมช่วยให้มันตื้นขึ้นได้ แต่ก็เป็นสาเหตุว่าทำไมมันถึงตื้นขึ้นมาทั้งๆ ที่ไม่ได้ตั้งใจไปปลุกมัน อย่างเช่นตอนที่ถูกรบกวนออกไปหน้ากระดานดำคาบเรียนเรขาคณิตในวันที่เราสวมกางเกงยีนส์สีน้ำเงินรัดรูป หรือตอนที่จจะจอตลอดในที่ทำงานหลังจากขับรถที่สิ้นสะเทือนอย่างนุ่มนวลมา แม้แต่ผู้ชายที่มีอาการบาดเจ็บตรงไขสันหลังซึ่งไม่รู้สึกระบรีเวณองคชาตเลยก็แข็งตัวได้จากปฏิกิริยารีเฟล็กซ์นี้

กับควบคุมการกิจ

นอกเหนือจากรีเฟล็กซ์ “คอมพิวเตอรืในตัว” นี้แล้ว ยังมีการส่งสัญญาณอีกมากมายระหว่างนักרבด้านล่างกับทีมควบคุมการกิจในสมอง ประสาทสัมผัสทั้งหมดจากปลายเส้นประสาทต่างๆ จะป้อนข้อมูลไปยังสมองอย่างสม่ำเสมอจะถูกประมวลผลในหลายๆ ระดับแตกต่างกัน บางส่วนอยู่ในระดับจิตสำนึก บางส่วนอยู่ในระดับจิตใต้สำนึก รวมไปถึงบางส่วนที่เป็นเรื่องพื้นฐานจนไม่มีการควบคุมตามจิตสำนึก เช่น ศูนย์ควบคุมการเต้นของหัวใจ



รูปที่ 13 เส้นประสาทในสมอง กระดูกสันหลัง
และองคชาตทำงานร่วมกันเพื่อทำให้เกิดการแข็งตัว

ปมประสาทของแต่ละระดับสามารถทำให้เกิดการแข็งตัวหรือยับยั้งการแข็งตัวก็ได้ พวกมันจะส่งสัญญาณต่อกัน และถ้าได้เวลาที่ต้องชูชันพวกมันจะส่งสัญญาณปล่อยจรวดไปตามเส้นประสาทพาราซิมพาเทติก ซึ่งทอดไปตามแนวยาวของกระดูกสันหลัง เข้าสู่อุ้งเชิงกรานที่เชื่อมต่อกับเส้นประสาทที่สั้นกว่า ซึ่งอยู่ระหว่างต่อมลูกหมากและลำไส้ใหญ่ส่วนปลาย แล้วเข้าสู่องคชาต ถ้าเป็นช่วงที่ไม่ควรชูชัน พวกมันจะส่งสัญญาณหยุดยั้งเส้นประสาทพาราซิมพาเทติกไปตามเส้นประสาทซิมพาเทติก ซึ่งทอดตัวไปตามด้านนอกกระดูกสันหลัง ลงไปที่หลอดเลือดภายในองคชาต พร้อมทั้งหลังอะดรีนาลีนเพื่อลดการไหลเวียนของเลือดและหยุดยั้งการปล่อยตัว

สวิตช์จุดระเบิด

โดยทั่วไปแล้วเราจะพึ่งพาประสาทสัมผัสทั้งห้าเพื่อกระตุ้นการแข็งตัว การมองเห็นเป็นประสาทสัมผัสที่สำคัญที่สุดสำหรับผู้ชายส่วนใหญ่ รูปภาพกระตุ้นความรู้สึกทางเพศแบบที่เราพึงพอใจผ่านเข้าตาเรา ไม่ว่าจะเป็นภาพที่เกิดขึ้นจริง ๆ ตรงหน้า (เยี่ยมที่สุด) หรือไม่ก็ตาม ก่อนจะเดินทางไปยังด้านหลังสมองซึ่งเป็นตำแหน่งที่ประมวลผลภาพที่มองเห็น จากตรงนั้นสัญญาณต่าง ๆ จะเดินทางไปทั่วสมองอย่างรวดเร็ว พร้อมทั้งหยิบเอาความเชื่อมโยงจากความทรงจำไม่ว่าจะดีหรือร้ายมาด้วย แล้วดัดแปลงไปยังส่วนของสมองที่ไม่อยู่ภายใต้อำนาจจิตใจ ในกระบวนการนี้ส่วนสำคัญต่าง ๆ ของสมองจะถูกกระตุ้นให้หลั่งสารเคมีที่มีอนุภาพมาก เรียกว่า *โดพามีน (dopamine)* และ *ออกซิโทซิน (oxytocin)* สารเคมีเหล่านี้จะกระตุ้นทั้งทางตรงและทางอ้อมให้ศูนย์ควบคุมสมองอื่นๆ ส่งสัญญาณไปยังกระดูกสันหลังผ่านเส้นประสาทพาราซิมพาเทติกเจ้าเดิม หลังจากนั้นก็จะไปหลั่ง NO ในองคชาตของคุณให้ตื้นขึ้น

