

# 男性功能障碍

诊治绝招

主编 张昭原 王元松

老 中 医 坐 堂  
LAOZHONGYIZUOTANG



河北科学技术出版社

老 中 医 坐 堂

# 男性性功能障碍诊治绝招

主编 张昭原 王元松

河北科学技术出版社

主 编 张昭原 王元松

副主编 李瑞岭 王 康

编 委 侯仙明 李 平 李 雪 赵建军 王建国

于 林 黄志强 郭万忠 沈劲松

### 图书在版编目 (CIP) 数据

男性性功能障碍诊治绝招/张昭原, 王元松主编. —石家庄: 河北科学技术出版社, 2003

(老中医坐堂/王国臣, 刘建平主编)

ISBN 7-5375-2868-3

I. 男… II. ①张…②王… III. ①男性生殖器疾病: 功能性疾病-中医诊断学②男性生殖器疾病: 功能性疾病-中医疗法 IV. R277.58

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 093906 号

## 男性性功能障碍诊治绝招

主编 张昭原 王元松

---

|      |                            |
|------|----------------------------|
| 出版发行 | 河北科学技术出版社                  |
| 地 址  | 石家庄市和平西路新文里 8 号(邮编:050071) |
| 印 刷  | 河北新华印刷一厂                   |
| 经 销  | 新华书店                       |
| 开 本  | 850×1168 1/32              |
| 印 张  | 9                          |
| 字 数  | 225000                     |
| 版 次  | 2004 年 1 月第 1 版            |
|      | 2004 年 1 月第 1 次印刷          |
| 印 数  | 4000                       |
| 定 价  | 18.00 元                    |

---

<http://www.hkpress.com.cn>

# 《老中医坐堂》编委会

**主编** 王国臣 刘建平

**编委** 蔡建荣 张会珍 高 杰 孟建华 房家毅  
杨新占 李 桂



# 前言



历史悠久、疗效确切的中医药学在科学技术高度发达的今天，乘上了高速发展的现代科技列车，汲取了现代科技成果的营养，走上了快速发展之路。尽管中医临床上越来越多地借助于现代医学的实验室检查、仪器检查等诊断方法，但无论怎样发展，中医药学辨证论治的独特理论、遣方用药的绝妙方法、标本兼治的神奇疗效，无一不洋溢着中医药学的独有魅力，这正是中医药学几千年来得以源远流长的根本所在。

人们信赖中医，得益于其无可替代的疗效；人们去看中医，更钟情于老中医那亲切、和善的表情和深而不露的学识。老中医坐堂诊病一直是一条亮丽的风景线，将中医学的博大精深与老中医飘逸洒脱的性格绝妙地结合在一起，令人敬仰、信服。《老中医坐堂》系列丛书，就是将老中医请到书中来，营造一种老中医循循善诱讲解、面对面解答患者问题的氛围。通



过这一形式，使读者明明白白看病，清清楚楚吃药，轻轻松松调养，从而尽快康复。

《老中医坐堂》系列丛书包括《内科病诊治绝招》、《外科病诊治绝招》、《妇科病诊治绝招》、《儿科病诊治绝招》、《男科病诊治绝招》、《皮肤科病诊治绝招》、《疑难病诊治绝招》、《老年病诊治绝招》、《男性性功能障碍诊治绝招》、《肿瘤诊治绝招》、《五官科病诊治绝招》11册，详细介绍了各种常见疾病的主要表现、如何诊断、如何治疗，并就治疗、调养中的一些关键问题进行了特别提示。这套书的文字叙述平和、通俗，字里行间流露出“老中医坐堂”的影子；内容实用，充分体现了中医治疗的特色，不失为一套家庭医疗必备参考书。当自己或家人健康出现问题时，拿出来翻一翻，你将发现受益匪浅。

现代社会，人们对健康的认识较之以往有了质的飞跃。因为，越来越多的人意识到，没有健康的体魄，一切理想都无法实现。当我们关注身体、赶走疾病、赢得健康的时候，必要的医学常识是必不可少的。医学常识的获得，除了直接向医生请



