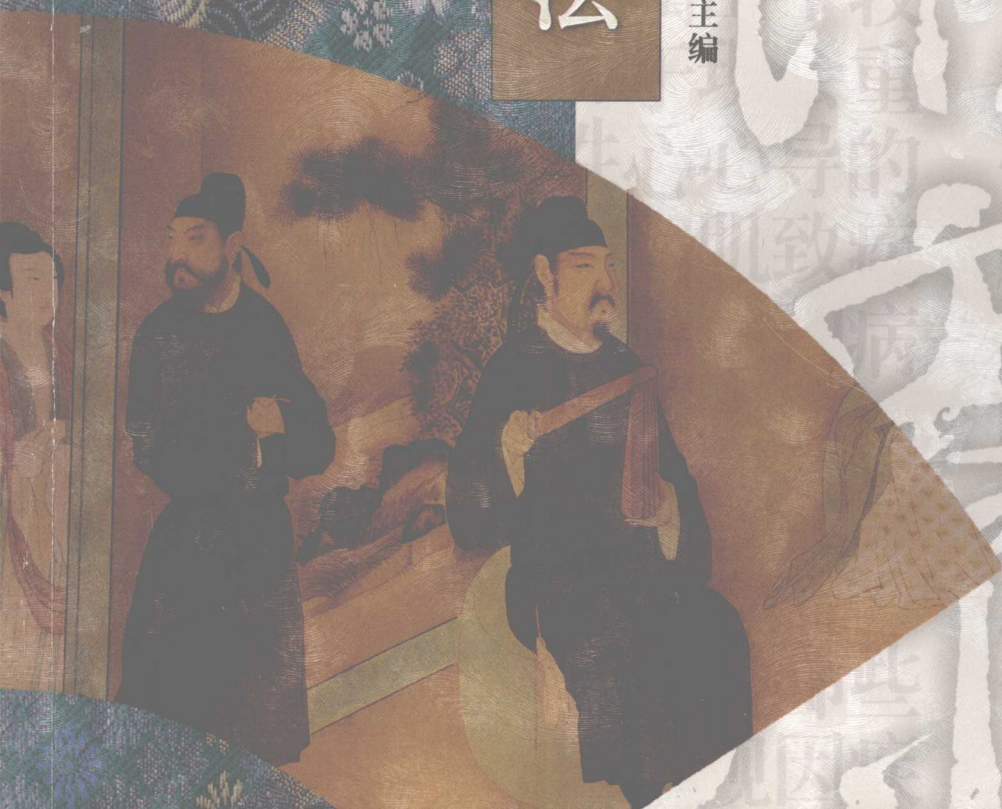



性功能障碍治疗丛书

# 早泄治疗

# 撈法

宁国强 赖小林 主编



  
江西出版集团  
江西科学技术出版社

性功能障碍治疗丛书

# 早泄治疗 撈法



江西出版集团  
江西科学技术出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

早泄治疗八法/宁国强等 主编. —南昌:江西科学技术出版社,2008.4

(性障碍治疗小丛书)

ISBN 978 - 7 - 5390 - 3325 - 9

I. 早… II. 宁… III. 早泄—治疗 IV. R698.05

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 038176 号

国际互联网(Internet)地址:<http://www.jxkjcs.com>

选题序号:KX2006073

图书代码:D08042 - 101

早泄治疗八法

宁国强等 主编

---

出版 江西出版集团·江西科学技术出版社  
发行 江西出版集团·江西科学技术出版社  
社址 南昌市蓼洲街2号附1号  
邮编:330009 电话:(0791)6623491 6639342(传真)  
印刷 江西农大印刷厂  
经销 各地新华书店  
开本 787mm×1092mm 1/16  
字数 150千字  
印张 7  
印数 3000册  
版次 2008年5月第1版 2008年5月第1次印刷  
书号 ISBN 978 - 7 - 5390 - 3325 - 9  
定价 15.00元

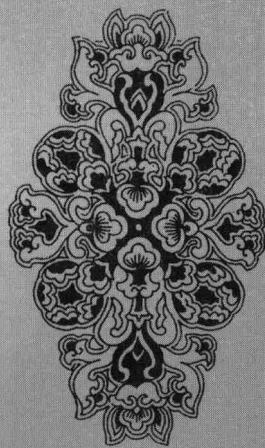
---

(赣科版图书凡属印装错误,可向承印厂调换)