แต่ไม่ใช่ดวงตาคุณอย่างเดียวที่มีส่วนเกี่ยวข้อง หู ผิวหนัง จมูก และลิ้นของคุณก็เช่นกัน แม้แต่เครื่องในและกระเพาะปัสสาวะของคุณก็มีส่วนด้วย ยิ่งความรู้สึกที่ได้รับจากประสาทสัมผัสสร้างความพึงพอใจมากเท่าไร ศูนย์ควบคุมต่างๆ ในสมองก็จะยิ่งถูกกระตุ้นให้เกิดการแข็งตัวมากขึ้นเท่านั้น มันเป็นเหมือนกับการตรวจสอบระบบก่อนปล่อยตัว “รอยยิ้มสวย-มี สัมผัสแสนสะท้าน-มี กลิ่นหอมรัญจวน-มี ปล่อยจรวดได้!”

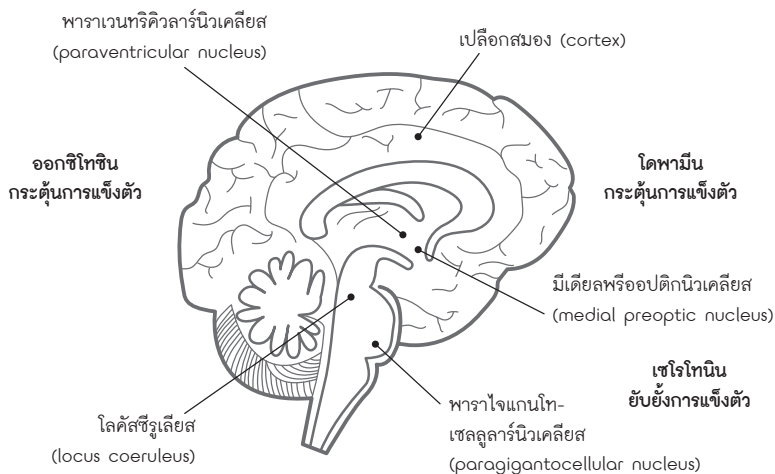
แต่ก็ไม่ใช่ว่าการรับสัมผัสจะนำพึงพอใจไปทั้งหมด เสียงแสบแก้วหูหรือกลิ่นไม่พึงประสงค์ (หรือรสชาติก็ด้วย) อาจทำให้ภารกิจล้มได้ สัญญาณที่ไม่พึงประสงค์เหล่านี้จะกระตุ้นส่วนอื่นๆ ของสมองให้ข่มสัญญาณที่จะไปหลั่งโดพามีนและออกซิโทซินไว้ ในทางกลับกัน สัญญาณพวกนี้จะถูกส่งไปกระตุ้นเส้นประสาทซิมพาเทติกให้ไปกระตุ้นอะดรีนาลีนให้หลั่งออกจาก

ต่อมหมวกไต อะดรีนาลีนนี้จะไหลผ่านกระแสเลือดพร้อมกับอะดรีนาลีนที่เส้นประสาทซิมพาเทติกหลั่งออกมา และไหลไปยังผนังหลอดเลือดเพื่อปิดกั้นการไหลเวียนของเลือดที่ไหลเข้าสู่องคชาตของคุณ ทำให้ภารกิจล้มเลิก

