

现代中医保健丛书

总主编 王坤根

副总主编 陈勇毅 施仁潮 熊国治

男性病中医保健

主编 欧春

编著(以姓氏笔画为序)

竹剑平 欧春 金箫 虞林

人民卫生出版社

现代中医保健丛书

男性病中医保健

主 编：欧 春

出版发行：人民卫生出版社（中继线 67616688）

地 址：（100078）北京市丰台区方庄芳群园3区3号楼

网 址：<http://www.pmph.com>

E-mail：pmph@pmph.com

印 刷：三河市富华印刷包装有限公司

经 销：新华书店

开 本：850×1168 1/32 印张：11.625

字 数：252千字

版 次：2000年1月第1版 2000年1月第1版第1次印刷

印 数：00 001—6 000

标准书号：ISBN 7-117-03647-8/R·3648

定 价：17.00元

版权所有，请勿擅自用本书制作各类出版物，违者必究

（凡属质量问题请与本社发行部联系退换）

目

现代中医保健丛书

录

男性概说	(1)
男性生殖器官的构造	(1)
男性外生殖器官	(1)
男性内生殖器官	(3)
精液	(4)
性腺轴	(6)
男子性欲	(6)
男子性反应周期	(8)
兴奋期	(8)
持续期	(8)
高潮期	(9)
消退期	(9)
男子的性生活	(10)
男女的性生理差别	(11)
中医对男性生殖及性功能的认识	(12)
什么是男性不育	(15)
无精子症	(18)
少精子症	(19)
死精子过多症	(19)
精子动力异常症	(19)

精液不液化症·····	(20)
畸形精子过多症·····	(20)
免疫性不育症·····	(20)
男性不育是怎样发生的·····	(22)
男性不育的发病原因·····	(22)
精液质量的异常·····	(23)
生殖器官的异常·····	(24)
性事活动的异常·····	(25)
男性不育的中医病理基础·····	(26)
生殖道炎症与男性不育·····	(30)
生殖器官外伤与男性不育·····	(32)
温度与男性不育·····	(32)
药物与男性不育·····	(33)
酒与男性不育·····	(34)
情绪影响与男性不育·····	(35)
男性不育的调养与保健·····	(36)
男性不育的保养原则·····	(36)
种子之法 必先养精·····	(36)
交合有时 方能孕育·····	(37)
饮食调养 适时合体·····	(38)
情志调养 因人而异·····	(39)
怎样辨证论治男性不育·····	(40)
怎样选用防治男性不育的菜肴·····	(43)
拌马兰头·····	(44)
生炒菠菜·····	(44)
炒芥菜·····	(44)
泥鳅汤·····	(45)

核桃仁炒韭菜.....	(45)
韭菜炒海虾.....	(46)
清炒虾仁.....	(46)
葱炖猪蹄.....	(46)
炖金银蹄.....	(47)
红烧蹄筋.....	(47)
排骨骨髓汤.....	(48)
猪肾羹.....	(48)
葱爆羊肉片.....	(49)
东坡羊肉.....	(49)
烤羊排.....	(50)
白羊肾羹.....	(50)
红烧狗肉.....	(51)
生炆狗肉.....	(51)
汽锅鸡.....	(52)
鸡露.....	(52)
西瓜炖鸡.....	(52)
碧绿鸡球.....	(53)
溜雀肉.....	(54)
红烧雀卵.....	(54)
鱼头豆腐煲.....	(54)
白汁桂鱼.....	(55)
脆鳝片.....	(56)
炒鳝丝.....	(56)
红烧海参.....	(57)
乌龙戏珠.....	(57)
元鱼烧海参.....	(58)

怎样选用防治男性不育的药膳·····	(58)
枸杞粥·····	(59)
鹿角粥·····	(59)
仙人粥·····	(60)
羊肉粥·····	(60)
羊脊粥·····	(61)
山药枸杞粥·····	(61)
枸杞羊肾粥·····	(61)
苡苳羊肉粥·····	(62)
韭菜粥·····	(62)
桃仁粥·····	(62)
薏苡仁粥·····	(63)
赤小豆粥·····	(63)
葵菜粥·····	(63)
鱼胶糯米粥·····	(64)
栗子桂圆粥·····	(64)
蜜桑青·····	(64)
山药汤圆·····	(65)
羊肉饺子·····	(65)
干蒸湘莲·····	(66)
白木耳汤·····	(66)
芝麻白糖糊·····	(67)
桂圆红枣汤·····	(67)
味补汤·····	(67)
驿马膏·····	(68)
海虾散·····	(68)
枸杞炖羊肉·····	(69)

附姜焖狗肉	(69)
核桃炖蚕蛹	(70)
桃仁墨鱼	(70)
清炖鳊鱼	(70)
冬虫夏草炖黄雀	(71)
冬虫夏草炖胎盘	(71)
冬虫夏草炖老鸭	(72)
怎样选用防治男性不育的单验方	(72)
枸杞子	(73)
制首乌	(73)
熟地黄	(74)
紫河车粉	(74)
海马粉	(74)
人参	(75)
人参龙眼汤	(75)
参杞汤	(75)
黄精枸杞汤	(76)
蛤蚧鹿茸散	(76)
杞子绿茶	(76)
柏鹿种子仙方	(76)
鹿茸酒	(77)
淫羊藿酒	(77)
仙茅酒	(77)
戊戌酒	(78)
五精酒	(78)
聚精丸	(78)
鹿茸膏	(79)

