

丛书·常见病防治系列

一本书



读懂

男人



健康

主编 孙自学 门 波

中原出版传媒集团
中原农民出版社



一本书 读懂男人健康

主编 孙自学 门 波

中原出版传媒集团
中原农民出版社
· 郑州 ·

图书在版编目(CIP)数据

一本书读懂男人健康/孙自学,门波主编. —郑州:
中原出版传媒集团,中原农民出版社,2012.5
(医药科普丛书/温长路主编. 常见病防治系列)
ISBN 978-7-80739-549-2

I. ①一… II. ①孙…②门… III. 男性生殖器疾
病-防治-问题解答 IV. ①R697-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 249945 号

出版:中原出版传媒集团 中原农民出版社

(地址:郑州市经五路 66 号 电话:0371—65751257

邮政编码:450002)

发行单位:全国新华书店

承印单位:辉县市伟业印务有限公司

开本:710mm×1010mm 1/16

印张:18

字数:256 千字

版次:2012 年 5 月第 1 版 印次:2012 年 5 月第 2 次印刷

书号:ISBN 978-7-80739-549-2 定价:25.00 元

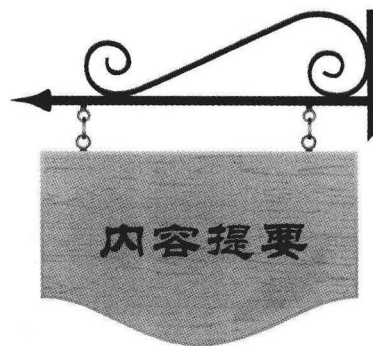
本书如有印装质量问题,由承印厂负责调换

医药科普丛书·常见病防治系列
编委会

主 编 温长路
编 委 (按姓氏笔画排序)

门 波	王 浩	王西京
毛常峰	朱明军	刘金权
孙自学	李 晖	张 翥
张延群	张建福	谢英彪

本书主编 孙自学 门 波



男人的健康直接影响到家庭的和睦与幸福，而性生活又是夫妻间感情的纽带，所以男性朋友掌握一些生殖健康知识及养生之道非常重要。本书采用一问一答的形式，将专家临床遇到的、患者关心的问题用通俗的语言进行了相应的回答。全书紧紧围绕男性生殖疾病这个话题，详细解答了男性不育、慢性前列腺炎、良性前列腺增生和前列腺癌、男性功能障碍、男性常见性传播疾病以及男性其他疾病的原因、症状、手术治疗、西药治疗、中药治疗、食疗、按摩等。相信男性朋友读过这本书后，遇到此类问题时，便能心中有数，急而不慌，知道应对措施，及时就医。

人类疾病谱虽然不断发生着变化,但常见病依然是影响健康长寿的最主要因素。以最多见的慢性病为例,心脑血管疾患、恶性肿瘤、呼吸系统疾病、糖尿病每年的死亡人数分别为1700万、760万、420万、130万,占世界死亡人数的85%左右,其中有30%的死亡者年龄还不足60岁。我国的情况也不乐观,政府虽然逐年在增加医疗投资,但要解决好13亿人口的健康问题,还必须循序渐进,抓住主要矛盾,首先解决好常见病的防治问题。如何提高人们对健康的认知、对疾病的防范意识,是关系国计民生的紧迫话题,也自然是医药卫生工作者的首要任务。

2009年10月,在长春市召开的庆祝中华人民共和国成立60周年全国中医药优秀科普著作颁奖大会上,中原农民出版社的刘培英编辑提出了要编纂一套《医药科普丛书·常见病防治系列》的设想,并拟请我来担任这套丛书的主编,当时我就表示支持。她的设想,很快得到了中原农民出版社领导的全力支持,被列为2011年河南省新闻出版局的重点选题。2010年,他们在广泛调查研究的基础上,筛选病种、确定体例、联系作者,试验性启动少量作品。2011年,在取得经验的前提下,进一步完善编写计划,全面开始了这项工作。在编者、作者和有关各方的通力合作下,《一本书读懂高血压》、《一本书读懂糖尿病》、《一本书读懂肝病》、《一本书读懂胃病》、《一本书读懂心脏病》、《一本书读懂肾脏病》、《一本书读懂皮肤病》、《一本书读懂男人健康》、《一本书读懂女人健康》、《一本书读懂孩子健康》、《一本书读懂颈肩腰腿痛》和《生儿育女我做主》12本书稿终于脱颖而出,在龙年送到了读者面前,这的确是一件不同寻常的新春礼物!