教外，读书可以说是最有效的方式。《老中医坐堂》系列丛书可以提供关于中医治病方方面面的知识，您不妨读一读。

中医学值得您信赖，老中医值得您信赖，《老中医坐堂》更值得您信赖！

编委会

2003 年 7 月



目

录



## 上篇 有关男性性功能的医学常识

|                              |        |
|------------------------------|--------|
| 性反射必须具备的条件 .....             | ( 1 )  |
| 影响性功能的因素 .....               | ( 1 )  |
| 正常的性过程 .....                 | ( 1 )  |
| 男子从何时开始性衰老 .....             | ( 2 )  |
| 激素对性欲有何影响 .....              | ( 3 )  |
| 中年男性的性功能有哪些变化 .....          | ( 3 )  |
| 中年男子的性欲为什么会减退 .....          | ( 4 )  |
| 烟酒对老年人性功能有什么影响 .....         | ( 5 )  |
| 茶与咖啡对性功能有什么影响 .....          | ( 5 )  |
| 老年人性活动应当注意的问题 .....          | ( 6 )  |
| 老年人保持适度性生活对健康有益 .....        | ( 7 )  |
| 男子性功能障碍的女方因素及其防治<br>措施 ..... | ( 7 )  |
| 前列腺与性的关系 .....               | ( 8 )  |
| 药物对性功能的影响 .....              | ( 10 ) |
| 男性如何防止性功能早衰 .....            | ( 11 ) |
| 男性的饮食保健 .....                | ( 11 ) |
| 调节性功能的饮食原则 .....             | ( 12 ) |



|                     |        |
|---------------------|--------|
| 能改善男子性功能的食物 .....   | ( 13 ) |
| 天然“伟哥” .....        | ( 14 ) |
| 强精固肾的食物 .....       | ( 15 ) |
| 微量元素与男子生殖功能 .....   | ( 16 ) |
| 正常精液的性状 .....       | ( 17 ) |
| 什么是正常精液 .....       | ( 17 ) |
| 如何看精液检查报告单 .....    | ( 19 ) |
| 采集精液送检有关注意事项 .....  | ( 19 ) |
| 如何注意性生活中的心理卫生 ..... | ( 20 ) |
| 如何保持外生殖器的卫生 .....   | ( 20 ) |

## 中篇 治疗男性性功能障碍 的方药与按摩方法

|                 |        |
|-----------------|--------|
| 一、常用中成药 .....   | ( 22 ) |
| (一) 补肾壮阳类 ..... | ( 22 ) |
| 右归丸 .....       | ( 22 ) |
| 至宝三鞭丸 .....     | ( 22 ) |
| 全鹿丸 .....       | ( 23 ) |
| 男宝胶囊 .....      | ( 23 ) |
| 龟龄集胶囊 .....     | ( 23 ) |
| 金匱肾气丸 .....     | ( 24 ) |
| 鹿茸精注射液 .....    | ( 24 ) |
| 雄狮丸 .....       | ( 24 ) |
| 回春胶囊 .....      | ( 24 ) |
| 壮腰健肾丸 .....     | ( 25 ) |
| (二) 滋阴补肾类 ..... | ( 25 ) |
| 二至丸 .....       | ( 25 ) |
| 五子衍宗丸 .....     | ( 25 ) |



|                 |        |
|-----------------|--------|
| 六味地黄丸 .....     | ( 26 ) |
| 水陆二仙丸 .....     | ( 26 ) |
| 左归丸 .....       | ( 26 ) |
| 宁心补肾丸 .....     | ( 26 ) |
| (三) 滋阴降火类 ..... | ( 27 ) |
| 大补阴丸 .....      | ( 27 ) |
| 知柏地黄丸 .....     | ( 27 ) |
| 河车大造丸 .....     | ( 27 ) |
| (四) 益气养血类 ..... | ( 28 ) |
| 乌鸡白凤丸 .....     | ( 28 ) |
| 补中益气丸 .....     | ( 28 ) |
| 金水宝胶囊 .....     | ( 28 ) |
| 麒麟丸 .....       | ( 28 ) |
| (五) 固精止遗类 ..... | ( 29 ) |
| 金锁固精丸 .....     | ( 29 ) |
| 三才封髓丹 .....     | ( 29 ) |
| 二、补益药物 .....    | ( 29 ) |
| (一) 补气药物 .....  | ( 29 ) |
| 人参 .....        | ( 29 ) |
| 西洋参 .....       | ( 30 ) |
| 党参 .....        | ( 31 ) |
| 太子参 .....       | ( 31 ) |
| 黄芪 .....        | ( 32 ) |
| 黄精 .....        | ( 32 ) |
| (二) 补血药物 .....  | ( 33 ) |
| 熟地黄 .....       | ( 33 ) |
| 龙眼肉 .....       | ( 34 ) |
| 桑椹 .....        | ( 34 ) |



