

男科病

自我诊疗与调养

范晓清 主编



“健康惠民”家庭医生丛书

男科病

自我诊疗与调养

范晓清 主编

广西科学技术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

男科病自我诊疗与调养/范晓清主编. —南宁:
广西科学技术出版社, 2016. 8
(“健康惠民”家庭医生丛书)
ISBN 978-7-5551-0510-7

I. ①男… II. ①范… III. ①男科疾病—防治
IV. ①R697

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第 160982 号

男科病自我诊疗与调养

NANKEBING ZIWO ZHENLIAO YU TIAOYANG

范晓清 主编

策 划: 罗煜涛

责任编辑: 黄璐 罗煜涛 陈勇辉

责任校对: 袁虹

装帧设计: 蒙晨

责任印制: 韦文印

出 版 人: 卢培钊

出版发行: 广西科学技术出版社

社 址: 广西南宁市东葛路 66 号

邮政编码: 530022

网 址: <http://www.gxkjs.com>

经 销: 全国各地新华书店

印 刷: 广西大华印刷有限公司

地 址: 南宁市高新区科园路 62 号

邮政编码: 530007

开 本: 787 mm×1092 mm 1/32

字 数: 132 千字

印 张: 6

版 次: 2016 年 8 月第 1 版

印 次: 2016 年 8 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5551-0510-7

定 价: 25.00 元

版权所有 侵权必究

质量服务承诺: 如发现缺页、错页、倒装等印装质量问题, 可直接向本社调换。

前言

远离疾病，保持健康，是所有人的愿望。俗话说：“人吃五谷杂粮，哪能不生病？”我们所能做的就是尽量减少疾病的发生。

严格地说，人一旦患病就应该去医院，请医生做专业的检查与治疗，这样才能有效地防止病情恶化，使身体早日康复。但是，从患者和家人的角度考虑，如能了解相关疾病的知识，尤其是对症应用的知识与技能，无疑会大大缓解疾病给病人带来的痛苦。在所患疾病的治疗阶段与康复期，甚至能对所患病症的控制与治愈起到巨大的推进作用。

本丛书最有价值的地方，在于集中介绍了对健康危害最为严重的一些常见病，并详尽讲解了对这些常见病诊治的全面知识和具体应用方法。读者一册在手，既能对其中所介绍的常见病症有全面、详细的了解，又能依此防治疾病，减少病痛，还能减少开支，达到方便、经济、实用的目的。

本丛书共分为 10 册，以内科常见病为主，兼顾其他各科。读者据此可以掌握各类常见病的自诊要点、自疗方法与调养。

范晓清

2016 年 8 月

目 录

第一章 男科病的自诊知识

一、男科病的定义与病因 /1

男科病的定义及其特点 /1

男性生殖器疾病的患病原因 /3

男性前列腺疾病的患病原因 /6

男性性功能障碍的患病原因 /8

男性不育症的患病原因 /10

男性性传播疾病的患病原因 /13

二、男科病的分类 /15

男性生殖器疾病 /15

男性前列腺疾病 /18

男性性功能障碍 /20

男性不育症 /23

男性性传播疾病 /26

三、男科病的症状表现 /28

男性生殖器疾病的症状表现 /28

男性前列腺疾病的症状表现 /31

男性性功能障碍的症状表现 /32





男性不育症的症状表现 / 34

男性性传播疾病的症状表现 / 36

四、男科病的检查 / 38

常见男科病的检查项目 / 38

男性性传播疾病检查项目 / 41

第二章 男科病的自疗要点

一、男科病的西医治疗 / 44

阳痿病的治疗要点 / 44

早泄症的治疗要点 / 47

前列腺增生症的治疗要点 / 50

前列腺炎的治疗要点 / 52

男性不育症的治疗要点 / 54

淋病的治疗要点 / 57

其他性病的治疗要点 / 59

其他男性生殖器病症的治疗概述 / 61

二、男科病的中医治疗 / 63

阳痿病的辨证施治 / 63

早泄症的辨证施治 / 65

遗精症的辨证施治 / 67

前列腺增生症的辨证施治 / 70

前列腺炎的辨证施治 / 72

男性不育症的辨证施治 / 74
房劳过度的辨证施治 / 76
淋病的辨证施治 / 78
非淋菌性尿道炎的辨证施治 / 80
尖锐湿疣的辨证施治 / 83
梅毒的辨证施治 / 84
男科常用补益中药简介 / 88
男科常用补益中成药简介 / 90