在反映疾病的防治方法上,如何处理好中西医学的关系问题,既是个比较敏感的话题,又是个不容回避的问题。我们的态度是,要面对适应健康基本目的和读者实际需求的大前提,在尊重中西医学科各自理念的基础上,实现二者的结合性表述:认知理念上,或是中医的或是西医的;检查手段上,多是西医的;防治方法上,因缓急而分别选用中医的或西医的。作为这套书的基本表述原则,想来不必羞羞答答,还是说明白了好。毋庸遮掩,这种表述肯定会存在有这样或那样的不融洽、不确切、不圆满等不尽如人意处,还需要长期的探索和艰苦的磨合。

东方科学与西方科学、中医与西医,从不同的历史背景之中走来,这是历史的自然发展。尽管中医与西医在疾病的认识上道殊法异,但殊途同归,从本质上看,中西医之间是可以互补的协作者。中西医之间要解决的不是谁主谁次、谁能淘汰谁的问题,而是如何互相理解、互相学习、互相取长补短、互相支持、互相配合的问题。这种“互相”关系,就是建立和诠释“中西医结合”基本涵义的出发点与归宿点。人的健康和疾病的无限性与医学认识活动的有限性,决定了医学的多元性。如果说全球化的文化样态必然是不同文化传统的沟通与对话,那么,全球时代的医疗保健体系,必然也是不同医疗文化体系的对话与互补。当代中国医疗保健体系的建立,必然是中西医两大医学体系优势互补、通力合作的成果。中西医长期并存、共同发展,是国情决定、国策确立、国计需求、民生选择的基本方针。从实现中华民族复兴、提高国民健康素质和人类发展进步的共同目标出发,中西医都需要有更多的大度、包容、团结精神,扬长避短,海纳百川,携手完成时代赋予的共同使命。医学科普,是实现中西医学结合和多学科知识沟通的最佳窗口和试验田。不管这一认识能不能被广泛认可,大量的医学科普著作、养生保健讲座实际上都是这样心照不宣地进行着的,无论是中医的还是西医的。

世界卫生组织称,个人的健康和寿命 60% 取决于自己、15% 取决于遗传、10% 取决于社会因素、8% 取决于医疗条件、7% 取决于气候的影响,这就明确告诉我们,个人的健康和寿命,很大程度取决于自己。“取决”的资本是什么? 是对健康的认知程度和对健康正负因素的主动把握,其中最主要的就是对疾病预防问题的科学认识。各种疾病不仅直接影响到人的健康和生活质量,而且严重影响到人的生存状况和寿命。我国人均寿命从新中国成立之始的 35 岁升高到 2005 年的 73 岁,重要原因之一就是疾病防治手段不断得到改善和提高。如果对疾病防控的技术能够再提高一些,这个数字还有上升的余地。摆在读者面前的这套《医药科普丛书·常见病防治系列》,就是基于这种初衷而完成的,希望读者能够喜欢它、呵护它、帮助它,让它能为大家的健康给力!

新书出版之际,写上这些或许不着边际的话,权以为序。

于书路

2012 年春 于北京

男性不育

1	啥是男性不育症	1
2	男性不育患者如何看医生	1
3	精液由哪几部分组成	2
4	哪些精子质量异常病症可以引起男性不育	3
5	为啥会出现男性不育	4
6	啥是白细胞精子症？它是如何引起男性不育的	7
7	男性不育患者必须做精液分析吗	7
8	如何采集精液标本	8
9	采集精液标本时应注意哪些事项	9
10	如何看精液分析单	9
11	精子活率和精子活动力是不是一回事	11
12	畸形精子过高会生下畸形孩子吗	12
13	为啥要为男性不育患者做体格检查	13
14	何为精浆生化检查？该项检查有何意义	15
15	精液分析各项指标都正常，为啥妻子不能怀孕	17
16	啥是男性免疫性不育	18
17	用避孕套能治疗男性免疫性不育吗	19
18	增加性交次数能提高受孕率吗	20
19	性病能引起男性不育吗	21
20	得过流行性腮腺炎(痄腮)会影响生育吗	22
21	得过结核会引起不育吗	23
22	不做睾丸活检能判定少精子症或无精子症的病因吗 ...	25
23	查找引起精子质量低下的原因需要做哪些检查	26