主 编 宁国强 赖小林  
编 著 者 宁国强 赖小林  
谢居峰 谢祝隐  
胡德文 徐 湘



# 目录



◆有关早泄的基本知识 /001

◆祖国传统医学对早泄的分类及其治疗原则

/004

◆早泄治疗八法 /008

第一法：在医生指导下巧用中药治疗早泄

/008

第二法：巧用食品治疗早泄 /031

第三法：巧用药膳治疗早泄 /41

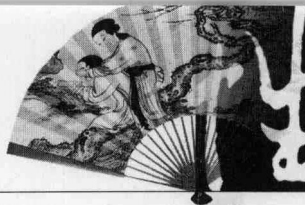
第四法：巧用药茶治疗早泄 /063

第五法：巧用药酒治疗早泄 /77

第六法：运用按摩法治疗早泄 /093

第七法：早泄的心理治疗 /102

第八法：其他的治疗早泄方法 /105



## 有关早泄的基本知识

### (一) 早泄的概念

早泄是男子性功能障碍中最常见的症状,其原因主要是精神因素和局部刺激,如过分紧张和激动,储精过满并遇到外界刺激而引起脊髓射精中枢兴奋性增高,或身体疲劳、精力不足、纵欲过度引起的神经衰弱等。此外,早泄者的首次射精往往是在紧张和唯恐被发现的环境下进行,因而射精太急太快,以致在以后松弛的性生活中也改变不了这种已经形成的快速射精的习惯。严格地说,性交时阴茎未入阴道或插入后不到2分钟即行射精而且长期如此者,才能被称之为早泄。

早泄如果发生在首次性交时称为原发性早泄,如发生之前曾有过一个时期满意的性生活则称为继发早泄。欲“成为男子汉”而无法自持的早泄、新婚紧张及经验不足的早泄、环境及健康状况等临时性变化而在性生活中偶尔发生一两次的早泄都不宜称为“病态性早泄”。

早泄是一种射精功能障碍性疾病。

射精是一个独立的反射活动,射精过程是通过泌尿生殖道各部分一系列协调的动作来完成的。传入冲动来自阴茎龟头的摩擦刺激,达到一定强度(或称阈值)后,经传入神经使腰骶段脊髓低级反射中枢兴奋,启动射精过程。男性在射精的过程中一般都有一种强烈的欣快感,射精后精液留存于性配偶阴道后部近于子宫口处,有利于配偶怀孕。射精后绝大多数男性对性刺激进入不应期。随着年龄的增长,射精的频率和每次射出的精液量逐渐减少,精液排出体外的力量(即会阴部肌肉收缩的力量)也在逐渐减弱,有时感觉不到精液伴随有节律的肌肉收缩排出体外,而是毫无感觉的自尿道缓慢流出。射精障碍主要以射精过快和不射精为常见。性交时阴茎在阴道中维持勃起的时间过短,或者刚刚勃起还未及送入阴道就提前射精了。

早泄的形成主要有两方面的因素。一是性感受过分敏感。射精是受大脑皮质所控制的一种反射,如果大脑的兴奋性过高,对脊髓内射精

中枢的抑制会减弱,稍有刺激就容易激发射精。所以,新婚或久别重逢时,高度兴奋、害怕早泄而造成精神过分紧张,会使射精过快,甚至双方生殖器尚未接触就发生射精。另外,阴茎局部过分敏感,龟头接触到女方阴道,或者插入后阴道内润滑、温暖和柔软的感觉,使射精很快发生。

### 1 心因性早泄

日常情况下,造成早泄的原因是多方面的。多数为心理性,主要是由于长期快速射精所造成的。心理性原因有性知识贫乏、婚前性行为、夫妻关系不融洽、怕性交会损害健康、环境条件差等。此外,有快速手淫射精病史的人也会出现早泄。青年早泄的许多男人,常常是妻子的“不耐烦”导致的。有不少年轻的妻子,视“性生活是下流的事”,因此,每次与丈夫过性生活总是催促丈夫“快点”完事,结果使丈夫成了“习惯性早泄”患者,女方也从来就感受不到性交高潮的快乐,结果造成无“性乐”的恶性循环,最终可能引起夫妻感情破裂。

### 2 器质性病变导致的早泄

器质性病变导致的早泄并不少见,如包皮系带过短、包茎、慢性前列腺炎、后尿道炎、精囊炎、精阜炎、脑脊髓病变、糖尿病、酒精或吗啡中毒等均可引起阴茎的充血、勃起而出现在性交时早泄。