ทีมควบคุมภารกิจของคุณมีทั้งแผนสำรองและระบบความปลอดภัย เช่นเดียวกับนาซา แม้ว่าอาจจะไม่มีสัญญาณใดๆ จากประสาทสัมผัส สมองก็ยังสร้างสัญญาณที่จำเป็นต่อการแข็งตัวได้จากเพียงแค่การจินตนาการถึงเรื่องทางเพศ ความคิดเรื่องอื่นๆ หรือแม้แต่ความทรงจำก็ได้ สัญญาณในสมองหลากหลายอย่างสามารถกระตุ้นการหลั่งฮอร์โมนเพศเทสโทสเตอโรนได้ เทสโทสเตอโรนช่วยเสริมความรู้สึกถึงความต้องการให้ชัดเจนรุนแรงขึ้น นอกจากนี้ยังช่วยให้เนื้อเยื่อขององคชาตยืดหยุ่นและมีสุขภาพดีอยู่เสมอ ทำให้เกิดการแข็งตัวที่ดีขึ้น

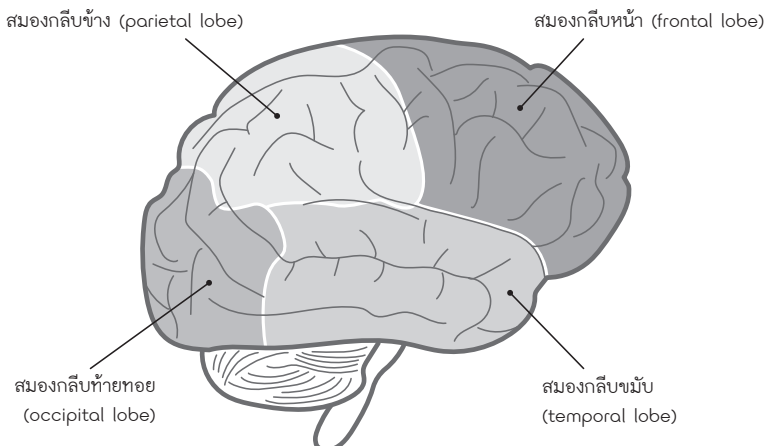
สมองสั่งการ

แม้จะมีสวิตช์ที่อาจจู่ระเบิดทั้งหมดนี้ได้ แต่ความจริงแล้วสมองพยายามล้มเลิกการปล่อยจรวดของเราอยู่เกือบตลอดเวลา สมองส่วนลึกของเราซึ่งดูและระบบที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตพื้นฐานนอกอำนาจจิตใจ มีปมประสาทต่างๆ ที่ส่งสัญญาณไปตามกระดูกสันหลังและทั่วสมองให้หลังสารเคมีที่มีศักยภาพสูงชื่อเซโรโโทนิน (serotonin) ออกมา เซโรโโทนินจะขัดขวางเส้นประสาทพาราซิมพาเทติกที่ไปยังองคชาต และหยุดกิจกรรมของออกซิโทซินในสมองที่เกิดก่อนการแข็งตัว ถึงอย่างนั้นเซโรโโทนินเองก็มีส่วนสำคัญในการรักษาอารมณ์ให้เป็นปกติ และนี่คือสาเหตุว่าทำไมยารักษาอาการซึมเศร้าหลายชนิดจึงออกฤทธิ์โดยใช้การกระตุ้นเซโรโโทนิน ข้อเสียของคนที่ใช้ยารักษาอาการซึมเศร้าแบบนี้คืออาจทำให้แข็งตัวได้ยาก รวมถึงอาจสูญเสียความต้องการทางเพศไปเลย



