

中医性诊疗学

● 王明辉 金杰辉 编著



湖北科学技术出版社

鄂新登字03号

中医性诊疗学

王明辉 金杰辉 编著

湖北科学技术出版社出版发行 新华书店湖北发行所经销

湖北省社会科学院印刷厂印刷

787×1092毫米 32开本 9印张 1插图 187千字

1992年10月第1版 1992年10月第1次印刷

ISBN 7—5352—0880—0/R·185

印数：1—6 000 定价：4.20元

◁ 目 录 ▷

第一章 中医性医学概述.....	1
一、中国古代性医学探源.....	1
二、古代中医性治疗技术.....	41
三、性养生与壮阳概说.....	57
四、性养生古法选录.....	66
第二章 常见男性性疾患诊疗.....	71
一、阳痿.....	71
二、早泄.....	81
三、遗精.....	88
四、强中.....	95
五、缩阳(附：缩乳、缩阴).....	101
六、不射精证.....	106
七、血精.....	112
八、小阴茎(附：大阴茎).....	117
九、隐睾(附：睾丸萎缩).....	121
十、精液异常.....	124
十一、射精茎痛(附：睾痛).....	131
十二、阴茎硬结病.....	136

十三、男子不育·····	139
第三章 常见女子性疾患诊疗·····	148
一、性交女阴痛·····	150
二、性交出血·····	155
三、性交阴道痉挛·····	161
四、性快感缺乏和性冷淡·····	168
五、梦交·····	175
六、花癲·····	182
七、更年期综合征(附：男更年期综合征)·····	188
八、不孕·····	196
第四章 常见性传染病(性病)诊疗·····	208
一、梅毒·····	209
二、艾滋病·····	219
三、淋病·····	228
四、软下疳·····	237
五、性病性淋巴肉芽肿·····	243
第五章 性疾病的中医食疗举隅·····	249
一、某些性疾病的粥食治疗·····	249
二、某些性疾病的膏食治疗·····	253
三、某些性疾病的酒食治疗·····	254
四、阳痿的食疗·····	256
五、遗精的食疗·····	259
六、早泄的食疗·····	261
七、不孕育的食疗·····	262
八、精液异常的食疗·····	265
九、月经不调的食疗·····	267

十、外阴瘙痒的食疗.....	268
十一、女阴冷的食疗.....	269
十二、女子更年期综合征的食疗.....	270
十三、华佗治性疾病秘方.....	271
主要参考文献.....	275

△
第
一
章
▽

中
国
性
医
学
概
述

一、古代性医学探源

中国远在春秋战国时期就有“诸子百家”之兴，当时有专门从事两性阴阳采战、运气、逆流之类房中术研究的“房中家”，蔚成学派，著述不少。据《汉书·艺文志》载著名的有房中八家，著有《容成阴道》二十六卷，《黄帝三王养阳方》二十卷，《三家内房有子方》十七卷；此外，还有《太清经》、《产经》、《纬书孔子闭房记》等书，惜今皆已失传。然从古代仅存的《春秋繁露》、《大戴礼》、《素女经》、《玄女经》、《玉房秘诀》、《洞玄子》、《玉房指要》、长沙马王堆汉墓医简、《内经》及后世所传《外台秘要》、《千金方》、《医心

方》、《妇人良方》、《格致余论》、《广嗣纪要》等书的有关篇章看，甚多内容涉及房中术和相应的性医学、养生学、优生学等领域。

过去，有人认为房中术是“诲淫邪术”、是为“封建统治阶级糜烂生活”服务的。这是一种误解和偏见。其实，房中术虽因限于当时的历史条件，确也存在着某些糟粕，如有一些男尊女卑的封建思想、迷信观点和机械唯物论的思想反映等，但总的说来，其主流是积极的、有益的，从而是瑕不掩瑜的。这结论可从下述几点看出：

