

策划 邓行舟
主编 彭彧华

社会主义新农村新家庭文化屋丛书

男性健康系列



生殖系统 保健

手册

中国人口出版社

策划 邓行舟 主编 彭彧华

社会主义新农村新家庭文化屋丛书 **男性健康系列** 蔡鸣 编著

生殖系统保健手册



中国人口出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

生殖系统保健手册/蔡鸣编著. —北京: 中国人口出版社, 2007. 3
(社会主义新农村新家庭文化屋丛书·男性健康系列)
ISBN 978-7-80202-449-6

I. 生… II. 蔡… III. 男性生殖器疾病-防治-手册
IV. R697-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 022517 号

生殖系统保健手册

蔡 鸣 编 著

出版发行 中国人口出版社
印 刷 北京普瑞德印刷厂
开 本 850×1168 1/32
印 张 3.375
字 数 75 千字
版 次 2007 年 7 月第 1 版
印 次 2007 年 7 月第 1 次印刷
印 数 1~10 200 册
书 号 ISBN 978-7-80202-449-6/R·580
定 价 6.00 元

社 长 陶庆军
电子信箱 chinaphouse@163.net
电 话 (010) 83519390
传 真 (010) 83519401
地 址 北京市宣武区广安门南街 80 号中加大厦
邮 编 100054

版权所有 侵权必究 质量问题 随时退换

男性健康丛书编委会

策 划: 邓行舟

主 编: 彭彧华

编 委: 刘成宝 刘凤婷 董桂玲 宋书彦

李评修 彭秀颖 史素珍 刘彦

张林平 潘淑珍 姜淑琴 张广平

帅淑敏 轩淑清 史振启 李春菊

陈月莲 杨振富 许素明 王树勤



目 录

一、男人也生病

1. 男性病主要牵涉到哪些器官 (1)
2. 外生殖器官的体检包括哪些内容 (2)
3. 患男性病后如何就诊 (3)
4. 男性病如何预防 (4)

二、龟头包皮炎

5. 什么是龟头包皮炎 (6)
6. 龟头上有白膜是病吗 (6)
7. 龟头包皮炎如何治疗 (8)
8. 中医怎样治疗龟头包皮炎 (8)
9. 龟头包皮炎患者如何药浴治疗 (9)
10. 如何预防龟头包皮炎 (10)
11. 如何应对包皮嵌顿 (11)

三、隐睾症

12. 什么叫隐睾 (13)
13. 为什么会发生隐睾症 (14)
14. 隐睾的常见并发症有哪些 (15)
15. 隐睾症带来什么样的隐忧 (16)
16. 隐睾症如何治疗 (17)
17. 中医如何辨证治疗隐睾症 (18)
18. 治疗隐睾症的中成药和单验方有哪些 (19)



19. 隐睾症如何食疗 (20)
20. 男性锻炼睾丸的理想方法是什么 (21)

四、睾丸炎

21. 睾丸炎发作时睾丸会疼痛吗 (22)
22. 如何治疗急性细菌性睾丸炎 (23)
23. 如何治疗慢性睾丸炎 (24)
24. 流行性腮腺炎引起的睾丸炎如何治疗 (25)
25. 适合睾丸炎患者的食疗方有哪些 (26)

五、阴囊病

26. 常见的阴囊皮肤病有哪些 (28)
27. 阴囊瘙痒是什么病 (29)
28. 阴囊湿疹是怎么回事 (30)
29. 阴囊坠胀如何细查因 (31)
30. 夏日如何保护阴囊 (32)
31. 阴囊鞘膜积液是怎么回事 (34)
32. 发生了鞘膜积液怎么办 (35)
33. 阴囊会出现先天畸形吗 (36)

六、附睾炎与附睾结核

34. 附睾炎有何临床表现 (37)
35. 西医如何治疗附睾炎 (38)
36. 中医如何辨证治疗慢性附睾炎 (39)
37. 如何用中成药治疗慢性附睾炎 (40)
38. 慢性附睾炎如何食疗 (40)
39. 慢性附睾炎如何外治 (41)
40. 附睾结核是怎么回事 (41)



- 41. 附睾结核易导致不育的原因是什么 (42)
- 42. 附睾结核如何治疗 (43)
- 43. 中医如何治疗附睾结核 (44)
- 44. 如何用中成药治疗附睾结核 (45)
- 45. 附睾结核如何食疗 (45)
- 46. 附睾结核如何外治 (46)