24	无精子症患者还能生自己的孩子吗	27
25	通过治疗 Kallmann 综合征患者还能生育吗	29
26	为啥不育症的疗程较长	30
27	精液液化不良可引起男性不育吗	30
28	治疗精液液化不良不育要注意哪些问题	32
29	用于精液液化不良不育的食疗方有哪些	33
30	精液量过少能引起男性不育吗	34
31	精液量过多会引起男性不育吗	35
32	精索静脉曲张不育患者是否必须手术	35
33	不育是否都是“肾虚”造成的	37
34	哪些性功能异常能引起男性不育	39
35	得了男性不育是看中医好还是看西医好	41
36	如何识别男性不育的治疗骗局	43
37	男性朋友如何自我判断生殖能力是否正常	45
38	不育症患者在治疗过程中需要避孕吗	47
39	男性对自己生殖能力的判定存在哪些误区	48
40	男性在日常生活中如何保护生殖能力	49
41	对精液检查认识的误区有哪些	50
42	何为人工授精？何种情况下可以用该技术	52
43	何为卵胞浆内单精子显微注射技术？哪些原因引起的 男性不育可以使用该技术	52
44	治疗男性不育常用的西药有哪些	53
45	治疗男性不育常用的中成药有哪些	54
46	不育症患者有哪些饮食宜忌	56
47	治疗不育症常用的单方、验方有哪些	57
48	男性不育常用的食疗方有哪些	58
49	怎样提高男性不育的治疗效果	59
50	怎样预防男性不育的发生	61

慢性前列腺炎

1	前列腺是一个什么样的器官	63
2	啥是前列腺炎	64
3	尿频就是得了前列腺炎吗	64
4	阴囊潮湿就是前列腺炎吗	65
5	为啥会得前列腺炎	65
6	慢性前列腺炎要做哪些必要的检查	66
7	尿流率检查对慢性前列腺炎患者有无必要	67
8	影响前列腺液检查结果的因素有哪些	68
9	做 B 超检查能确诊前列腺炎吗	69
10	怎样自我判断慢性前列腺炎	69
11	慢性前列腺炎应与哪些疾病相区别	70
12	慢性前列腺炎会引起哪些并发症	72
13	哪些人易得慢性前列腺炎	73
14	儿童、青少年会得前列腺炎吗	74
15	手淫会引起前列腺炎吗	74
16	尿道口滴白就是得了慢性前列腺炎吗	74
17	前列腺液常规检查正常,为啥还诊断为慢性前列腺炎	75
18	前列腺液不易按出是不是就意味着病情严重	76
19	得了慢性前列腺炎是否需要禁欲	77
20	慢性前列腺炎影响生育吗	78
21	慢性前列腺炎会传染吗	79
22	慢性前列腺炎影响性功能吗	79
23	慢性前列腺炎久治不愈会导致前列腺增生和 前列腺癌吗	80
24	慢性前列腺炎患者是否都要做细菌定位检查	81
25	前列腺液细菌培养阴性就是非细菌性前列腺炎吗	82
26	霉菌、滴虫、支原体能引起前列腺炎吗	83

27	为啥会得淋菌性前列腺炎	84
28	慢性前列腺炎患者如何规范化治疗	85
29	为啥说慢性前列腺炎难治	86
30	慢性前列腺炎都需要治疗吗	87
31	治疗慢性前列腺炎常用的方法有哪些	87
32	治疗慢性细菌性前列腺炎一般选用哪些抗生素	88
33	抗生素是治疗慢性前列腺炎的灵丹妙药吗	89
34	治疗慢性前列腺炎如何合理、规范使用抗生素	90
35	前列腺内直接注射药物能治疗慢性细菌性 前列腺炎吗	91
36	治疗慢性前列腺炎常用的理疗方法有哪些	91
37	治疗慢性前列腺炎为啥有时要用治疗增生的 α 受体阻断药	92
38	什么是慢性前列腺炎的“绿色疗法”	93
39	中医药治疗慢性前列腺炎有何优势和特色	93
40	如何采用中医药治疗慢性前列腺炎	94
41	如何使用中药灌肠治疗慢性前列腺炎	95
42	如何采用中药熏蒸疗法治疗慢性前列腺炎	96
43	中药穴位贴敷能治疗慢性前列腺炎吗	97
44	如何采用针灸疗法治疗慢性前列腺炎	98
45	如何用耳针治疗慢性前列腺炎	98
46	如何选用常用中成药治疗慢性前列腺炎	99
47	为啥综合疗法治疗慢性前列腺炎比单一 疗效效果好	100
48	如何采用前列腺按摩治疗慢性前列腺炎	101
49	为啥慢性前列腺炎患者不宜久坐和长时间骑车	102
50	“忍精不射”或房事时间过长会引起慢性 前列腺炎吗	103
51	经常憋尿能引起慢性前列腺炎吗	104
52	心理疏导为啥能治疗慢性前列腺炎	104
53	慢性前列腺炎能开刀治疗吗	105

