

专家教您系列



专家



EXPERTS TEACH
YOU

王安喜 谢英彪◎主编

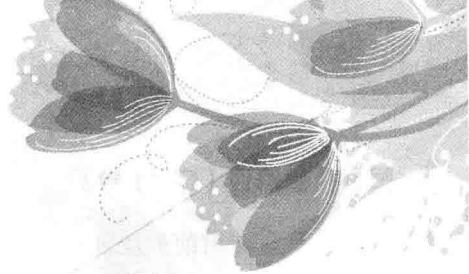
教您防治 前列腺病

倾情献给关心自己、关爱家人、关注健康的人们

本书献给勇于管理健康的人们!



中国科学技术出版社
CHINA SCIENCE AND TECHNOLOGY PRESS



专家教您防治前列腺病

ZHUANJIA JIAONIN FANGZHI QIANLIEXIAN BING

王安喜 谢英彪 主 编

中国科学技术出版社

· 北 京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

专家教您防治前列腺病 / 王安喜, 谢英彪主编. —北京: 中国科学技术出版社, 2018.8

ISBN 978-7-5046-8001-3

I. ①专… II. ①王… ②谢… III. ①前列腺疾病—防治 IV. ①R697

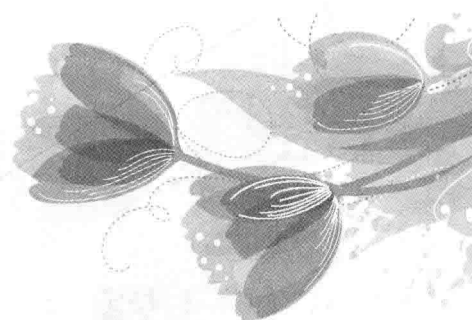
中国版本图书馆CIP数据核字 (2018) 第070315号

策划编辑 崔晓荣
责任编辑 崔晓荣 高磊
装帧设计 鸿城时代
责任校对 杨京华
责任印制 马宇晨

出 版 中国科学技术出版社
发 行 中国科学技术出版社发行部
地 址 北京市海淀区中关村南大街16号
邮 编 100081
发行电话 010-62173865
传 真 010-62173081
网 址 <http://www.cspbooks.com.cn>

开 本 720mm×1000mm 1/16
字 数 260千字
印 张 17.25
版 次 2018年8月第1版
印 次 2018年8月第1次印刷
印 刷 北京盛通印刷股份有限公司
书 号 ISBN 978-7-5046-8001-3/R·2236
定 价 45.00元

(凡购买本社图书, 如有缺页、倒页、脱页者, 本社发行部负责调换)



内容提要

本书首先介绍了前列腺疾病的病因、临床表现、诊断、患者日常生活中需要了解的常识和注意事项，其次，从起居养生、合理饮食、运动健身、心理调适、日常用药等方面详细而通俗地阐述了前列腺疾病的防与治，重点解读了西医和中医在前列腺疾病中的治疗方法，最后强调了预防保健的重要性，并着重回答了患者经常询问医生的问题，为读者提供可靠、实用的防病、治病知识。本书是基层医务工作者日常业务学习的参考用书，也适合前列腺病患者及其家属阅读参考。

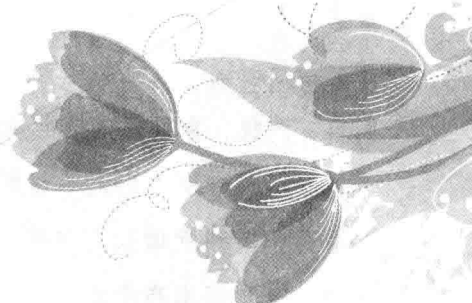
《专家教您防治前列腺病》编委会

主 编 王安喜 谢英彪

副主编 侯 平 杨 威

编 者 （以姓氏笔画为序）

卢 岗 陈泓静 周明飞



前 言

前列腺疾病是成年男性的常见疾病，通常指前列腺炎、前列腺增生及前列腺癌等，本书主要阐述前列腺炎和前列腺增生。

前列腺炎在泌尿外科50岁以下男性患者人群中占首位，其中非细菌性前列腺炎远较细菌性前列腺炎多见。只有少数患者有急性病史，多表现为慢性、复发性经过。急性细菌性前列腺炎及慢性细菌性前列腺炎的主要致病因素为病原体感染，病原体随尿液侵入前列腺，导致感染。前列腺炎病变一般局限于外周带，此处腺管与尿流垂直线逆向开口于后尿道，易致尿液反流，而中央带及移行带腺管走向与尿流方向一致，不易发生感染。慢性前列腺炎/慢性盆腔疼痛综合征的发病机制未明，病因学十分复杂，存在广泛争议。多数学者认为其主要病因可能是病原体感染、排尿功能障碍、精神心理因素、神经内分泌因素、免疫反应异常、下尿路上皮功能障碍等。无症状性前列腺炎缺少相关发病机制的研究，可能与慢性前列腺炎/慢性盆腔疼痛综合征的部分病因与发病机制相同。研究还发现，尿液的尿酸盐不仅对前列腺有刺激作用，还可沉淀成结石，堵塞腺管，成为细菌的庇护场所。这些发现可以阐明前列腺炎综合征其实是多种疾病的共同表现，而且临床表现复杂多变，可产生各种并发症，也可自行缓解。