รูปที่ 14 ศูนย์ควบคุมสมองส่วนลึกที่ควบคุมการแข็งตัว

ในระดับที่ควบคุมจากจิตสำนึกได้มากขึ้น สมองกลีบหน้าของเรา (เป็นส่วนที่เราใช้ประมวลเรื่องการตัดสินใจ เรื่องทางเพศ รวมถึงเป็นส่วนที่ทำหน้าที่หลักในการทำงานที่ซับซ้อนอื่นๆ) และสมองกลีบขมับ (เป็นส่วนที่เราใช้ประมวลเรื่องอารมณ์และภาษา) จะส่งสัญญาณต่างๆ อย่างต่อเนื่องเพื่อยับยั้งพฤติกรรมทางเพศและการแข็งตัว นี่อาจเป็นเหตุผลว่าทำไมเมื่อคุณนอนหลับและศูนย์ควบคุมเหล่านี้หยุดการทำงานไป คุณมักจะแข็งตัวอยู่บ่อยครั้งและอาจตื่นมาพร้อมกับการแข็งตัว (เคารพรงชาติตอนเช้า) ในบางกรณีที่หายากของผู้ป่วยด้วยโรคที่บาดเจ็บที่สมองหรือจำเป็นต้องผ่าตัดสมองส่วนนี้ออก พวกเขาอาจจะกลายเป็นคนที่มีความต้องการทางเพศสูงจนแสดงออกอย่างก้าวร้าวหรือไม่เหมาะสม ทั้งยังต้องการร่วมเพศหรือสำเร็จความใคร่อยู่ตลอดจนส่งผลกระทบต่อชีวิตประจำวันด้านอื่นๆ ดูเหมือนว่าสมองของเราจะยับยั้งไม่ให้ตัวเราระเบิดเรื่องเพศออกมา แต่จะสงวนการปล่อยจรวดเอาไว้เมื่อมีโอกาสเหมาะสมแทน



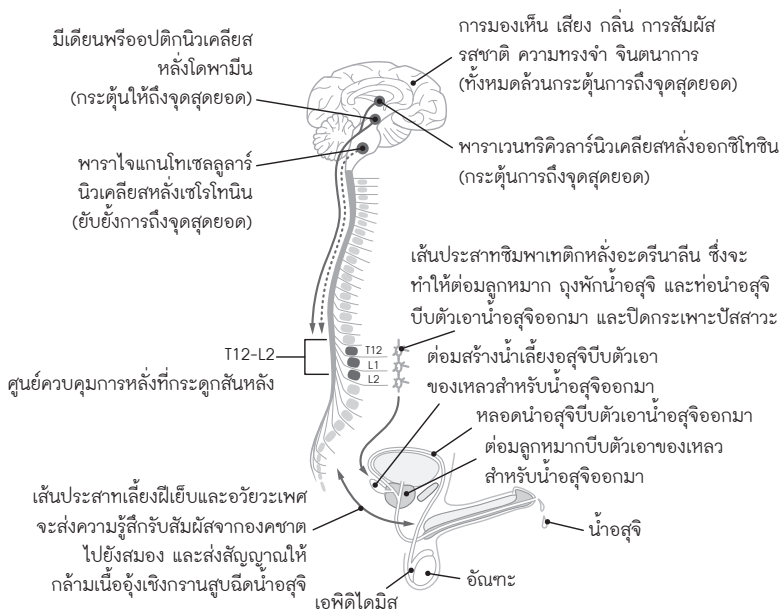
รูปที่ 15 ศูนย์ควบคุมภายใต้อำนาจจิตใจของการแข็งตัว

ยิ่งรู้ว่าการแข็งตัวเกิดขึ้นได้อย่างไรมากเท่าไร คุณก็จะยิ่งกังวลกับมันน้อยลง ทั้งยังสามารถระบุปัญหาได้ดีขึ้นหากมีบางอย่างผิดปกติ และยิ่งเข้าใจกระบวนการที่เป็นปัจจัยสำคัญเท่าไร คุณยิ่งให้คุณค่ากับการปฏิบัติตนที่ดีต่อสุขภาพมากขึ้น ซึ่งจะช่วยให้คุณรักษาการทำงานของระบบทั้งหลายได้อย่างเหมาะสมและส่งผลให้จรรยาของคุณไปถึงฝั่งฝันได้ครั้งแล้วครั้งเล่า...

การหลอ้งและการถึงจุดสุดยอดอาจเป็นประเด็นที่ยากต่อการทำความเข้าใจ มีหลายสิ่งที่เรารู้ แต่ก็มีอีกหลายสิ่งที่เรายังไม่รู้ สิ่งที่เกี่ยวข้องกับการหลอ้งและการถึงจุดสุดยอดในเพศชายแตกต่างกันหลากหลาย และมักจะเป็นสิ่งน่าพิศวง ไล่ตั้งแต่ฝันเปียกไปจนถึงครีมทาผิว แผลงชายหนังสือมักจะเต็มไปด้วยนิตยสารที่พูดถึงเทคนิคการถึงจุดสุดยอดล้ำสุดและยอดเยี่ยมที่สุดสำหรับสาว ๆ แต่แทบไม่เคยเห็นเล่มไหนพูดถึงเลยว่าอะไรที่ทำให้ผู้ชายสูบ-สอด-เสร็จได้บ้าง บทนี้จะอธิบายว่าผู้ชายเสร็จได้อย่างไร และทำให้ผู้ชายเสร็จเร็วไป ช้าไป หรือไม่เสร็จเลย