此类早泄需要针对病因,进行治疗后才有可能被治好,或早泄症状得到缓解。

### 3 内分泌失调性早泄

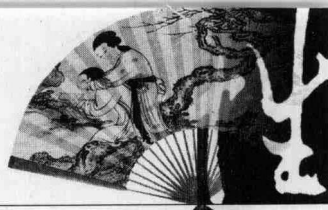
有些青壮年男子血内睾酮含量增高,使性兴奋阈值下降,射精中枢容易兴奋而过早射精。此类早泄需经过内分泌治疗才能治愈。

### 4 体质性早泄

多见于中老年人,体质较差,早泄症状较明显,并伴有腰膝酸软、精神萎靡、夜尿多、气短乏力、面色少华等病症。此类病人经过营养调养、中药调养,其早泄症状可大大改善。

### 5 体位性早泄

射精的速度和性交体位、阴茎抽动的幅度和速度以及女方的反应也有关。抽动的幅度大、速度快,就易于射精。若在抽动时,女方有意识地



收缩阴道,就会增强对阴茎的刺激而使射精加快。如果男女双方能默契配合,相互协调,体贴对方,随着实践经验的不断积累,性交时间可以逐渐延长,问题也就迎刃而解。

## (二) 尚不成熟的早泄诊断标准

严重的早泄是比较容易诊断的,如在接受性刺激后阴茎正常勃起,但在插入阴道之前,或正插入时,或刚刚插入尚未抽动,就发生了射精。阴茎已经插入阴道后射精,早泄的标准尚无统一的意见。目前对于诊断早泄有三种不同看法:一种是以性交持续的时间来判断;一种是以女方是否达到高潮来判断;一种是以能否随意控制射精的时间来定,各有优点。目前尚无十分理想的早泄诊断标准。





## 祖国传统医学对早泄 的分类及其治疗原则

早泄多与阳痿、遗精相伴而见,可由先天禀赋不足,年老体衰,肾气不足而致;可因情志不遂,郁而化火,扰动精室而致;可由房劳过度,或手淫不节,恣情纵欲损伤阴精,阴虚火旺内扰精室而致;或由湿热内蕴,下注阴器,封藏不固而致;可由思劳太过,或过度兴奋紧张,肝气郁结,损伤心脾,气血化源不足而致。在用中药、食品、药膳、药茶、药酒、按摩等方法治疗早泄时,可针对不同症状参考中医的分型,给予治疗。

### (一)肾气不足型

#### 1 临床症状

多见于中老年患者。早泄症状明显、伴性欲减退、腰膝酸软、精神萎靡、小便清长、夜尿频多、淋漓不清、舌质淡、脉细弱。

#### 2 病因病机

肾气不固,封藏失职,故早泄频作;肾气虚弱,命火不足故性欲减退;肾府失煦,故腰膝酸软;肾虚精关不固,气化失司则小便频多,甚或不禁。舌质淡,脉细弱。

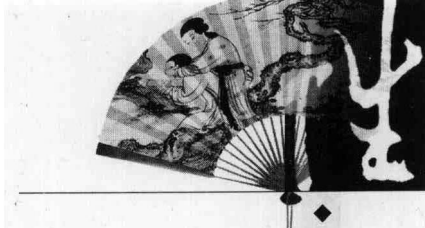
#### 3 治疗原则

益气固精。

#### 4 主治方剂及方解

方剂:金匱肾气丸加味。

方解:熟地、山萸肉、山药滋补肾阴;附子、肉桂温肾补阳以固肾气;泽泻、茯苓、丹皮于诸补药中行泻意,防药滋腻。加龙骨、牡蛎共起固精止泄、益气固精之效。



## (二) 阴虚火旺型

### 1 临床症状

可见于房劳过度,或有手淫史者。早泄症状明显,伴性欲亢进,腰膝酸软,五心烦热,潮热盗汗,眩晕耳鸣,便干溲黄,舌质红,脉细数。

### 2 病因病机

因房劳过度,久耗肾精,阴虚阳亢,热扰精室而致早泄;因肾精虚损,肾府失养而致腰膝酸软;因虚热扰心而致性欲亢进;因虚热内扰而致五心烦热;因潮热盗汗,精伤髓空而致眩晕耳鸣;因热盛伤阴而致便干溲黄。舌质红,脉细数。