1. 长沙马王堆汉墓医简的承先启后作用

长沙出土的简书《养生方》在讨论养生之道的《十问》中，即有九问分别涉及到性事的养生意义、方法原则、养精气、行导引、防早衰、练筋骨、安家室和与五味饮食的关系；《合阴阳方》中较系统地总结了“恣戏道”（即夫妇性事前缱绻绸缪的活动）、五欲、五音、十动、十节、十修、十已、八动和男女养精的法则；《杂禁方》中三节原文就有两节分别叙述了阳痿的三型和阳衰的综合防治方法；在《天下至道谈》的十七节原文中，全部先后分别阐明了七损八益的命名、作用和术式，并对五音、五欲、五徵、八道、十势、八观、女阴命名及上述动作的杂陈先后等作了形象化的解说。这些都雄辩地说明《养生方》在继承房中八家学术思想的基础上，对房中术作了深入探讨和系统总结。从上述内容看，古代房中术的兴起，实际上也是性医学研究的始源，它促进了后代医家有关此一领域的继承和发展。

2. 倡导性事时“去七损，增八益”

《养生方》明确总结了性事养生的关键在于调理气机的要则。指出如“不能用八益，去七损”，则可使男女出现各种未老先衰的病态。接着，医简又提出“令之复壮有道”（使能恢复健壮的办法），那就是必须做到“去七损以抵其病，用八益以贰（增强）其气”。否则，就可能导致某些病症的发生。什么叫“八益”呢？一是治（治）气，二是蓄（蓄）气，三是窃（积）气，全都说的是如何动作就可以调理和蓄养精气；四是致沫，五是和沫，讲的是诱生津液；吞吸唾液和使阴液分泌以利交合；六是智（知）时，即须掌握交合的时机，宜做到夫妇双方（特别是女方）有性的欲望时才能协调一致；七是寺（持）赢，八是定顷（倾），要求须固护精液，珍惜元气，不可放纵粗暴，狂施滥泄。每一益都有其具体的做法，总的要求是，在夫妇性生活之前，先宜练气功，呼吸吐纳、吞吸津液、护练精气；清晨起床，习练坐功，提敛肛门，导气运行；交合之前，夫妇先叙琴瑟之好，抒缱绻之情，待双方有较强的性欲冲动时再行交接；为使协调一致，动作宜轻柔舒缓，注意对方（尤以女子）情绪反应，切忌粗暴急躁；不可纵情极欲，滥泄精气，应做到性高潮方过即结束性事，并用温水洗净，保证性生活的清洁卫生。什么叫“七损”呢？指的是七种有损于人体健康的性事活动。一是“闭”，指出男方阴茎痛、精道不通，甚至无精可泄时不宜性事；二是“泄”，当阳气外泄，大汗淋漓时不宜性事；三是“竭奏”（竭腴），纵欲无度，精液虚损于身体不利；四是“藉”（悵），阳萎不振而欲交接；五是“烦”，心烦意乱，呼吸迫促、气喘嘘嘘时不宜性事；六是“绝”，当

女方毫无性欲，而丈夫强行交合，将给对方带来病痛，甚至影响孕育；七是“费”，急速图快，卒上暴下，徒耗精气，有损健康。故古人要求夫妇性事时宜尽量避免这七损。这些性卫生，迄今仍有其深刻的现实意义。