เสร็จได้อย่างไร

เมื่อเราพูดถึงเรื่องการเสร็จ สองห่วย่อมดีกว่าห่วยเดียว ทั้งห่วยล่าง (ตรงหว่างขาของคุณ) ห่วยบน (บนป้าของคุณ) จะสร้างสัญญาณสำคัญที่กระโดดจากเส้นประสาทหนึ่งไปยังอีกเส้นประสาทหนึ่ง แล้วพุ่งไปตามทางเพื่อไปเจอกับส่วนที่ทำหน้าที่เฉพาะในกระดูกสันหลังส่วนล่างซึ่งมีชื่อว่า “ศูนย์ควบคุมการหลอ้งที่กระดูกสันหลัง” ศูนย์ควบคุมการหลอ้งที่กระดูกสันหลังคือที่เหนียวไวก๊อปปี้ของคุณอย่างที่คุณอาจจะกำลังคิดอยู่ มันเป็นเหมือนปุ่มกดเพื่อยิงจรวด เพราะมีเพียงสัญญาณอันเป็นรหัสเฉพาะเจาะจงเท่านั้นที่จะสั่งให้มันทำงานได้สำเร็จ และต่อไปนี่คือสิ่งที่จะเกิดขึ้น

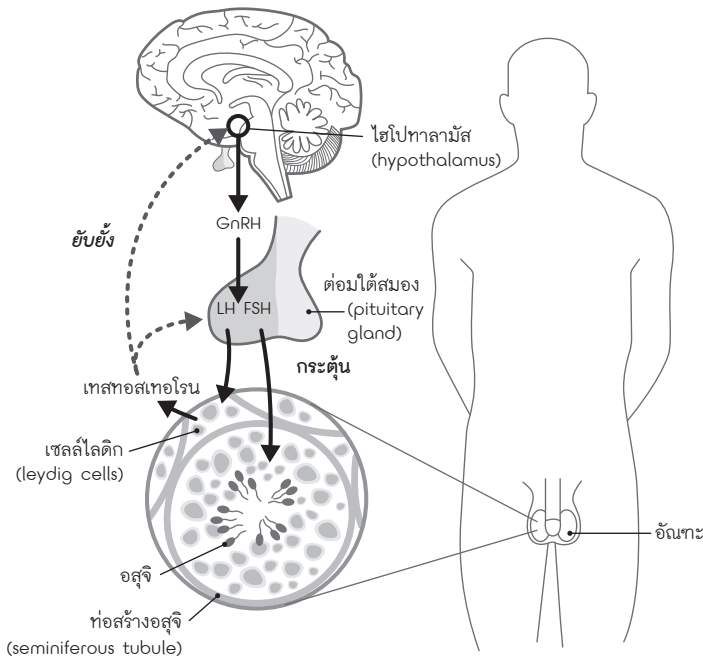


รูปที่ 1 การกระตุ้นให้ถึงจุดสุดยอด

ความรู้สึกรับสัมผัส ความดัน และการสั่นสะเทือนจากองคชาตจะเข้าสู่ “ลำดับขั้นตอนเพื่อปล่อยตัว” และจะเปรียบเทียบกับลำดับขั้นตอนที่เกิดจาก อวัยวะรับสัมผัสอื่นๆ ขณะส่งข้อมูลไปยังหัวบน การมองเห็นเป็นประสาทสัมผัส สำคัญที่สุดอย่างหนึ่งที่ปลุกเร้าผู้ชายได้ และภาพที่กระตุ้นความรู้สึกทางเพศได้ ก็แตกต่างกันออกไปในผู้ชายแต่ละคน ไส้ตั้งแต่ภาพเครื่องเพศที่สั่นระร่ว ในมุมใกล้ไปจนถึงจังหวะบังเอิญเหลือบไปเห็นต้นคอของคู่ของคุณ สิ่งที่คุณ เห็นทางสายตาและทำให้คุณชุ่มช้ำได้อาจเป็นอะไรที่เฉพาะตัวคุณมาก ๆ ในขณะเดียวกัน ตัวกระตุ้นทางประสาทสัมผัสอื่นๆ ก็จะมีหลังไหลเข้ามาด้วย ไม่ว่าจะเป็นกลิ่นชั้นที่กระตุ้นอารมณ์ (กลิ่นยางหรือเปล้า) การสัมผัสที่กระตุ้น อารมณ์ (สัมผัสแผ่วเบา การนวด หรือแม้แต่การฟาด) เสียงที่กระตุ้นอารมณ์ (เสียงลมหายใจ เสียงคราง หรือการพูดแบบวาวหวิวให้เกิดอารมณ์)