鹿角丹·····	(79)
一炁丹·····	(79)
三子汤·····	(80)
养血返精汤·····	(80)
姜苜敷脐·····	(80)
五倍子洗剂·····	(81)
蛇床子洗剂·····	(81)
二核汤·····	(81)
怎样选用防治男性不育的中成药·····	(81)
赞育丸·····	(83)
全鹿丸·····	(83)
龟鹿二仙膏(胶)·····	(84)
三肾丸·····	(84)
五子愆宗丸·····	(85)
海马保肾丸·····	(85)
金匱肾气丸·····	(86)
济生肾气丸·····	(86)
右归丸·····	(87)
左归丸·····	(87)
大补阴丸·····	(88)
耳聾左慈丸·····	(88)
六味地黄丸·····	(88)
毓麟珠·····	(89)
河车大造丸·····	(89)
金刚丸·····	(90)
大菟子丸·····	(90)
金锁固精丸·····	(91)

补肾强身片	(91)
还精煎口服液	(92)
健步丸	(92)
当归养血膏	(92)
十全大补丸	(93)
八珍丸	(93)
归脾丸	(94)
肾宝口服液	(94)
华佗再造丸	(95)
复方丹参片	(95)
大黄廬虫丸	(96)
腰痛片	(96)
逍遥丸	(96)
龙胆泻肝丸	(97)
三妙丸	(97)
滋肾丸	(98)
启宫丸	(98)
苍附导痰丸	(99)
葶藶分清丸	(99)
参苓白朮丸	(100)
怎样选用防治男性不育的气功功法	(100)
采日精法	(101)
吸月华法	(102)
六字诀法	(103)
因是字静坐法	(105)
真气运行法	(107)
提肾功	(109)

- 小周天功法····· (110)
- 壮腰健肾功····· (112)
- 晨步功····· (113)
- 五禽戏····· (113)
- 怎样选用防治男性不育的按摩方法····· (116)
- 按摩命门穴····· (117)
- 按摩阳关穴····· (117)
- 按摩神阙穴····· (118)
- 按摩气海穴····· (118)
- 按摩关元穴····· (118)
- 按摩中极穴····· (119)
- 按摩会阴穴····· (120)
- 按摩涌泉穴····· (120)
- 按摩太溪穴····· (120)
- 按摩肾俞穴····· (121)
- 按摩血海穴····· (121)
- 按摩三阴交穴····· (122)
- 按摩会阴、命门穴····· (122)
- 按摩关元、气海穴····· (123)
- 按摩关元、三阴交穴····· (123)
- 按摩气海、足三里穴····· (124)
- 按摩中极、太溪、丰隆穴····· (124)
- 按摩腹股沟部····· (125)
- 按摩足反射区····· (125)
- 按摩脐旁····· (127)
- 按摩下腹部····· (127)
- 揉腹功····· (127)

按摩腰骶部·····	(128)
按摩大腿根部·····	(129)
按摩阴囊法·····	(129)
按摩阴茎法·····	(130)
什么是男性功能障碍 ·····	(131)
阳痿·····	(132)
阴茎勃起不坚·····	(133)
阴茎异常勃起·····	(134)
缩阳·····	(134)
性欲减退·····	(134)
性欲亢进·····	(135)
不射精·····	(135)
逆行射精·····	(136)
早泄·····	(136)
遗精·····	(137)
性交疼痛·····	(138)
射精疼痛·····	(138)
男性功能障碍是怎样发生的 ·····	(139)
男性功能障碍的中医病理基础·····	(139)
缺乏性知识 误导性行为·····	(141)
气机不畅 阴茎疲软·····	(143)
药物与男性功能障碍·····	(144)
男性功能障碍的调养与保健 ·····	(146)
授之以渔——正确理解性与性行为·····	(146)
男性功能障碍的心理治疗·····	(148)
心理分析疗法·····	(148)
行为疗法·····	(149)

- 催眠疗法..... (150)
- 夫妻结合疗法..... (150)
- 怎样辨证论治男性性功能障碍..... (151)
- 怎样选用防治男性性功能障碍的菜肴..... (152)
- 韭菜豆腐羹..... (153)
- 韭菜炒虾..... (153)
- 罗汉大虾..... (153)
- 糖糟虾米..... (154)
- 黄酒炖雀虾..... (154)
- 益阳麻雀..... (155)
- 雀儿汤..... (155)
- 龙马童子鸡..... (155)
- 灵芝粉蒸肉饼..... (156)
- 皂羹..... (156)
- 红烧狗肉..... (156)
- 炒鳝鱼丝..... (157)
- 鱼鳔胶冻..... (157)
- 补益海参..... (158)
- 海参羹..... (159)
- 酒炒螺蛳..... (159)
- 怎样选用防治性功能障碍的药膳..... (160)
- 麻雀粥..... (160)
- 荔枝粥..... (161)
- 枸杞粥..... (161)
- 山萸肉粥..... (161)
- 芡实粉粥..... (162)
- 薏苡仁粥..... (162)