|                    |      |
|--------------------|------|
| (三) 补阴药物 .....     | (35) |
| 麦门冬 .....          | (35) |
| 玉竹 .....           | (35) |
| 龟板 .....           | (36) |
| 枸杞子 .....          | (36) |
| 银耳 .....           | (37) |
| (四) 补阳药物 .....     | (37) |
| 鹿茸 .....           | (37) |
| 鹿角胶 .....          | (38) |
| 蛤蚧 .....           | (39) |
| 冬虫夏草 .....         | (39) |
| 巴戟天 .....          | (40) |
| 菟丝子 .....          | (40) |
| 杜仲 .....           | (41) |
| 狗肾 .....           | (41) |
| 三、补益食物 .....       | (42) |
| (一) 补气食物 .....     | (42) |
| (二) 补血食物 .....     | (44) |
| (三) 补阴食物 .....     | (46) |
| (四) 补阳食物 .....     | (48) |
| 四、药膳 .....         | (51) |
| (一) 什么是药膳 .....    | (51) |
| (二) 药膳应用原则 .....   | (52) |
| (三) 药膳特点 .....     | (52) |
| (四) 药膳禁忌 .....     | (53) |
| 五、按摩 .....         | (55) |
| (一) 按摩对机体的作用 ..... | (55) |
| (二) 按摩方法 .....     | (57) |



|                  |        |
|------------------|--------|
| (三) 按摩的禁忌证 ..... | ( 65 ) |
|------------------|--------|

|                   |        |
|-------------------|--------|
| (四) 按摩的注意事项 ..... | ( 66 ) |
|-------------------|--------|

## 下篇 男性功能障碍疾病的治疗

|          |        |
|----------|--------|
| 阳痿 ..... | ( 67 ) |
|----------|--------|

|          |        |
|----------|--------|
| 早泄 ..... | ( 93 ) |
|----------|--------|

|          |       |
|----------|-------|
| 遗精 ..... | (111) |
|----------|-------|

|              |       |
|--------------|-------|
| 阴茎异常勃起 ..... | (124) |
|--------------|-------|

|           |       |
|-----------|-------|
| 缩阴症 ..... | (136) |
|-----------|-------|

|            |       |
|------------|-------|
| 不射精症 ..... | (145) |
|------------|-------|

|            |       |
|------------|-------|
| 逆行射精 ..... | (160) |
|------------|-------|

|           |       |
|-----------|-------|
| 射精痛 ..... | (170) |
|-----------|-------|

|            |       |
|------------|-------|
| 性欲低下 ..... | (180) |
|------------|-------|

|            |       |
|------------|-------|
| 性欲亢进 ..... | (196) |
|------------|-------|

|            |       |
|------------|-------|
| 房事头痛 ..... | (206) |
|------------|-------|

|            |       |
|------------|-------|
| 房事眩晕 ..... | (214) |
|------------|-------|

|            |       |
|------------|-------|
| 房事昏厥 ..... | (221) |
|------------|-------|

|            |       |
|------------|-------|
| 房劳腰痛 ..... | (228) |
|------------|-------|

|            |       |
|------------|-------|
| 阴茎短小 ..... | (235) |
|------------|-------|

|             |       |
|-------------|-------|
| 男性不育症 ..... | (242) |
|-------------|-------|

|               |       |
|---------------|-------|
| 附录：常用腧穴 ..... | (265) |
|---------------|-------|

|            |       |
|------------|-------|
| 参考文献 ..... | (272) |
|------------|-------|