大约成书于唐宋的《玉房秘诀》在总结房中术时也有七损八益的名词，其具体内涵与上述者虽不尽同，但讲求性卫生的主旨则基本一致。此书所指的“八益”是固精、安气、利藏、强骨、调脉、畜血、益液、道体，多是指做好“八益”所取得的具体效果而言，与《养生方》所述八种有益的动作有所不同。此书所指的“七损”，一是绝气（性欲未至而强行交合，可致气亏汗出，心烦眼矇）；二是溢精（纵情贪欢，双方情欲不调和而交接，可致早泄；或醉酒同房可致喘息气促、咳嗽、消渴、发热、情绪波动）；三是杂脉（阴茎不举而强行交合，可致早泄、精气亏耗，或饱食后交接，可伤脾胃致消化不良、阳痿无精）；四是气泄（劳倦、汗出未干而交接，可致腹灼热、唇焦燥）；五是机关厥伤（刚解完大小便，身体尚未安定即强行交合可伤肝；或仓促交接，快慢不调，可劳伤筋骨，使人视物不清，生痈疽，虚经脉，久则可致阳痿、偏瘫）；六是百闭（纵欲不节，频繁泄精致精竭气虚，可产生消渴、眼矇等百病）；七是血竭（劳力过度或急行后，困累汗出即行交合，且性事粗暴，施精频数，可生大病。血亏气少，肌肤拘急，阴茎疼痛，并出现血精）。

以上说明，《养生方》与《玉房秘诀》所述的八益，名称和内容相同的少，相异的多；对七损的论述，则有许多相似之处，故后者应是在继承前一书有关七损八益论述的基础上不断有所发展和补充所致。

3. 提倡性事前的情趣准备

古人强调夫妇性事前须有一个充裕的从精神到形体方面的准备阶段，不宜急上暴为。《养生方》曾反复提出了“戏道”（即临事前的准备动作）合乎性卫生的要则，主张夫妇先抚触，使精神集中，叙绸缪，申缱绻。继之还指出了戏道的作用和动作，目的在于引而不发，使双方情欲渐趋同步。根据“五欲”之征，戏道可采取徐响（徐缓吐气或相吻）、徐抱、徐毛（亦作“徐傅”，轻柔依偎抚附）、徐操（轻缓操摸）、徐撼（徐缓摇动）五种方式。唐代孙思邈在继承此类思想的基础上，更明确地指出，夫妇双方在性欲未动时不宜交合，“必须先徐徐嬉戏”，使精神和谐，情意感动，才能起到“自强”的作用。他并进一步指出，夫妇性事前的气功导引，可“令人长生不老”。认为通过触抚、握持、饮对方口中玉浆（津液）、思存丹田等“五徐”的戏道，可使双方情动欲感，性事协调。这些都说明，夫妇应琴瑟谐和，先申缱绻，预尽绸缪，意和神感，身心健乐而利于家庭和睦，社会安宁。现代性医学也甚推崇性事前的情趣准备。由此可见，我国古代房中术的实用价值是值得重视的。

4. 主张男方动而少泄

《养生方》有两处谈到这一问题，提出了性事时“十勤（动）毋决”（即动而少泄）的养生效果。认为男子动而少泄，可固护精液，有益身心，可收却病延年之效。

《素女经》在此思想影响下亦总结了动而少泄的十大效果，可使气力强盛，耳聪目明，不患疾病，脏腑健康，血脉

先旺，腰背坚强，臀腿有力，身体鲜润，寿命延长，精神焕发。因古人认为，施精频数，则可产生五种衰象：即精泄而出（气伤），有似早泄；精清而少（肉伤）；精变而臭（筋伤）；精出不射（骨伤）；阴衰不起（体伤），即阳痿。故男子在性事时动而少泄，则阳气盛，精液浓；动而多泄，则阳气衰，阴精弱。然究竟多久施泄一次才合养生之道呢？在《养生方》、《玉房秘诀》及《医心方》等书中均有明确的记载，虽其所述施精频度各有不同，但动而少施的用意则一；且所提出的“人有强弱，年有老壮，各随其气力，不欲强快”的原则和60岁以后减免房事的要求，都是符合唯物辩证法思想的，迄今仍具有其指导实践的价值。