七、精索静脉曲张

- 47. 什么叫精索静脉曲张 (48)
- 48. 精索静脉曲张的病因何在 (49)
- 49. 久坐软沙发会导致精索静脉曲张性功能损害吗 (50)
- 50. 精索静脉曲张有哪些危害 (51)
- 51. 精索静脉曲张对生育有何影响 (52)
- 52. 精索静脉曲张有何临床表现 (53)
- 53. 精索静脉曲张如何诊断 (54)
- 54. 精索静脉曲张如何早期识别 (55)
- 55. 诊断为精索静脉曲张的青少年应该怎么办 (55)
- 56. 精索静脉曲张如何治疗 (56)
- 57. 如何内服中药治疗精索静脉曲张 (57)
- 58. 如何熏洗治疗精索静脉曲张 (58)
- 59. 如何预防精索静脉曲张 (59)

八、性传播疾病

- 60. 什么是性传播疾病 (60)
- 61. 性传播疾病一定通过性接触传播吗 (61)
- 62. 安全套可以预防性病吗 (62)
- 63. 怀疑患了性传播疾病应做哪些检查 (63)
- 64. 什么是淋病 (63)



65. 淋病的传染途径和发病机制是什么 (64)
66. 男性急性淋病患者有何症状 (65)
67. 男性慢性淋病患者有何症状 (66)
68. 如何自查男性慢性淋病 (67)
69. 淋病如何治疗 (68)
70. 淋病治愈的标准是什么 (69)
71. 如何预防淋病 (70)
72. 什么是梅毒 (71)
73. 获得性梅毒如何分期 (72)
74. 梅毒如何治疗 (73)
75. 什么是软下疳 (74)
76. 如何自查软下疳 (75)
77. 软下疳如何治疗 (76)
78. 什么是性病性淋巴肉芽肿 (77)
79. 性病性淋巴肉芽肿有何临床症状 (78)
80. 性病性淋巴肉芽肿如何治疗 (79)
81. 什么是非淋菌性尿道炎 (80)
82. 非淋菌性尿道炎有何临床症状 (81)
83. 非淋菌性尿道炎如何治疗 (82)
84. 怎样预防非淋菌性尿道炎 (83)
85. 什么是尖锐湿疣 (84)
86. 尖锐湿疣有何临床症状 (85)
87. 尖锐湿疣是如何传播的 (86)
88. 如何自查尖锐湿疣 (86)
89. 尖锐湿疣如何治疗 (87)
90. 什么是生殖器疱疹 (88)
91. 生殖器疱疹有何危害 (88)
92. 生殖器疱疹如何治疗 (89)
93. 什么是传染性软疣 (90)
94. 传染性软疣如何治疗 (91)



- 95. 如何预防传染性软疣 (92)
- 96. 什么是艾滋病 (92)
- 97. 艾滋病的症状有哪些 (93)
- 98. 确诊艾滋病的依据是什么 (95)
- 99. 艾滋病如何治疗 (96)
- 100. 如何预防艾滋病 (96)





一·男人也生病

1 男性病主要牵涉到哪些器官

要想对男性病有了解，首先得知道男性生殖系统包括哪些器官及其作用。

(1) 阴囊：位于阴茎根部下后方，质地柔软，血管丰富，有热胀冷缩的特性，能有效调节温度，使其保持低于体温 $2^{\circ}\text{C} \sim 3^{\circ}\text{C}$ 水平，这是保证精子发生的重要条件之一。

(2) 睾丸：居于阴囊内，左右各一，呈卵圆形，是男性生殖系统的主要器官，具有产生精子和分泌雄激素两种功能。

(3) 附睾：细长扁平，形似半月，左右各一，长约5厘米，附于睾丸的后侧面。附睾的生理功能是促使精子成熟并贮存和排放精子。

(4) 精索和输精管：精索为系悬睾丸和附睾的柔软件，左右各一，起于腹股沟内环，在腹股沟管内向下斜行，穿皮下环进入阴囊内，终于睾丸后缘。输精管为精索内的主要结构，起始于附睾尾部，终于射精管。精索是睾丸、附睾和输精管血液循环及淋巴回流的必经之路，其主要功能是保证睾丸的生精功能及成熟精子的输送。输精管是将精子从附睾输送到前列腺部尿道的唯一通道。



(5) 前列腺：形似栗子状，位于膀胱下部，直肠前面和精囊下方，能分泌前列腺液，含有多种微量元素和多种水解蛋白酶，是组成精浆的成分之一。

(6) 精囊和射精管：精囊左右各一，位于输精管壶腹的外侧，呈长椭圆形囊状，它分泌精囊液，约占精液量的70%。精囊下端细直为排泄管，与输精管壶腹末端汇合成射精管。

(7) 尿道：男性尿道既管排尿，又可排精，具有双重功能。

(8) 阴茎：主要功能是完成性交，由背侧的两个阴茎海绵体和腹侧正中的1个尿道海绵体组成，分为龟头、阴茎体和阴茎根3个部分。成人阴茎在未勃起时长约7~10厘米，充分勃起时，其长度和体积可增加1倍以上。