三、男科病的其他疗法 92

心理疗法的具体应用 / 92
运动疗法的积极意义 / 95
按摩疗法治疗性功能障碍 / 97

四、男科病的自我护理 99

阳痿病的日常护理要点 / 99
早泄症的日常护理要点 / 101
遗精症的日常护理要点 / 103
前列腺增生症的日常护理要点 / 105
前列腺炎的日常护理要点 / 107
男性不育症的日常护理要点 / 108
房劳过度的日常护理要点 / 110
淋病的日常护理要点 / 112
非淋菌性尿道炎的日常护理要点 / 114
尖锐湿疣的日常护理要点 / 116





第三章 男科病的饮食疗法

一、饮食疗法原则 /118

男性饮食应以补益阳气为先 /118

男科病患者的对症饮食 /120

二、适宜食物简介 /122

主食类食物 /122

副食类食物 /125

三、食疗精方 /135

核桃仁炒韭菜 /135

韭菜炒虾仁 /136

大葱炖猪蹄 /136

红烧蹄筋 /137

大葱炮羊肉 /138

胡萝卜烧羊肉 /138

红焖狗肉 /139

鱼头豆腐煲 /140

海带炖黄豆 /141

枸杞子烧羊肉 /141

韭菜烧豆腐 /142

洋葱鳝鱼丝 /143

白术蒸猪肚 /144

虫草炖老鸭 / 144
杜仲炒腰花 / 145
桂圆炖甲鱼 / 146
海马童子鸡 / 146
附片烧狗肉 / 147
黄芪炖鲤鱼 / 148
丝瓜豆腐羹 / 149
枸杞子牛尾汤 / 149
枸杞子牛鞭汤 / 150
山药鸡蛋汤 / 151
莲子糯米粥 / 151
枸杞子粳米粥 / 152
羊肉粳米粥 / 152
赤小豆粳米粥 / 153
荔枝粳米粥 / 154

第四章 男科病的预防与保健

一、男性生理小常识 / 155

男性生殖器及功能 / 155
前列腺的生理功能 / 157
雄性激素的生理作用 / 159
精液的成分与正常标准 / 162
男性的性反应周期 / 164





二、日常生活保健 /166

直接影响男性健康的因素 /166

男性在日常生活中应注意的问题 /169

保持心理平衡非常重要 /170

自慰行为及治疗方法 /172

三、禁忌及注意事项 /174

吸烟可以引发多种男科疾病 /174

酗酒对男性健康的危害 /176

正确使用安全套 /178

第一章 男科病的自诊知识

男科病的种类之多、涉及人群之广让人惊讶，但是很多男性朋友对此类疾病知识了解甚少，一旦患病，或浑然不知，或惊惶失措。因此了解男科病的症状、患病原因以及种类是治疗此类疾病的前提条件。

一、男科病的定义与病因



男科病的定义及其特点



男科病是临床上十分常见的病症，它不仅对男性的生殖健康产生不利的影响，还会影响到男性正常的性生活，甚至会给整个家庭的和谐融洽蒙上阴影。随着社会的进步和人们生活水平的提高，男科病也越来越受到人们的重视。

男科病即男科疾病，主要是和男性的生理特征相关联的一类疾病，它特指男性在生殖系统和性功能方面所出现的一系列病症。在临床上，常见的男科疾病有下列几种：生殖系统疾病、前列腺疾病、性功能障碍、不育症、性传播疾病等。

男科病的特点主要有以下几点。



1. 威胁男性的生殖健康和性生活

一旦生殖系统发生疾病，男性雄性激素分泌活动就会减弱，由此会导致患者浑身乏力、食欲减少、注意力下降、烦躁不安等不良状况的出现，同时还会降低性欲，造成性交时勃起障碍、阳痿、早泄等问题的出现。而有的男性在患上男科病后讳疾忌医，延误了疾病治疗的最佳时机，使病情更为严重。