54	慢性前列腺炎到底能否治愈	107
55	慢性前列腺炎到底能否根治	108
56	为啥说要把慢性前列腺炎当成“感冒”去对待	109
57	如何配合单验方治疗慢性前列腺炎	110
58	如何配合食疗方治疗慢性前列腺炎	111
59	吃哪些食物可以辅助治疗慢性前列腺炎	113
60	如何做提肛运动来防治慢性前列腺炎	113
61	自己练习什么方法有利于慢性前列腺炎的康复	114
62	如何采用推拿疗法治疗慢性前列腺炎	115
63	如何采用足疗法治疗慢性前列腺炎	115
64	如何预防慢性前列腺炎的发生	116
65	如何识别慢性前列腺炎的治疗骗局	118
66	前列腺会得结核吗	119
67	前列腺结核对生育和性功能有影响吗	121
68	如何治疗前列腺结核	121
69	前列腺里会长石头吗	121
70	前列腺结石是否需要治疗	122

良性前列腺增生和前列腺癌

1	何为良性前列腺增生？它和前列腺肥大是不是 一回事	123
2	青年人会得前列腺增生吗	124
3	为啥会得前列腺增生	124
4	前列腺体积增大就是前列腺增生吗	125
5	良性前列腺增生患者应该做哪些检查	125
6	为啥前列腺增生患者要做“膀胱残余尿”测定	126
7	如何自我判断是否得了良性前列腺增生	127
8	前列腺增生的体积越大病情就越严重吗	128
9	前列腺增生患者的前列腺体积会越来越长越大吗	129
10	良性前列腺增生时为啥会出现排尿异常症状	129

11	为啥人随着年龄的增大夜尿次数也增多	130
12	前列腺增生做过手术后为啥症状没有好转	131
13	怎样判断良性前列腺增生患者症状的严重程度	131
14	前列腺增生患者需要做尿流率检查吗	132
15	为啥医生建议前列腺增生患者要做特异性 抗原(PSA)检查	133
16	良性前列腺增生都需要治疗吗	133
17	指诊时如何描述前列腺增生体积的大小	134
18	如何通过对前列腺增生病程的分析来把握患者的 病情变化	134
19	良性前列腺增生会引起血尿吗	135
20	良性前列腺增生会引起肾功能衰竭吗	136
21	出现尿频和排尿困难就是得了前列腺增生吗	137
22	前列腺增生可能会出现哪些严重后果	138
23	得了前列腺增生还能不能过性生活	139
24	前列腺增生患者突然尿不出来怎么办	139
25	在家里护理耻骨上膀胱造痿的患者应该注意 哪些问题	141
26	如何预防急性尿潴留的发生	143
27	哪些药物前列腺增生患者要慎用或禁用	144
28	治疗前列腺增生的方法有哪些	145
29	治疗良性前列腺增生常用的药物有哪些	146
30	治疗前列腺增生常用的 α_1 受体阻断剂有哪些? 各有何特点	147
31	服用药物治疗前列腺增生时患者需要注意 哪些问题	148
32	治疗前列腺增生的药物需要一直吃下去吗	149
33	中医是怎样认识前列腺增生的	149
34	治疗前列腺增生常用的中成药有哪些? 如何选择使用	150
35	有哪些单验方可以配合治疗前列腺增生	152

36	前列腺增生患者在什么情况下必须手术治疗	153
37	前列腺增生手术必须要开刀吗	154
38	经尿道前列腺电切术(TURP)与开放手术相比, 有哪些优点	154
39	激光能治疗前列腺增生吗	155
40	啥是等离子前列腺电切术和前列腺电汽化术	156
41	前列腺增生手术是否一定要选择微创术	156
42	前列腺电切术后患者需要注意哪些事项	157
43	前列腺手术后为啥会出现排尿困难	158
44	前列腺切除术后为什么还会出现尿失禁	159
45	如何自我按摩治疗尿失禁	160
46	如何自我按摩治疗前列腺增生	160
47	前列腺增生开放手术或电切术后还会不会复发	161
48	前列腺增生会癌变吗	162
49	前列腺电切术后或开放手术后就不会 得前列腺癌了吗	162
50	前列腺增生手术会影响性功能吗	163
51	老年人应该以什么样的态度对待前列腺增生	164
52	如何配合食疗方治疗前列腺增生	165
53	为啥会得前列腺癌	166
54	前列腺癌有哪些临床表现	167
55	前列腺癌与其他恶性肿瘤比较有哪些特点	169
56	怎样才能早期发现前列腺癌	171
57	前列腺特异性抗原高于 4 微克/升就是得了 前列腺癌吗	173
58	fPSA、PSAD、PSAV 是啥意思	174
59	检查血清前列腺特异性抗原时患者需要注意 哪些问题	175
60	为啥要定期检查血清前列腺特异性抗原	176
61	CT 和磁共振检查对前列腺癌的诊断哪个更好	176
62	啥是前列腺穿刺活检	177