前列腺炎的治疗首先要进行临床评估，确定疾病类型，针对病因选择治疗方法，对疾病的错误理解、不必要的焦虑及过度节欲会使症状加重。前列腺炎可能是一种症状轻微或全无症状的疾病，也可能是一种可自行缓解的自限性

疾病，还可能是一种症状复杂，可导致尿路感染、性功能障碍、不育等的疾病，治疗时既要避免向患者过分渲染本病的危害性，也要避免对本病治疗采取简单、消极、盲目偏重抗生素治疗的态度，应采用个体化的综合治疗。

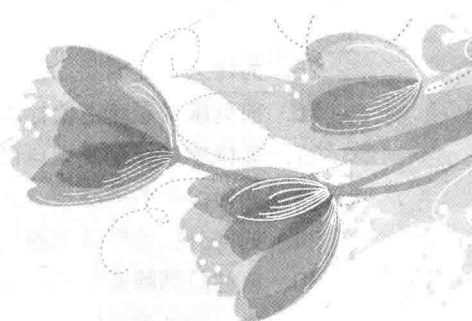
前列腺增生是中老年男性常见疾病之一，随全球人口老龄化，发病率日渐增高。前列腺增生的发病率随年龄递增，但有增生病变时不一定有临床症状。城镇发病率高于农村，而且种族差异也影响增生程度。有关前列腺增生的发病机制研究虽多，但至今仍未能阐明病因。目前已知前列腺增生必须具备有功能的睾丸及年龄增长两个条件。近年来也注意到吸烟、肥胖、酗酒、家族史、人种及地理环境对前列腺增生发生的关系。前列腺增生的早期由于其功能代偿，症状不典型，随着下尿路梗阻加重，症状逐渐明显。临床症状包括储尿期症状、排尿期症状及排尿后症状。由于病程进展缓慢，难以确定起病时间。增生的前列腺使膀胱颈发生梗阻，膀胱为克服颈部阻力而加强收缩使逼尿肌发生代偿性肥厚呈小梁状突起。膀胱腔内压增高，膀胱黏膜可自肌束间薄弱处向外膨起，形成憩室膀胱颈部梗阻。继续加重，尿液将不同程度地残留于膀胱，伴随残余尿的增多，膀胱壁逐渐变薄，使输尿管下端斜行穿过膀胱壁肌层所形成的生理性活瓣作用失效。膀胱内尿液便逆流至输尿管和肾盂，引起两侧上尿路积水，肾盂内压增高，使肾实质缺血性萎缩，引起肾功能减退，最终发展为尿毒症。

前列腺增生的危害性在于引起下尿路梗阻后所产生的病理生理改变。其病理个体差异性很大，而且也不都呈进行性发展。一部分病变至一定程度就不再发展，所以即便出现轻度梗阻症状也并非均需手术。

《专家教您防治前列腺病》以问答形式简要介绍了前列腺炎和前列腺增生的基本知识，重点介绍了防治前列腺炎和前列腺增生从起居养生、合理饮食、经常运动、心理调适做起的各种方法。并对中西医临床治疗前列腺炎和前列腺增生的方法做了详尽介绍，最后指出了预防前列腺炎和前列腺增生的重要性和具体方法。本书是一部全面反映前列腺炎和前列腺增生的自我调养

和临床防治新成果的科普读物，内容融汇中西而详尽，文字简洁明了，具有较强的科学性、实用性和可读性。不仅适合作为前列腺炎和前列腺增生患者的自我保健用书，也可作为基层医护人员的参考读物。

谢英彪



目 录

一、前列腺疾病基础知识	1
1. 什么是前列腺	1
2. 前列腺的结构如何划分	2
3. 前列腺有何生理功能	2
4. 前列腺液包括哪些成分	4
5. 什么是前列腺炎	5
6. 前列腺炎是如何分类的	6
7. 前列腺炎的发病机制是什么	7
8. 前列腺炎病原体的传播途径有哪些	9
9. 感染前列腺的常见细菌有哪些	11
10. 诱发前列腺炎的不良生活习惯有哪些	11
11. 什么是急性前列腺炎	13
12. 慢性前列腺炎的病因有哪些	13
13. 与慢性前列腺炎有关的其他因素有哪些	14
14. 衣原体感染会引起慢性前列腺炎吗	15
15. 慢性前列腺炎会给男性带来哪些烦恼和痛苦	16
16. 慢性前列腺炎影响性功能吗	17
17. 慢性前列腺炎会影响生育吗	18
18. 慢性前列腺炎会影响射精时的快感吗	20
19. 什么是无菌性前列腺炎	21
20. 什么是真菌性前列腺炎	22
21. 什么是滴虫性前列腺炎	23
22. 什么是病毒性前列腺炎	24
23. 检查前列腺的方法有哪些	25