现代性医学认为，男子以泄精为性欲达到最高潮的标志，而我国古代医家却提倡动而少泄。《玉房秘诀》曾记有一则对此的解释，其大意是，夫妇性事虽以泄精为乐，但泄精后常感身体倦怠，耳鸣嘈杂，目闭欲睡，咽喉干枯，全身无力，故虽有短时的快感，但终归不舒畅。若只交而不泄精，则常气力有余，身体灵爽，耳目聪明，当时虽有抑制，但情爱更加深甜，常似美满而情犹未尽，这乐趣不更足吗？古人的这一具有一定哲理和心理学的经验总结，是颇值得进一步玩味的。

5. 最早将仿生学运用于房中术

《养生方》明确提出“十节”（亦称十热）一词，这应是最早将仿生学运用于古代性医学中有文字可考的资料。所谓“十节”，指的是十种夫妇间交合的体式，除一种为植物象形外，其它九式均为动物（如虎、蝉、尺蠖、蝗、猿、蟾蜍、兔、

蜻蛉、鱼) 交配时的仿生命名。据考证, 在此基础上, 后世发展为九法、三十法之多。《素女经》中所提“九法”是“龙翻、虎步、猿搏、蝉附、龟腾、凤翔、兔吮毫、鱼接鳞、鹤交颈”等。这与《养生方》的“十节”大同小异。《洞玄子》中所概括的三十法则名目更多。以上各式, 皆仿动(植)物交接而命名, 这特点是非常显著的。过去, 有人认为此系淫荡纵欲之作, 不屑表述。实际上, 这些体式有的既可避免夫妇性事时的单调呆板, 有的还可疗疾除病。如有的古书总结说“蝉附”可使“七伤自除”, “鱼接鳞”治诸结聚, “鹤交颈”等式多可使“百病不发”、“诸病自愈”等。

现代性医学认为, “夫妇间恋爱的艺术也包括性交的艺术, 要以不断创新和探索的精神, 努力克服夫妇间性行为方式的单调和呆板, 使性生活能达到长期的美满与和谐”(《医学与哲学》: 1:29, 1985)。现代性治疗学家正在探索心脏病、关节畸形、肥胖病或某些残疾患者夫妇间性事的最佳体位。而我国古代房中家早就通过长期的实践观察总结了类似的经验。除前所介绍的七损、八益、八动、十节、十修及后世所概括的九法、三十法外, 《洞玄子》还进一步提出了交合的“九状”(九种状式)、“六势”(六种姿势)(也多属仿生学的运用), 更丰富了夫妇间性生活的艺术, 并为某些疾病患者提供了性事时最佳体位和姿势的选择。

6. 对性事禁忌的探索

古人对夫妇性事的时间、场合、方向和体质等条件的选择, 也是颇为重视的。如在夫妇年龄大小上提出“男年倍女损女, 女年倍男损男”(《洞玄子》)的观点, 即双方的年龄若

相差悬殊，则年稚者身体常易受损。在性事的时空观方面，提出了夫妇在春季时头宜朝东，夏宜南，秋朝西，冬宜北，单日有益，双日受损；从半夜至中午有益，从半夜前到午时后受损；春季逢甲乙，夏季逢丙丁，秋季逢庚辛，冬季逢壬癸有益。当然，这是古人根据中医阴阳消长、五行生克配属关系提出的，虽其具体科学价值还有待验证，但其所阐发的时空观思想却是有其一定的理论和实践意义的。

《玉房秘诀》和《素女方》等书还明确总结了性事的七项禁忌：一忌逢月之晦朔弦望，二忌雷风，三忌刚饮酒饱食，四忌刚大便后精气亏弱，五忌体力劳倦，志气未安，六忌刚洗浴而发肤未干，七忌阴茎持续硬痛时交合等。并将这七忌与所孕育子女之夭残病弱作了因果联系。现在看来，虽犯忌时所发病证、所生子女未必皆如此，但古人在当时即已把房中术与预防医学、优生学紧密结合起来进行探索，这一思想是很宝贵和值得珍视的。此外，《玉房秘诀》还提出了当虚损体弱、病体未康复时不宜性事的告诫，这无疑也是很正确的。