2 外生殖器官的体检包括哪些内容

对于外生殖器的检查，可由专科医师进行，男人们也可自检，以帮助早期发现某些疾病。男性外生殖器的检查主要包括以下内容。

(1) 注意阴毛的分布状态，有无外生殖器畸形（如尿道下裂、隐睾等），如有畸形需进一步检查其体态、毛发分布、乳腺发育等情况。

(2) 阴茎的发育情况如包皮是否过长，有无包茎或嵌顿，阴茎的发育是否与年龄相符合，尿道开口有无异位（尿道上裂或下裂），尿道口有无炎症、粘连、狭窄或囊肿。



(3) 阴茎海绵体情况有无触痛或硬结，龟头部有无丘疹、疣或溃疡等病变，有无炎症、疤痕或新生物。

(4) 阴囊内容物检查首先注意阴囊的大小、形状，有无慢性痿管或皮肤粘连，如有阴囊肿大，是一侧还是两侧，阴囊皮肤有无急性炎症改变。附睾检查要注意确定病变位置，附睾头部、体部、尾部之大小、硬度，有无结节及触痛，有无脓肿或阴囊痿管，输精管有无增粗或结节。精索检查注意精索内有无肿块，有无精索静脉曲张。注意输精管的粗细，有无结节或触痛，以排除输精管慢性炎症或结核。精索肿瘤较多见，以良性者居多，如脂肪瘤，恶性精索肿瘤多为肉瘤，可在阴囊内触及质硬之肿块。

(5) 腹股沟淋巴结大小、软硬度及是否活动，有无慢性溃疡或疤痕。

3 患男性病后如何就诊

患男性病后，应到正规医院泌尿科、男科，在就诊前应了解每家医院的诊治特点。我国男性学科建立时间还不太长，男性病一般都是由泌尿科医生进行诊治，虽然对许多疾病如前列腺增生、睾丸肿痛等已经有比较深的研究，可受传统意识影响，对男性性功能异常、性传播疾病和男性不育未予重视。一些私人诊所的虚假广告也在坑害患者，扰乱医疗秩序，严重损害了患者的身心健康。

有的男性病患者不好意思到大医院就诊，认为得了男性病是



一件很不光彩的事情，所以有了问题就去小诊所。而小诊所的游医把问题说得很重，而把治疗手段却说得很简单，可一旦你开始用起药来，他却是把病情、治疗说得非常严重，不停地加大剂量，目的就是为了多卖药、赚黑心钱。

由于环境污染导致近年来男性生殖能力的下降和男性不育增多，大家要明白不育就是病症，必须到正规医疗机构进行细致的检查，有针对性地进行合理治疗，而不能相信社会上散布的什么神丹妙药，而耽误了治疗，一定要理直气壮地上大医院就诊，才能保证自己的健康。

4 男性病如何预防

前列腺炎、前列腺肥大、睾丸炎、附睾炎、鞘膜积液、遗精、早泄、勃起功能障碍、不射精、阴茎癌等，都是危害男性健康的常见病。

一般说来，男子到二十四五岁才发育成熟，如果早早地过性生活，性器官还没有发育成熟，耗损其精，易引起不同程度的性功能障碍，成年后易发生早泄、勃起功能障碍、腰酸、易衰老等。

适度的性生活可以给人带来愉悦的心境与体验，对身体与养生均有好处，但是，如果恣情纵欲，不知节制，生殖器官长期充血，会引起性功能下降，易引起前列腺炎、前列腺肥大、勃起功能障碍、早泄、不射精等。

男子的不少性传播疾病，如梅毒、淋病等，均与不洁性交有



关；不洁性交不但容易使自己染病，还会把病传染给妻子甚至孩子，危害极大，切不可抱侥幸的心理而为之。

男子的生殖系统在低温下有利于精子形成，经常穿牛仔裤，会使局部温度过高，不利于精子形成，因此，不宜常穿牛仔裤，尤其是在夏天及气候较湿时更应引起注意。

讲究性器官卫生不只是女人的事，男人也要同样重视这一问题。尤其是包皮过长者，要经常清除包皮垢，因为包皮垢不但易引起阴茎癌，也会引起妻子患子宫颈癌。

研究表明，睾丸癌、阴茎癌之类的肺癌，早期发现的治愈率很高，一旦发展到晚期，则疗效不理想，因此，35岁以上的男性，不妨经常注意自检外生殖器官。



二·龟头包皮炎

5 什么是龟头包皮炎

龟头包皮炎是一种发病率高的龟头包皮疾病。患者几乎都有包茎或包皮过长。在龟头和过长的包皮之间，由于脱落的上皮细胞、腺体分泌和包皮垢杆菌形成一个温热、潮湿的细菌培养基，一旦细菌进入即可引起炎症。