24. 如何读懂前列腺液检查单.....	25
25. 为什么要定期测定慢性前列腺炎患者前列腺液的pH值.....	26
26. 前列腺炎患者送检标本有何学问.....	27
27. 怎样才能早期发现自己患有前列腺炎.....	28
28. 如何诊断前列腺炎.....	28
29. 如何分型诊断前列腺炎.....	29
30. 急性前列腺炎有何症状.....	30
31. 急性前列腺炎的主要并发症有哪些.....	31
32. 如何诊断急性前列腺炎.....	31
33. 慢性前列腺炎有哪些症状.....	32
34. 慢性前列腺炎引起的并发症有哪些.....	33
35. 慢性前列腺炎的诊断依据是什么.....	34
36. 慢性前列腺炎的诊断要注意什么.....	34
37. 精囊炎与慢性前列腺炎有何区别.....	36
38. 前列腺炎与前列腺增生、前列腺癌的相互关系是什么.....	36
39. 精索静脉曲张、痔与前列腺炎有什么关系.....	37
40. 慢性前列腺炎需与哪些疾病鉴别.....	38
41. 前列腺炎为何迁延难愈.....	39
42. 如何走出反复治疗的误区.....	41
43. 为什么治疗前列腺炎要区别对待.....	41
44. 慢性前列腺炎不会传染吗.....	42
45. 慢性前列腺炎一定由细菌引起吗.....	43
46. 节欲能减少前列腺病吗.....	43
47. 前列腺炎复发原因有哪些.....	44
48. 什么是前列腺增生.....	45
49. 前列腺为什么会增生.....	46
50. 前列腺增生是如何形成的.....	47
51. 前列腺增生有何病理变化.....	48
52. 前列腺增生对膀胱有何损害.....	49
53. 前列腺增生对输尿管有何损害.....	49
54. 前列腺增生对肾脏有何损害.....	50
55. 前列腺增生如何分类.....	50
56. 前列腺增生如何分度.....	51
57. 前列腺增生如何分期.....	51



58. 前列腺增生形成的原因有哪些	52
59. 前列腺增生与体内激素有何关系	54
60. 诱发前列腺增生的危险因素有哪些	56
61. 哪些人易患前列腺增生	56
62. 前列腺增生有何临床表现	57
63. 不同时期的前列腺增生各有何症状	58
64. 前列腺增生患者的泌尿系刺激征有何表现	58
65. 前列腺增生出现梗阻时会有尿频吗	59
66. 前列腺增生出现梗阻时会有排尿无力、尿线变细和尿滴沥吗	60
67. 前列腺增生出现梗阻时会有血尿吗	61
68. 前列腺增生出现梗阻时会有尿潴留吗	62
69. 前列腺增生出现梗阻时会有尿失禁吗	63
70. 前列腺增生患者的梗阻并发症有哪些	63
71. 前列腺增生的实验室检查有哪些	65
72. 如何做前列腺液的常规检查	66
73. 前列腺增生患者如何做直肠指诊	68
74. 前列腺增生患者如何做X线和B超检查	68
75. 前列腺增生患者如何做CT检查	69
76. 前列腺增生患者如何做膀胱尿道镜检查	69
77. 前列腺增生患者如何做泌尿系造影	70
78. 前列腺增生患者如何做同位素肾图检查	71
79. 前列腺增生患者如何做尿流动力学检查	71
80. 前列腺增生患者如何做前列腺穿刺活组织检查	72
81. 前列腺增生与前列腺癌如何鉴别	72
82. 前列腺增生到什么程度就应考虑治疗	74
83. 前列腺增生离尿中毒有多远	74
84. 前列腺增生与泌尿系感染有何关联	75
85. 前列腺增生与急性尿潴留有何关联	75
86. 前列腺增生与血尿有何关联	76
87. 前列腺增生与肾功能不全有何关联	76
88. 前列腺增生与膀胱憩室有何关联	78
89. 前列腺增生与腹外疝有何关联	78
90. 前列腺增生与脱肛有何关联	78
91. 前列腺增生会癌变吗	79