因限于篇幅，有关古代房中术与孕育、与某些病痛的防治以及性事时(或前后)有关夫妇的心理生理反应，如男之“四至”，女之“九气”、“五音”、“五欲”、“五徵”、“八观”、“十动”、“十修”等将专文撰介，俾今人对我国古代性医学(包括房中术)有一个比较全面而正确的理解，并能起“去粗取精”之效。

7. 男性性欲和性兴奋

生活于封建社会的我国古代医家、房中家，为了加深对

人类性欲这个“禁区”的了解，曾进行过长期不懈的探索。

孟子曾明确地提出“食、色，性也”的著名主张，认为性欲和食欲一样，是人类的本能。此与前人所称“饮食男女，人之大欲存焉”的认识是基本一致的。

我国古代性医学家，观察到男女夫妇的性事前后，男子的性欲和性兴奋突出地表现在阴茎外征的生理变化上，并将阴茎的变化分成三种类型，以显示其兴奋的强弱。如明代《广嗣纪要》中曾说：“男女未交合之时，男有三至，女有五至……男有三至者，谓阳道奋昂而振者，肝气至也；壮大而热者，心气至也；坚劲而久者，肾气至也。三至俱足，女心之所悦也。若痿而不举者，肝气未至也。肝气未至而强合则伤其筋，其精流而不射也。壮而不热者，心气未至也，心气未至而强合则伤其血，其精清冷而不暖也。坚而不久者，肾气未至也，肾气未至而强合则伤其骨，其精不出，虽出亦少矣”。这已明确指出，如阴茎充血、竖起，这是肝脏的精气已至的表现；阴茎粗大发热，是心之精已至的表现；阴茎粗硬持久，则是肾气来至的征兆。当男子的心、肝、肾三脏之精气充盛时，则阴茎可壮大、发热并持久，这可促进对方的性欲和喜悦；还认为，若阴茎软弱而不能勃起，则是肝之精气未至，此时不宜强行交合，否则可伤筋，而致精液流淌而不能射。若阴茎勃起已粗大但不温热的，是心气未至的表现，此时强行交合则伤血，其精液亦多清冷而不温。若阴茎虽较坚大但却不能持久的，则为肾气未至，此时如强行性交则伤骨，并难射精或施精亦少。由此看来，古人强调性交一定要有强烈的性兴奋，夫妇才宜正式交合，不可勉强应付或仓促成事，是很符合性卫生的。当然，性行为常是全身性的

活动，古人将阴茎的壮大、发热、坚挺仅责之于肝、心、肾之精气盛衰与否，则不无机械唯物论之嫌。

在古书中，对男子性欲的表现，除上述的“三至”外，尚有提出“男候四至”的，但其主要内容却大体一致。如《玉房秘诀》说：“……交接之道，男候四至乃可致女九气”。何谓“四至”？玄女曾云：“玉茎不怒，和气不至；怒而不大，肌气不至；大而不坚，骨气不至；坚而不热，神气不至。故怒者精之明，大者精之关，坚者精之户，热者精之门。四气至而节之以道，开机不妄，开精不泄矣。”这即是说，如阴茎不充血发红，是因为阴阳之和气（即男女相互感应的性兴奋）尚未到来；虽充血发红，但阴茎不勃大者，为肌之精气未到；阴茎虽勃起，但不坚挺的，是因为骨之精气未至；阴茎虽大且坚挺，但却不够温热的，为神气尚未到来之故。所以说，阴茎能充血，为性欲已动的明证；阴茎怒而大，为能射精的关键因素；阴茎大而坚，为能施精提供通道；阴茎坚大而温热，则可提供射精的门户出入。故古人认为，夫妇性交，男方须待“四气”的到来，并加以适当的节制，就可常保生机，延年益寿。