## 上篇 有关男性性功能的医学常识

### ● 性反射必须具备的条件

#### 1. 健全的神经系统:

(1) 大脑皮质性功能中枢、间脑、下丘脑的皮质下中枢健全。

(2) 腰骶部脊髓内的勃起中枢和射精中枢健全。

(3) 正常的生殖器官和其他动情区感觉神经末梢。

2. 健全的内分泌系统: 睾丸正常分泌男性激素以维持上述神经中枢的一定兴奋, 刺激性器官的发育并维持其功能; 下丘脑释放激素、垂体促性腺激素对睾丸激素的平衡调节; 男性激素的分泌又受脑垂体、肾上腺、甲状腺等内分泌器官功能的直接和间接影响。

3. 健全的性器官: 包括完整的解剖结构、正常的血运和神经、正常的生理功能。

### ● 影响性功能的因素

1. 决定因素: 健全的神经—内分泌控制和性器官, 以及大脑皮质的条件反射起决定作用。

2. 影响因素: 全身营养状况、健康状况、精神心理状态、性的知识和经验、生活环境和社会因素等可直接或间接地影响性功能。

### ● 正常的性过程

1. 性兴奋: 大脑皮层接受各种刺激, 反射性地出现一系列



的全身反应。伴随着阴茎的勃起，出现心跳加快、呼吸加速、血压上升、表皮血管扩张、肌张力增高，尿道口排出粘液，同时情绪高涨，并在射精时达到高潮。

2. 勃起：阴茎小动脉扩张，进入海绵体的血流量增加，海绵状组织中血窦充血，液压增高，静脉血流回流受阻，使阴茎体积膨大而变硬勃起。当动脉血流入的速度与静脉血回流的速度相等时，达到平衡状态，从而维持阴茎的勃起。

3. 性交：性兴奋时将勃起的阴茎插入阴道，并进行抽送摩擦刺激，使性兴奋进一步高涨，并在性兴奋达到高潮时出现射精，伴随着精神和肉体的快感，使性欲得到满足。在射精后由于阴茎迅速疲软而退出阴道结束性交。

4. 射精：当对勃起中枢的刺激累积到一定程度就引起射精中枢的兴奋，出现附睾、输精管、前列腺、精囊及尿道的平滑肌和会阴部的肌肉反射性地收缩，并射出精液；伴随节律性的射精动作出现欣快感，从而达到情欲高潮。射精后性兴奋急剧消退，出现阴茎疲软、精神疲乏等。

5. 性高潮：是性交过程中伴随射精而产生的欣快感，同时心跳加快、呼吸加速、血压升高、表皮血管扩张、肌张力增高等。

6. 性不应期：阴茎在射精后，由于交感神经兴奋，阴茎平滑肌收缩，阴茎动脉血流量减少，静脉血流出量增加，使阴茎变疲软而恢复到原来的萎软状态。如果阴茎要重新勃起须经历一段长短不等的时间，称为性不应期。这是由于射精过程强烈的性兴奋和体力消耗之后，机体的恢复需要相当的时间，是防止人体由于连续性的兴奋导致体能耗竭的一种保护反应。

## ● 男子从何时开始性衰老

男性性老化的主要原因是由于睾丸出现退行性变化，随着引



起脑、垂体、肾上腺和性功能也会发生变化。男性一般自 50 ~ 60 岁以后,随着年龄的增长,睾丸间质细胞可逐渐发生衰老及退行性改变,使睾丸酮的分泌大量减少,睾丸的容积也相对减小,此时机体各组织器官逐渐老化,性功能也逐渐衰退。60 岁以后睾丸缩小更加明显,70 岁时已缩小到相当于 12 岁儿童的睾丸大小。可见,睾丸的功能对男性性功能衰退起着关键的作用。

60 岁以后的男性阴茎勃起强度和射精量通常有不同程度的降低。但是,性能力的个体差异很大,有的 50 岁或 60 岁就完全停止性生活,而有的 80 岁还有很强的性欲。

### ● 激素对性欲有何影响

男性在性成熟后,体内雄激素超过一定阈值时则会出现性欲的要求,所以,雄激素也是性欲的分泌物,雄激素有诱发性欲的作用。性欲偏亢或低下与雄激素在体内的水平有密切关系,性欲只是整个性活动过程中的一部分,实际上,雄激素参与性活动的全过程,有研究报告说明,在性交中和射精后,以及观看淫秽录像或性感影片后,雄激素水平上升。随着年龄增长,到 50 ~ 60 岁以后,睾丸机能逐渐下降,男性激素分泌逐渐降低,则出现精神衰退,反应迟钝,性欲减退等。