龟头包皮炎发病初期可见龟头和包皮表面水肿、充血，尿道口周围发红并出现疮面、糜烂，并可发展成浅表的溃疡，有脓性分泌物流出，患者自觉阴茎头处发痒或有灼热感，随后疼痛。溃烂后可流脓、味臭。严重者还会有乏力、低热、腹股沟淋巴结肿大及压痛。

另外，如为霉菌感染的念珠菌性龟头炎，常表现为龟头黏膜红斑、局部水肿、表现光滑、边缘轻度脱屑，并可有丘疹和小脓疮向周围扩大形成龟头糜烂。反复发作的念珠菌性龟头炎，可引起包皮干裂，纤维化和龟头硬化性改变。

6 龟头上有白膜是病吗

龟头上有白膜常见于3种情况：



(1) 包皮垢。包皮过长的人若不经常翻洗，包皮内层和龟头表面脱落的上皮都在包皮囊中堆积成白色的包皮垢。尤其是青少年自幼不知如何翻洗，一旦在阴茎勃起而包皮初次翻起之后，突然见到龟头表面覆盖着积聚了多年的、白花花的一层“豆腐渣”时，不知所措，包皮垢可能已干结如白色盔甲。这时可滴上清洁的食用油或碘甘油把它浸软、轻轻擦掉，并注意今后要经常翻起包皮，用净水清洗，至少每周一次。最好是去医院做包皮切除术，一劳永逸。有包茎不能翻起包皮的人更应及早手术，清除包皮垢，这是预防阴茎癌的重要手段。

(2) 清洗过度。常有人因洁癖而过分清洗外阴，把龟头黏膜搓洗得极其薄嫩、红肿不适。数日之内，其表面新生的上皮形成一层白膜，常被医生误诊为念珠菌病。患者也更加热心于搓洗，长期不愈。其实，只要停止搓洗，待白色的上皮自行老化、恢复成正常的龟头黏膜，这个“病”就不治自愈了。平日只用清水冲洗外阴即可，不必勤洗，更不必用各种清洗剂或药水搓洗，否则有害无益。

(3) 念珠菌病。龟头是念珠菌病的好发部位，尤以包皮过长者常发生念珠菌性龟头包皮炎，局部红肿瘙痒、附有“白渣”。患者及妻子也可能患其他念珠菌病。例如其妻常同时患念珠菌性阴道炎、乳头炎等。发生这种情况时，可用净水清洗患处，涂碘甘油，每日2~3次，严重者可按医嘱服用伊曲康唑等抗念珠菌药物。



7 龟头包皮炎如何治疗

局部可用 1:5000 的高锰酸钾溶液浸泡龟头，早晚各 1 次，或用棉签沾 1:1000 的苯扎溴铵（新洁尔灭）轻拭渗液或脓液，注意不要用各种油膏和粉剂，否则易加重病情。全身反应重者可加用抗生素治疗。对一般治疗效果不明显者，应注意特殊致病微生物的诊治。分泌物中查到念球菌者应局部给予制霉菌素或克霉唑。分泌物中检出滴虫者应给予灭滴灵口服。疑有性病时，应于分泌物中检查淋病双球菌，并注意与硬下疳、软下疳相区别。

8 中医怎样治疗龟头包皮炎

中医治疗本病常把其分为三型，即毒火郁结型、湿热生虫型和肝肾阴亏型三种，根据不同的临床表现予以不同的治疗。

(1) 毒火郁结型。可见包皮和龟头红肿，有红斑、丘疹、水疱或溃烂，自觉疼痛，排尿不畅，伴有口舌生疮，急躁易怒。这是由于毒火郁结，不得宣泄所致。治疗宜清热、泻火、解毒。常用方剂为导赤丹加减：黄连 10 克，黄芩 10 克，山栀子 10 克，木通 10 克，生地 10 克，淡竹叶 10 克，泽泻 10 克，大黄 6 克，生甘草 10 克，水煎服，每日 1 剂。

(2) 湿热生虫型。可见龟头潮红，起水疱或糜烂，阴茎疼