2. 严重影响男性的心理健康

由于缺乏性知识，不少患者在患病后往往承受着很大的精神压力。这种精神压力不仅是来源于患者自身，而且更主要的是来自社会传统观念对男科病错误认识的影响。男科病不仅会对男性的自尊心造成伤害，而且还会影响夫妻之间的关系，这对于男性来讲，无疑是雪上加霜，导致男性出现自卑、内疚、担忧甚至绝望等不良心理。

3. 可治愈性

随着医疗技术的不断发展，男科病不仅可以治疗，而且大部分男科病可以彻底治愈。我国中医医学源远流长，在治疗男科病方面有着精湛的理论和丰富的临床经验；同时，西医对男科病也有着很好的治疗作用。目前，中西医结合的

治疗方法在男科病临床治疗上有着广泛的应用，并且产生了很好的效果。

男性生殖器疾病的患病原因



男性生殖器疾病指的是男性生殖器官所发生的疾病，这些疾病主要包括包皮疾病、阴茎疾病、阴囊疾病、睾丸疾病、附睾疾病、输精管疾病、精囊疾病。

1. 包皮疾病

(1) 包皮过长

包皮是阴茎外层皮肤的延伸，是保护阴茎的重要部位。在婴儿时期，阴茎头和尿道口被包皮包裹。在正常情况下，随着身体的成长，阴茎会逐渐变粗变长，阴茎头就突出了包皮的包裹，显露在外。这时如果包皮仍然包裹着阴茎，那么就容易导致各种包皮疾病的出现，如包皮过长、阴茎头包皮炎以及包茎、包皮嵌顿等。

(2) 包皮外伤

由于受到外界环境的影响，因此包皮还会受到来自外部环境的伤害，即包皮外伤。造成包皮外伤的原因有拉锁损伤、性交过激等。

2. 阴茎疾病

阴茎是男性主要的生殖器，因此阴茎疾病是性生殖器疾病的很重要的一部分。常见的阴茎疾病有阴茎畸形、阴茎外伤、阴茎炎症、阴茎硬结症、阴茎癌。





(1) 阴茎畸形

常见的阴茎畸形有小阴茎、隐匿性阴茎、阴茎阴囊融全(蹼形阴茎)、阴茎弯曲等几种类型。① 小阴茎主要是由于内分泌异常造成的。② 隐匿性阴茎是由于肥胖造成的。③ 阴茎阴囊融全和阴茎弯曲主要是由于阴茎畸形发育所造成。

(2) 阴茎外伤

阴茎外伤一般是由于阴茎在勃起状态下受到外界打击而造成的损伤。

(3) 阴茎炎症

阴茎炎症的患病原因是阴茎感染外界细菌。

(4) 阴茎硬结症

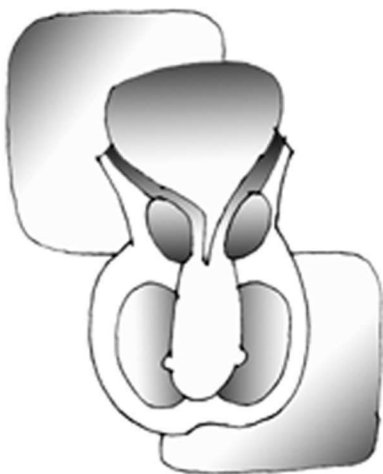
阴茎硬结症，又称阴茎纤维性海绵体炎，其病因较为复杂，包括阴茎损伤和炎症、内分泌紊乱等。

(5) 阴茎癌

阴茎癌是由于长期受到辐射，或者阴茎受到病毒感染而导致癌变。此外，包皮过长和包茎也是诱因之一。

3. 阴囊疾病

常见的阴囊疾病有阴囊感染、阴囊外伤、阴囊湿疹等。① 阴囊感染是由于阴囊皮肤褶皱较多，并且多汗，成为细菌大量生长繁殖的温床，使得阴囊受到感染。② 阴囊外伤是由于阴囊受到了来自外界的创伤，如颠簸、踢打、撕裂等。③ 阴囊湿疹同气候、环境等因素有关。