และรสชาติที่กระตุ้นอารมณ์ (ผิวหนังเค็ม ๆ ริมฝีปากเปียก ๆ หรือแม้แต่หยดน้ำผึ้ง) แต่นั่นก็เป็นแค่ประสาทสัมผัสพื้นฐานทั้งห้าเท่านั้น เมื่อรวมจินตนาการ ความคิด และความทรงจำที่โลดแล่นไปมาในเปลือกสมองเข้าไปด้วยก็จะเกิดการปะติดปะต่อที่น่าสนใจขึ้นมา

ส่วนที่ลึกในสมองซึ่งทำงานนอกอำนาจจิตใจจะปล่อยฮอร์โมนเพศและสารเคมีที่ทำหน้าที่เฉพาะอื่น ๆ ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของลำดับขั้นตอนเพื่อปล่อยตัว



รูปที่ 2 สมองส่วนลึกควบคุมการทำงานของเทสโทสเทอโรน

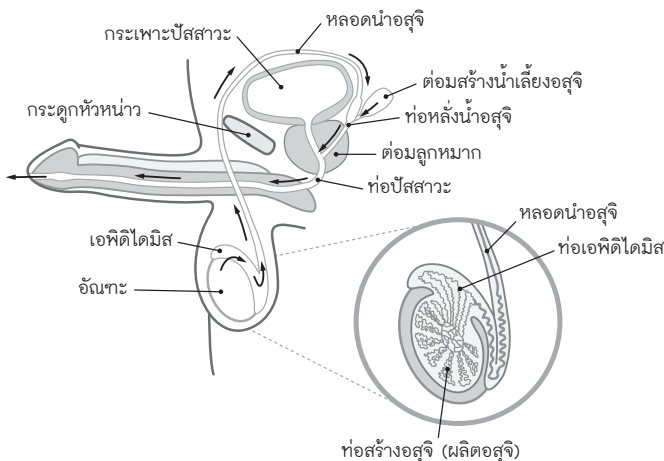
ไฮโปทาลามัสกับต่อมใต้สมองเป็นสมองส่วนลึกที่อยู่ใต้เปลือกสมอง และใกล้กับตรงกลางของสมอง ถ้าคุณแทงดินสอเข้าไปในจมูก ดินสอจะแทงไปถึงส่วนนี้ได้ ต่อมเหล่านี้จะหลั่งฮอร์โมนต่างๆ เข้าไปในกระแสเลือด เพื่อกระตุ้นให้อวัยวะผลิตอสุจิและเทสโทสเทอโรนออกมา เทสโทสเทอโรนจะไหลเวียนกลับเข้าไปยังสมองซึ่งเป็นจุดที่จะกระตุ้นไฟสวาทขึ้น มันทำให้สิ่งต่างๆ ดูเซ็กซี่ขึ้น รวมถึงมีกลิ่น มีรสชาติ มีสัมผัส และมีเสียงที่เซ็กซี่ขึ้น! ทั้งยังช่วยกระตุ้นความคิดและจินตนาการทางเพศอีกด้วย นอกจากนี้ ศูนย์ควบคุมที่อยู่ในสมองส่วนลึกนี้ยังหลั่งฮอร์โมนที่ยอดเยียมชื่อออกซิโทซิน ซึ่งมีจะถูกกล่าวถึงว่าเป็น “ยาเสน่ห์” ออกซิโทซินทำให้ผู้คนต้องการชุกกอด และสร้างความผูกพันกัน มันช่วยเสริมสร้างความรู้สึกเชิงบวกในสมอง และกระตุ้นศูนย์ควบคุมการหลั่งที่กระตุกสันหลังโดยตรง ตัวกระตุ้นลำดับที่ 3 จากศูนย์ควบคุมในสมองคือโดพามีน ยังมีโดพามีนมากเท่าไรจะยิ่งฟินตัว หลังจากการหลั่งและสามารถต่อรอบ 2 หรือรอบ 3 ได้เร็วมากขึ้นเท่านั้น (อ่าว หนุ่มแน่นนะเนะ!)