锁阳粥·····	(162)
金樱子粥·····	(162)
菟丝子粥·····	(163)
鹿角胶粥·····	(163)
羊肉粥·····	(163)
鸡肠饼·····	(164)
山药茯苓包子·····	(164)
莲子茯苓糕·····	(164)
山药汤圆·····	(165)
莲肉羹·····	(165)
药肚·····	(165)
炖乌骨鸡·····	(166)
何首乌煲鸡蛋·····	(166)
归参山药猪腰·····	(166)
养元鸡蛋汤·····	(167)
冬虫夏草鸭·····	(167)
雀肉汤·····	(168)
起阳鸽蛋·····	(168)
猪肾羹·····	(169)
猪腰煲杜仲·····	(169)
猪腰核桃·····	(169)
莲子煲猪肚·····	(170)
枸杞炖羊肉·····	(170)
归地烧羊肉·····	(170)
枸杞羊肾·····	(171)
苡蓉羊肉·····	(171)
杜仲爆羊腰·····	(171)

- 狗肉附子煲..... (172)
- 壮阳狗肉汤..... (172)
- 冰糖炖牛鞭..... (173)
- 枸杞炖牛尾..... (173)
- 核桃炖蚕蛹..... (174)
- 核桃仁炒韭菜..... (174)
- 怎样选用防治性功能障碍的单验方..... (174)
- 原蚕蛾..... (175)
- 狗肾精粉..... (176)
- 韭菜子..... (176)
- 刺猬皮..... (176)
- 海马粉..... (176)
- 分心木散..... (176)
- 酒银杏..... (177)
- 干荷叶..... (177)
- 冬瓜子..... (177)
- 胎盘兴阳散..... (177)
- 五鸡散..... (177)
- 金鳊汤..... (178)
- 凤眼寄奴汤..... (178)
- 玉锁丹..... (178)
- 乌龙丸..... (178)
- 金锁思仙丹..... (179)
- 韭子散..... (179)
- 清心丸..... (179)
- 倒阳汤..... (179)
- 甘草黑豆汤..... (179)

枸杞子酒	(179)
人参酒	(180)
鹿茸山药酒	(180)
对虾酒	(180)
鹿茸酒	(181)
长生药酒	(181)
蛤蚧酒	(182)
牛髓膏	(182)
五味子膏	(183)
金樱子膏	(183)
怎样选用防治男性性功能障碍的中成药	(183)
刺五加冲剂	(184)
补肾强身片	(184)
复方金樱子糖浆	(184)
虎潜丸	(184)
三才封髓丹	(185)
知柏地黄丸	(185)
朱砂安神丸	(185)
逍遥丸	(185)
金锁固精丸	(185)
桑螵蛸丸	(185)
天王补心丹	(186)
人参归脾丸	(186)
龙胆泻肝丸	(186)
阳春胶囊	(186)
鹿茸片	(186)
金匱肾气丸	(187)

归脾丸·····	(187)
大补阴丸·····	(187)
甘露消毒丹·····	(187)
舒肝丸·····	(187)
开郁顺气丸·····	(187)
大黄廕虫丸·····	(188)
肉苁蓉丸·····	(188)
通关丸·····	(188)
琥珀茯苓丸·····	(188)
参茸片·····	(188)
参鹿补膏·····	(189)
肉鹿丸·····	(189)
海参丸·····	(189)
三肾丸·····	(189)
龟龄集·····	(189)
多鞭精·····	(190)
蛤蚧大造丸·····	(190)
怎样选用防治性功能障碍的外治法·····	(190)
阳痿的药浴疗法·····	(190)
早泄的药浴疗法·····	(193)
遗精的药浴疗法·····	(195)
阳强的药浴疗法·····	(197)
缩阳的药浴疗法·····	(198)
怎样选用防治男子性功能障碍的气功功法·····	(199)
意守会阴法·····	(200)
采气法·····	(200)
升阳法·····	(200)

固精法	(201)
遗精治法	(201)
静呼吸法	(201)
墨子行气法	(202)
松静功	(203)
威仪行气法	(205)
跪功	(206)
意气功	(207)
七星功	(208)
怎样选用防治男性性功能障碍的按摩方法	(213)
性欲减退的按摩疗法	(213)
阳痿的按摩疗法	(214)
阳强的按摩疗法	(215)
遗精的按摩疗法	(216)
早泄的按摩疗法	(217)
不射精的按摩疗法	(219)
什么是子痛	(221)
子痛是怎样发生的	(221)
子痛的调养与保健	(222)
怎样选用防治子痛的菜肴	(223)
烧大白菜	(223)
清蒸茭白	(223)
炒绿豆芽	(223)
怎样选用防治子痛的药膳	(224)
蒲公英粥	(224)
绿豆菜心	(224)
桂圆炖甲鱼	(224)