4. 睾丸疾病

睾丸位于阴囊内部，常见的睾丸疾病有睾丸位置异常、睾丸及睾丸附件扭转、睾丸炎症、睾丸肿瘤、睾丸鞘膜积液。

① 睾丸位置异常是人体在发育的过程中，睾丸在下降到阴囊的过程中受到身体局部发育畸形、内分泌异常等各种因素的影响而造成的。② 睾丸及睾丸附件扭转是由精索转移所造成的，同时外力的打击也会导致睾丸扭转。③ 睾丸炎症是由于睾丸遭到病毒感染引起的。④ 造成睾丸肿瘤的原因既有遗传因素，也有睾丸外伤、睾丸感染、隐睾等其他因素。⑤ 睾丸鞘膜积液是人体在发育过程中睾丸鞘膜内的液体平衡失调所造成的。

5. 附睾疾病

附睾位于睾丸外后侧，常见的附睾疾病有附睾炎、附睾结核。① 附睾炎分为急性和慢性两种。青年人急性附睾炎是尿道炎的继发证，老年人附睾炎则是由于产生尿路疾病后受细菌感染所致。急性附睾炎治疗不彻底可转为慢性附睾炎。

② 附睾结核的病因是附睾受到结核菌的感染。

6. 输精管疾病

常见的输精管疾病有输精管炎、先天性输精管缺如。

① 输精管炎是由于输精管受到细菌的感染而造成的一种病症。② 先天性输精管缺如的病因是胚胎的畸形发育。

7. 精囊疾病

精囊是位于前列腺后上方的两个囊性腺体。常见的精囊



疾病有精囊囊肿、血精、精囊炎。① 精囊囊肿的原因可能是精囊先天发育畸形，也有可能是炎症或前列腺手术所致。② 血精的病因则十分复杂，精囊炎、前列腺炎等炎症都可能导致血精。③ 肠道菌群是引起精囊炎的主要病因。



男性前列腺疾病的患病原因

前列腺疾病是常见的男科疾病之一，常见的前列腺疾病有三种：前列腺增生症、前列腺炎、前列腺癌。

1. 前列腺增生症

目前，对前列腺增生症的致病原因仍然在研究之中，尚无最终的定论。一般认为，前列腺增生同年龄、睾丸、生长因子、细胞新陈代谢等因素有关。随着年龄的增大，睾丸分泌维持前列腺正常功能的雄性激素的功能失调，由此导致了前列腺生长因子局部的大量增长；同时，前列腺细胞自身的新陈代谢需要维持平衡的状态，如果平衡出现失调，也会导致前列腺增生。

2. 前列腺炎

在临床上，前列腺炎分为急性细菌性前列腺炎及慢性细菌性前列腺炎、无菌性前列腺炎和前列腺痛。也有人将其分为症状性前列腺炎和无症状性前列腺炎，将急性细菌性前列腺炎、慢性细菌性前列腺炎、无菌性前列腺炎统称为症状性前列腺炎。造成前列腺炎的原因主要有以下三个。

(1) 细菌感染

急性细菌性前列腺炎和慢性细菌性前列腺炎的病因是细



菌感染，引发这种疾病的细菌主要是革兰氏阴性菌和大肠杆菌，此外还有变形杆菌、克雷伯氏杆菌、绿脓杆菌等。目前，常见的细菌性前列腺炎为单一细菌感染，混合感染的情况很少出现。

(2) 尿液反流

前列腺内尿液反流也是导致前列腺炎综合征的原因之一。尿液反流到前列腺的腺管中，从而导致无菌性前列腺炎的发生；同时，尿液反流还将细菌带入到前列腺中，容易引发细菌性前列腺炎。



(3) 后尿道神经肌肉功能障碍

临床研究还发现，后尿道神经肌肉功能障碍也是诱发前列腺炎综合征的诱因之一。后尿道神经肌肉功能障碍表现为膀胱颈部功能紊乱和骨盆肌肉痉挛，导致排尿时尿道压力增大，尿液反流进入前列腺中，从而产生前列腺内尿液反流。

此外，前列腺炎综合征还同前列腺内的免疫物质、前列腺液异常等因素有关。总之，前列腺炎综合征的病因是纷繁复杂的，对于病因和致病机理的研究也在不断的深入之中。

3. 前列腺癌

前列腺癌是一种发病概率较高的男科疾病，其发病的原因也比较复杂。一般认为，前列腺癌的发生同年龄、种族、遗传等因素密切相关，同时，体内激素的分泌异常也可能是致病因素。