สัญญาณและสารเคมีต่างๆ ทั้งหมดเหล่านี้ต่างก็ช่วยส่งเสริมให้เกิดการหลั่ง จึงไม่น่าแปลกใจที่มันเกิดขึ้นรวดเร็วมาก! แต่ยังมีส่วนหนึ่งของสมองซึ่งทำหน้าที่คอยเหยียบเบรกและมันอยู่ตรงส่วนฐานล่างสุดของสมองหรือ “ก้านสมอง” ก่อนจะเชื่อมต่อไปกระตุกสันหลัง บริเวณนี้มีชื่อว่าเมดัลลา (*medulla*) เป็นส่วนที่สำคัญมากและเป็นพื้นฐานในการควบคุมการหายใจ การไหลเวียน และที่น่าสนใจก็คือการหลั่ง บริเวณนี้คือจุดที่หลั่งเซโรโทนินออกมา เซโรโทนินเป็นสารที่ทำให้คุณรู้สึกดีเช่นเดียวกับออกซิโทซิน แต่ด้วยวิธีที่แตกต่างกันออกไป และเซโรโทนินแตกต่างจากออกซิโทซินตรงที่มันจะขัดขวางศูนย์ควบคุมการหลั่งที่กระตุกสันหลัง ยารักษาโรคซึมเศร้าหลายตัวออกฤทธิ์โดยเพิ่มเซโรโทนินในสมอง ซึ่งจะช่วยให้คุณรู้สึกมีความสุขมากขึ้น แต่ก็อาจมีผลข้างเคียงในด้านการขัดขวางการถึงจุดสุดยอดทางเพศได้เช่นกัน

สัญญาณสั่งปิดอื่นๆ ได้แก่ สิ่งกระตุ้นหรือความคิดต่างๆ ที่สร้างความ
 หันเห สำหรับคนส่วนใหญ่ เมื่อรถไฟออกจากสถานีแล้วมันก็จะอยู่บนราง
 แต่ความวิตกกังวลด้านสมรรถภาพที่จะไปให้ถึงจุดสุดท้ายอดอาจทำให้สมอง
 ไขว่ต่อสิ่งหันเหได้ง่าย เสียงที่ไม่คาดคิดว่าจะได้ยินหรือกลิ่นไม่พึงประสงค์
 อาจทำให้รถไฟแห่งรักของคุณที่กำลังห่อหุ้มยานตราง ความคิดที่เข้ามา
 รบกวนอย่างเรื่องงานอาจจะโผล่ขึ้นมาแล้วเปลี่ยนความชุ่มชื้นเป็นซึมเศร้าได้
 แต่ถึงอย่างไรก็จะมีจุดหนึ่งที่ไม่สามารถย้อนกลับได้แล้ว ซึ่งนักวิทยาศาสตร์
 เรียกว่า “จุดหลีกเลียงการหลั่งไม่ได้” ที่จุดนี้เส้นประสาทซิมพาเทติกที่ไล่
 จากกระดูกสันหลังลงไปยังกระดูกอุ้งเชิงกรานจะเข้ามาบีบเทาและหลัง
 อะดรีนาลีน ซึ่งนำไปสู่การ “ปล่อยน้ำ”

เอาไปกินซะ!

มาดูกันใกล้ๆ ดีกว่าว่าเกิดอะไรขึ้นระหว่างการหลั่งน้ำอสุจิ (คุณอาจ
 อยากใส่แว่นนิรภัยป้องกันไว้นะ)



รูปที่ 3 เส้นทางของอสุจิ