63	为啥要做前列腺穿刺活检	177
64	前列腺特异性抗原(PSA)异常就要马上做前列腺 穿刺活检吗	178
65	前列腺穿刺会使癌细胞扩散或肿瘤快速生长吗	178
66	对前列腺癌的诊断为啥要做同位素骨扫描	179
67	前列腺癌一旦确诊需要马上治疗吗	179
68	前列腺癌的治疗方法有哪些	181
69	啥是前列腺癌的根治术？在何种情况下可以采取 该疗法	182
70	前列腺癌根治术后何时到医院复查	182
71	中医对前列腺癌是如何认识的	183
72	中医治疗前列腺癌有哪些优势	183
73	如何预防前列腺癌的发生	184
74	如何配合食疗治疗前列腺癌	186

男性性功能障碍

1	如何判定是否早泄	187
2	为啥会早泄	188
3	得了早泄怎么办	189
4	妻子该如何面对丈夫早泄	190
5	外用药能否治疗早泄	190
6	阴茎背神经切断术能治疗早泄吗	191
7	治疗早泄常用的西药有哪些	192
8	中医药如何治疗早泄	192
9	治疗早泄常用的单方、验方有哪些	193
10	用于早泄的食疗方有哪些	193
11	治疗早泄常用的中成药有哪些	194
12	如何预防早泄	195
13	如何判定是否得了勃起功能障碍(ED)	195
14	阳痿患者应该做哪些必要检查	196

15	为啥会阳痿	197
16	啥是功能性阳痿和器质性阳痿	198
17	是不是阳痿必早泄,早泄必阳痿	199
18	新婚期为啥会得阳痿	200
19	过度肥胖会导致阳痿吗	200
20	得了阳痿如何看医生	201
21	阳痿能治好吗	202
22	阳痿患者怎样积极配合医生治疗	202
23	为啥说“丈夫患阳痿,妻子当良医”	203
24	治疗阳痿的方法主要有哪些	204
25	患者如何调理饮食	205
26	治疗阳痿常用的单方、验方有哪些	206
27	对性功能有影响的药物主要有哪些	207
28	如何预防阳痿的发生	208
29	男子在哪些情况下不宜过性生活	209
30	何种情况属于阴茎异常勃起	211
31	为啥会出现阴茎异常勃起	212
32	如何预防阴茎异常勃起	213
33	性欲低下是咋回事	213
34	为啥会出现性欲低下	214
35	性欲低下怎么办	214
36	什么情况属于性欲亢进	215
37	为啥会出现性欲亢进	215
38	性欲亢进如何治疗	216
39	射精时阴茎或会阴部疼痛是怎么回事	216
40	射精疼痛如何治疗	216
41	堂堂男子汉为何不射精	217
42	怎样治疗不射精	218
43	为啥射精时没有感觉?该如何处理	218
44	何为性早衰?如何预防	219
45	预防性早衰常用的单方、验方有哪些	220

男科常见性传播疾病

1	最易误诊为性病的男科其他疾病有哪些	222
2	常见的性传播疾病主要有哪些	223
3	避孕套能预防性病吗	224
4	性病的传染源有哪些	224
5	如何彻底治好性病	225
6	啥是性病过治综合征	225
7	外阴溃疡就是性病吗	226
8	性病患者的用具如何消毒	226
9	什么是性病恐惧症？哪些人易得这种病	227
10	啥是梅毒	228
11	生殖器溃疡就是得了梅毒吗	228
12	有不洁性生活后多长时间才能判定是否得了梅毒	229
13	梅毒有哪些临床表现	230
14	梅毒能否根治	231
15	啥是淋病	231
16	非淋菌性尿道炎和淋病有啥区别	232
17	中医药能治疗非淋菌性尿道炎吗	233
18	支原体检查阳性就是性病吗	233
19	尖锐湿疣的潜伏期有多长	234
20	尖锐湿疣有哪些临床表现	235
21	尖锐湿疣会癌变吗	235
22	中西医结合治疗尖锐湿疣有哪些优势	236
23	生殖器疱疹有哪些表现	236
24	啥是艾滋病	237
25	感染艾滋病病毒就是艾滋病吗	238
26	与艾滋病病毒感染者或患者握手、交谈、拥抱等 日常生活接触会感染艾滋病病毒吗	238