### ● 中年男性的性功能有哪些变化

中年是人生必须要走过的历程,由于此时男性体内雄激素水平下降,神经系统衰退和血压的升高,男子的性功能将会发生如下变化。

1. 爱抚:爱抚后中年男子的阴茎才能勃起,这就需要在性生活中增加性交前的爱抚。

2. 阴茎勃起的硬度减弱:中年男子的阴茎勃起不如年轻人,但仍能顺利插入阴道完成性交。



3. 射精力量减弱：由于神经反射和肌肉收缩力下降，中年男子的射精力度比年轻人减弱，即射精距离短，有时精液好像从尿道口流出来。

4. 性交时间延长：中年人性交持续时间延长，这是中年人性生活的优势，更易与女方同时达到性高潮。

5. 阴茎萎软速度快：性高潮后，阴茎较快地萎软下来，但并不影响性生活。

6. 不应期延长：即两次性生活时阴茎勃起的间隔延长。

### ● 中年男子的性欲为什么会减退

1. 性生活单调：性生活单调、乏味，造成性交兴趣的丧失。由于多年的相处，双方耳濡目染，彼此都一清二楚地了解对方，妻子对于中年男子已失去应有的刺激作用；而中年妇女可能沉缅于料理家务，或从事社会活动等，也不能对她们的丈夫显示出性兴趣和性关注。这种明显的拒绝态度，特别容易使中年男子的心理受到伤害。

2. 疲劳的影响：疲劳是男性性欲减退的一个重要因素。精神疲劳和体力疲劳都会降低男性性紧张度，但前者更为明显。

3. 对事业的关注：中年是男性个人事业如日中天的时候，对事业的过分投入或在事业中受挫等，均会降低其对性生活的兴趣。

4. 身体与疾病的影响：中老年人就像一台运转了很久的机器，比年轻人更易出毛病。

5. 对性衰老的恐惧：中老年人一旦出现性功能障碍，有的人就听之任之，认为就是衰老的必然结果。

6. 过量进食、过度饮酒：中老年人进食过量和大量饮酒，具有抑制性紧张的倾向。



## ● 烟酒对老年人性功能有什么影响

医学实践证明：酒精对中枢神经系统有麻痹作用，饮酒过量的人，酒精抑制了中枢神经系统，干扰了正常的性兴奋神经通路，使性反射失灵，导致了性功能障碍。同时，酒精对男子生殖系统会产生直接损害作用，可以导致睾丸萎缩，生殖功能减退，血中睾丸酮水平降低，性欲减低，阴茎不能勃起。

吸烟不仅可以造成老年人冠心病、呼吸系统的疾病及部分恶性肿瘤，而且可以直接导致阴茎血液循环不良，使进入阴茎海绵体的血液减少，造成了勃起的障碍。

因此，老年人若想保持性功能正常，最好应戒除烟酒习惯。

## ● 茶与咖啡对性功能有什么影响

茶叶中含有许多生物碱，如咖啡碱、茶碱等物质，人体吸收后对中枢神经系统有明显的兴奋作用，能消除疲劳，振奋精神，提高机体对性刺激的感受能力和反应能力。因此，适量饮茶，可增强和改善性欲，对性功能有益。然而，由于大多数人是在临睡前过性生活，而晚上饮茶，则会提高神经系统的兴奋性，从而导致失眠。因此不提倡在晚上喝浓茶来提高性的兴奋性，以免影响睡眠。

茶对于性功能也有正反两方面的作用。祖国医学认为过量饮用浓茶会因过度利尿而伤肾，肾气受损则性能力亦下降，并且因茶叶性味苦寒，肾阳虚者不宜多饮。

咖啡是一种兴奋剂，在某种程度上会提高人体对外界或自我的感受力，所以饮用咖啡后，对性生活产生的性快感印象特别深刻。咖啡的兴奋作用，会提高性兴奋性，使性欲提高，性高潮出现的时间缩短，并且对女性的作用比男性明显。国外有人认为每天喝一杯咖啡能增强性欲并提高性功能。但是多饮对人体并无益