古人对男子性欲的宏观观察，主要从阴茎的充血、壮大、温暖和持久等方面来分析，并认为这是男子能有效性交的必要条件。

上面所讲的“三至”和“四至”，虽提法不大相同，但都为用以表达男子性欲冲动的相关程度，以示其性兴奋的生理状态。

阴茎的男候不至，则是古人所诊断的阳痿的三种或四种类型，即不怒，怒而不大、大而不坚、坚而不热等，并认为

其原因分别是和气不至，肌气不至，骨气不至，神气不至，或可判定为心气、肝气、肾气的未至所引起。这为研究阳痿病机和证治的分类提出了新思路，其理论思维亦可为阳痿的现代治疗学提供指导。

男子的性欲和性兴奋，除上述阴茎方面的宏观变化外，还有着一些身体上如内分泌、神经精神、心血管、骨骼、肌肉等多方面的宏观和微观的变化，这些也是值得进一步探索的。

进入青春发育期之后的夫妇或男女青年，由于“春机发动”，一般说来，都具有一种新的生理上的、精神上的活力。这时，其性欲和性爱常表现在，对性知识的兴趣，对异性的爱慕，出现性欲望和性冲动，有时甚至采取某种自慰行为（手淫）来解除性冲动。应当说，采用适当而有效的方法，科学地普及性知识，对于促进青壮年性心理的健康发展是十分必要的。男青年对异性的爱慕，不能视作性刺激或性诱惑。因为这是一种正常的性心理活动。诗人歌德曾说：“青年男子哪个不善钟情，妙龄少女谁个不善怀春”，但有关性欲望与性冲动的表达，则男女间及个体间的差异性较大。一般而言，男性比较快速，女子则比较缓慢；男子易被视觉刺激引起性欲望，女性则易为触觉刺激而引起性兴奋。在某种情况下，自慰行为是男女性冲动的一种自我满足方式。手淫虽不是坏事，其本身亦无过错和罪恶，但要适可而止，要有节制，不宜伐性频繁。否则，也是有伤身体的。对性冲动应做到“发乎情，止乎礼”，即使是夫妇间，也宜做到有理、有利、有节，不可旦旦而伐之。“性”虽是人的本能，但它却又是社会文明的组成部分，故男女间的性关系应受社会的制约，切不可任

性而为！

8. 防止性功能早衰的探索

多年来，人类“性”本质的研究，一直被视为禁区，有些人谈“性”色变，视性问题的探究为诲淫邪术，故时至今日，虽科学已相当发达，但对人本身的性问题却了解甚微，讳莫如深。

有幸的是，长沙马王堆汉墓出土的医简《养生方》中有着大胆的、可贵的对人类“性”的探索。古人曾通过长期实践和观察，深刻地提出了人体的四肢、九窍和十二肢节与身躯同时出世，何以性器官及其功能却常先衰退的问题。在《养生方》中有着如下的一些对话：如左神在答复上述问题时说：“力事弗使，哀乐弗以，饮食弗右，其居甚明而不见阳，萃而暴用，不寺（侍）其莊（壮），不刃两热，是故亟伤。讳其名匿其體（体），至多暴事而毋礼，是故与身俱生而独先死”。这就是说，体力上不做力所不及的事，情绪上不过度喜乐与悲愁，饮食上不过饥过饱，这是几项防止性功能早衰的重要原则。如果违背这些，再加上性器官所处的在下身的部位阴甚而阳少，平时又多仓促交合，不待其壮盛或性兴奋的到来，性交前又不先有夫妇间嬉戏的准备以增强性欲，这些都可使性器官及其功能受到极大的耗伤。有些人不了解或不愿意去掌握“性”的知识，以致常因粗暴交合、失去节制而损伤体质和性功能，从而使性器官虽与身同来，但却易于先身而衰老。相传帝尧也曾向舜提出过类似问题，并探讨了如何防治性早衰的专题。如《养生方》所总结的舜之接阴治气之道，是“必爱而喜之，教而谋之，饮而食之，使其题頔坚强而缓事