### 3 治疗原则

滋阴降火。

### 4 主治方剂及方解

方剂:知柏地黄丸加味。

方解:知柏地黄丸滋补肝肾之阴,泻命门虚火,加龙骨、牡蛎固精止泻,共起滋阴降火固精之效。

## (三) 肝气郁结型

### 1 临床症状

多见于情志不畅者。早泄症状明显,伴抑郁寡欢,胁肋胀痛,胸闷口苦,喜长叹息,失眠多梦,舌质红,脉弦。

### 2 病因病机

因情志不遂,气机不舒,肝失条达,宗筋约束失职,精门不固而致早泄;因肝木郁滞,累及子脏而致心神失养,失眠多梦,肝脉过胁肋,郁滞不舒而致胁胀肋痛、胸闷;因肝胆相表里,郁久化火上炎而致口苦。

### 3 治疗原则

疏肝理气。

### 4 主治方剂及方解

方剂：柴胡疏肝散。

方解：柴胡、枳壳、香附、陈皮疏肝解郁，行气和中；白芍柔肝止痛，川芎活血行气，使肝气条达，宗筋约束，以止粗泄。

## (四) 心脾皆虚型

### 1 临床症状

多见于脑力劳动过重，或思虑过度，病后失养者。早泄症状明显，伴气短乏力，面色少华，心悸怔忡，失眠多梦，头昏健忘，便溏纳呆，舌质淡，脉细弱。

### 2 病因病机

因思劳伤及心脾，或病后气血两虚，摄精无力而致早泄；气血不足清阳无力上升而致头昏健忘；中气虚弱，血虚失荣而致气短乏力，面色少华；心血亏虚，心神失养而致心悸怔忡，失眠多梦；脾失健运而致纳呆便溏，舌质淡，脉细弱无力。

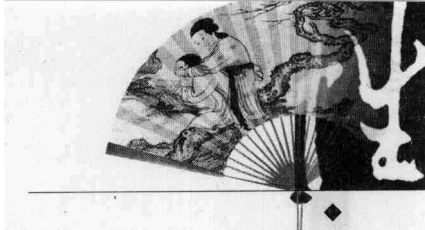
### 3 治疗原则

补益心脾，固精止泄。

### 4 主治方剂及方解

方剂：归脾汤加味。

方解：人参、白术、黄芪补益脾气；茯神、远志、枣仁、龙眼肉养心血宁心神；当归养血，借益气之药共同生血补血；木香调气机和脾胃、防滋腻，加金樱子、芡实涩精止泄，共起益心脾、固精止泄之功效。



## (五) 湿热下注型

### 1 临床症状

多发于嗜食肥甘辛辣者,或感受外界湿热之邪,邪毒下注而致。早泄症状明显,伴胸胁满闷,口苦纳呆,阴囊肿痒,小便黄赤,舌苔黄腻,脉滑数。

### 2 病因病机

因恣食肥甘厚味,湿热内生或外感湿热,蕴于肝经、循经扰及精室而致早泄;湿热下注阴器而致阴囊肿痒;热蕴肝经胆气上延而致口苦胁胀;湿热内蕴,脾失健运而致胸闷纳呆;湿热久郁,化火伤津而致小便黄赤。舌苔腻,脉滑数。

### 3 治疗原则

清泻湿热。

### 4 主治方剂及方解

方剂:龙胆泻肝汤加味。

方解:以胆草、栀子、黄芩苦寒清泻肝胆湿热;生地、当归养血和肝;泽泻、木通、车前子清利湿热,祛邪由小便排出;柴胡舒肝调气,共起祛肝胆湿热之效果。



## 早泄治疗八法

### 第一法：在医生指导下巧用中药治疗早泄

#### (一)冬虫夏草

冬虫夏草又名虫草、冬虫草。

冬虫夏草为麦角菌科真菌冬虫夏草菌寄生在蝙蝠蛾科昆虫绿蝙蝠蛾幼虫上的子座与虫体。主产于四川、云南、青海、甘肃、西藏等地。以虫体色黄发亮，丰满肥壮，断面黄白色，菌座短小者为佳。夏季前后挖取，去泥，晒干或烘干、生用。

#### 1 主要成分

冬虫夏草含粗蛋白(为 27.52%)；含 19 种游离氨基酸，其中多为人体必需氨基酸；还含钾、铁、钙、铬、镍、锰、铜、锌等 15 种微量元素以及维生素 B<sub>1</sub>、维生素 B<sub>12</sub> 和维生素 C 等；亦含两种糖醇类物质及虫草酸(即虫草素)、糖类。

此外，尚含有油酸、亚油酸、亚麻酸、棕榈酸、硬脂酸以及胆甾醇软脂酸、麦角甾酸过氧化物、麦角甾醇、生物碱和  $\beta$ -谷甾醇。

从冬虫夏草中可分离出嘧啶、腺嘌呤、腺嘌呤核苷。

从蛹草菌人工培养液中可分出一种代谢产物为蛹虫夏草菌素，系核苷类(嘌呤)抗生素。

#### 2 现代药理学研究发现

- (1)有扩张支气管作用。
- (2)有镇静及催眠作用。
- (3)对肠管、子宫及心脏有抑制作用。

- (4)对链球菌、葡萄球菌、炭疽杆菌以及皮肤真菌有抑制作用。  
(5)有抑制结核杆菌作用。

### 3 性味、归经及主治

- (1)性味:味甘,性温。  
(2)归经:归肾、肺经。  
(3)主治:肾虚所致的阳痿、遗精、腰膝酸痛、久咳虚喘、病后体虚不复;肺气亏损所致的劳嗽咳血。

### 4 用法、用量与配伍

(1)用法:煎汤服用;与鸭、猪肉、鸡等炖服,尤其与老鸭炖服为佳;入丸、散剂。

(2)用量:煎汤常用量5~10克;用冬虫夏草炖鸡、鸭、肉时,每次可用10~20克。

(3)配伍:

①冬虫夏草配杜仲、淫羊藿、肉苁蓉等,治疗肾虚阳痿早泄、腰膝酸痛。

②冬虫夏草配人参、五味子、黄芪等,治疗久咳虚喘,偏肺虚者。

③冬虫夏草配沙参、麦冬、阿胶、川贝等,治疗阴虚劳嗽、咯血。

### 5 治疗早泄举例

(1)治疗伴肾虚腰酸腿痛的早泄:

主证:腰酸腿痛,神疲乏力,阳痿、早泄、舌淡、苔白、脉细。

处方:冬虫夏草5克,续断10克,肉苁蓉10克。

用法:水煎服。一日三次。

(2)治疗肾阳亏虚所致的遗精、早泄:

主证:滑精,早泄,精液清稀,女子性冷淡,四肢无力,面色苍白,舌淡,苔薄白,脉弱。

处方:冬虫夏草5克,黄雀10克,生姜,精盐、味精各适量。

用法:将黄雀去毛,去内脏,洗净,切成块;将冬虫夏草、黄雀肉、姜片同入砂锅内,加水适量,用文火炖至雀肉熟烂,调入味精、精盐;冬虫夏草、雀肉、汤一起服食。

(3)辅助治疗伴哮喘的阳虚早泄病人:

主证:见喘咳每因气候变化而诱发,反复发作,喘促短气,腰膝酸软,

怯寒神疲，四肢不温，伴阳痿早泄，舌质淡，脉弱。

处方：冬虫夏草 30 克，鹿茸 15 克，白酒 1000 克。

用法：将鹿茸切片，冬虫夏草及鹿茸加工使碎，置容器中，加入白酒，每日振摇数下，浸泡 15 天后去渣，即成。

每日 2 次，每次服 10 克。

## 6 禁忌

- (1) 阴虚火旺者，不宜单独应用。
- (2) 外感风寒所致咳嗽、气喘者不宜用。

## (二) 淫羊藿

淫羊藿又名仙人脾。

淫羊藿为小蘗科草本植物淫羊藿、箭叶淫羊藿及心叶淫羊藿的全草。主产于陕西、四川、湖北、山西、广西等地。以枝梗少，色黄绿，叶片多，不破碎者为佳。春秋两季割收，晒干，切碎。生用或酥炒用。

### 1 主要成分

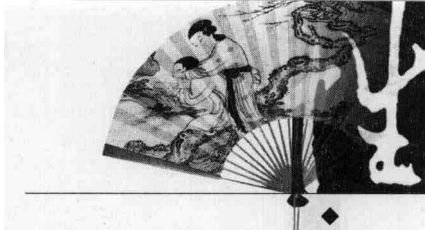
淫羊藿含淫羊藿甙、植物甾醇、棕榈酸、淫羊藿素、脂肪、维生素 E、生物碱、黄酮甙、皂甙、苦味质、鞣质、挥发油、蜡醇、油酸、亚油酸等。

### 2 现代药理学研究发现

- (1) 有促进精液分泌作用。
- (2) 有降血压作用。
- (3) 有降血糖作用。
- (4) 有提高 T 细胞比值，促进人体淋巴转化，增强吞噬细胞能力，兴奋性功能作用。

### 3 性味、归经及主治

- (1) 性味：辛、甘、温。
- (2) 归经：归肝、肾经。
- (3) 主治：早泄，阳痿，尿频，腰膝无力，风湿痹痛，肢体麻木，腰膝冷痛；更年期高血压。



#### 4 用法、用量与配伍

(1)用法:水煎服,也可浸酒、熬膏或入丸散。

(2)用量:常用量10~15克。

(3)配伍:

①淫羊藿配枸杞子、熟地、仙茅、肉苁蓉等,治疗早泄阳痿、腰膝无力。

②淫羊藿配益智仁、山药、桑螵蛸等,治疗阳虚尿频。

#### 5 治疗早泄举例

(1)治疗伴遗精的早泄:

主证:遗精,早泄,精液清稀,腰膝酸软,神疲畏寒,舌淡,脉细。

处方:淫羊藿300克,覆盆子200克,煅牡蛎150克,蜜糖适量。

用法:将以上各中药用文火焙干,共研细末,炼蜜为丸。

每日上、下午各服1次,每次服10克,用淡盐水送服。

(2)治疗肾阳亏虚所致的早泄:

主证:用于治疗肾阳亏虚所致的早泄,证见遗精早泄,精冷质稀,腰膝酸软,四肢不温,头晕目眩,夜尿多,性欲冷淡,舌质淡,脉沉迟。

#### 6 禁忌

(1)阴虚火旺者忌服。

(2)发热饮冷,舌红苔黄,便结尿黄者不宜服。

(3)阳强易举者,不宜服。

### (三) 胡桃肉

胡桃肉又名胡桃仁。

胡桃肉为胡桃科乔木植物胡桃的果实核仁。主产于河北、山西、山东等地。我国各地均有栽培。每年9~10月间果实成熟时采收,除去肉质外果皮,晒干敲破,取出种仁生用或炒用。

#### 1 主要成分

胡桃肉含蛋白质、碳水化合物、钙、磷、铁、胡萝卜素、核黄素、脂肪



油,其中主要为亚油酸、油酸、亚麻酸油甘油酯等。

## 2 现代药理学研究发现

- (1)有镇咳作用。
- (2)有使血溶蛋白增加降低血中胆固醇。
- (3)有支气管平滑肌有抗组织胺的致痛作用。

## 3 性味、归经及主治

- (1)性味:甘,温。
- (2)归经:归肾、肺经。
- (3)主治:肺虚引起的喘促短气,咽喉不利;肾虚引起的腰痛脚软;津亏肠燥导致的便秘。

## 4 用法、用量与配伍

- (1)用法:定喘止咳宜连皮用,润肠通便宜去皮用。
- (2)用量:常用量 10~30 克。
- (3)配伍:
  - ①胡桃肉配杜仲、补骨脂等,治疗肾虚早泄。
  - ②胡桃肉配人参、补骨脂等,治疗肺肾两虚的虚寒喘咳。
  - ③胡桃肉配火麻仁、肉苁蓉、当归等,治疗肠燥便秘。

## 5 治疗早泄举例

(1)治疗肾阳气滑、精血亏损所致的滑精早泄:

主证:滑精、早泄,形寒肢冷,夜尿多,面色萎黄,舌质淡,苔薄,脉弱。

处方:核桃仁 30 克,黄芪 15 克,山萸肉 10 克,熟地黄 10 克,补骨脂 10 克。

用法:水煎服。每日早、晚各 1 次。

(2)辅助治疗有用脑过度表现的阳虚梦遗及早泄:

主证:因用脑过度而致的失眠梦多者,证见睡眠不深,多梦易醒,头晕耳鸣,心悸健忘,腰酸背痛,梦遗,早泄,纳差倦怠,舌质淡,苔薄白,脉细弱。

处方:核桃仁 250 克,桂圆肉 250 克,枸杞子 250 克,白糖 150 克,糯米酒 500 克,白酒 5000 克。

用法:将核桃仁、桂圆肉、枸杞子、白糖装入布袋,置容器中,加入糯