二、防治前列腺疾病从起居养生做起..... 81

92. 哪些不良生活习惯会损伤前列腺..... 81
93. 冬季赖床为什么会憋出前列腺炎..... 82
94. 手淫真的是引起前列腺炎的罪魁祸首吗..... 83
95. 如何保护前列腺..... 84
96. 为什么前列腺炎患者不宜经常熬夜..... 84
97. 不正确的骑车姿势会引发前列腺炎吗..... 85
98. 驾驶员如何保护好前列腺..... 85
99. 治疗前列腺炎要注意什么..... 86
100. 前列腺炎治愈后不舒服症状可以完全消失吗..... 86
101. 网恋会加重前列腺炎吗..... 87
102. 前列腺炎患者应如何面对性生活..... 88
103. 为什么前列腺炎患者不应绝对禁欲..... 90
104. 慢性前列腺炎患者怎样做温水坐浴..... 90
105. 在家里能做前列腺按摩吗..... 91
106. 前列腺炎的家庭护理要注意什么..... 92
107. 冬天如何保护前列腺..... 93
108. 前列腺炎患者怎样配合治疗..... 94
109. 前列腺增生患者在日常生活中如何调理..... 95
110. 为什么前列腺增生患者要避免久坐..... 96
111. 为什么前列腺增生患者要及时排尿..... 96
112. 前列腺增生患者如何防治急性尿潴留..... 99
113. 为什么前列腺增生患者要戒烟..... 99
114. 为什么前列腺增生患者不宜长途骑自行车或骑马..... 99
115. 前列腺增生症会不会影响性生活..... 100
116. 为什么前列腺增生患者的性生活要适度..... 101
117. 前列腺增生如何过性生活..... 102
118. 前列腺切除术后排尿困难怎么办..... 103
119. 留置导尿管后如何调理..... 103

三、防治前列腺疾病从合理饮食做起..... 105

120. 饮食不当会诱发前列腺炎吗..... 105
121. 为什么前列腺炎患者不宜喝咖啡..... 106
122. 前列腺炎患者如何饮食调养..... 106



123. 慢性前列腺炎患者为何要忌口	107
124. 慢性前列腺炎患者是否都需要“补肾”	108
125. 什么是慢性前列腺炎的“苹果疗法”	109
126. 前列腺炎患者如何用茶饮方食疗	109
127. 前列腺炎患者如何用粥疗方食疗	111
128. 适合前列腺炎患者的主食有哪些	112
129. 适合前列腺炎患者的菜肴有哪些	114
130. 适合前列腺炎患者的汤羹有哪些	117
131. 适合前列腺炎患者的果蔬汁有哪些	118
132. 前列腺增生患者的饮食原则是什么	119
133. 前列腺增生患者如何饮食调理	120
134. 花粉是否适合前列腺增生患者食用	121
135. 适合前列腺增生患者的茶饮有哪些	122
136. 适合前列腺增生患者的米粥有哪些	124
137. 适合前列腺增生患者的米饭有哪些	126
138. 适合前列腺增生患者的点心有哪些	128
139. 适合前列腺增生患者的凉拌菜有哪些	129
140. 适合前列腺增生患者的炒菜有哪些	131
141. 适合前列腺增生患者的炖菜有哪些	132
142. 适合前列腺增生患者的蒸煮菜有哪些	133
143. 适合前列腺增生患者的羹菜有哪些	134
144. 适合前列腺增生患者的汤菜有哪些	136

四、防治前列腺疾病从经常运动做起

145. 慢性前列腺炎患者要不要参加体育锻炼	139
146. 跑步可以缓解前列腺炎吗	140
147. 如何用气功治疗慢性前列腺炎	141
148. 如何做快乐按摩功	142
149. 如何做前列腺保健操	142
150. 慢性前列腺炎患者如何做医疗体操	142
151. 运动疗法治疗前列腺增生的机制是什么	144
152. 前列腺增生患者如何散步	145
153. 前列腺增生患者如何慢跑	146
154. 前列腺增生患者如何做缩肛运动	146

五、防治前列腺疾病从心理调适做起	147
155. 前列腺炎患者八成有心病吗	147
156. 慢性前列腺炎引发的精神症状有哪些	148
157. 为什么要对慢性前列腺炎患者进行心理学分析	149
158. 慢性前列腺炎患者如何自我调节精神心理状态	150
159. 慢性前列腺炎患者如何自我调节行为方式	151
160. 慢性前列腺炎为何要做心理治疗	151
161. 什么是前列腺生物反馈治疗	152
162. 前列腺炎和勃起功能障碍有没有直接关系呢	153
163. 前列腺增生对心理健康有何危害	154
164. 前列腺增生患者如何做好心理保健	155
165. 前列腺增生患者如何调摄精神	156
六、防治前列腺疾病的西医妙招	158
166. 前列腺炎的治疗原则是什么	158
167. 治疗前列腺炎的方法有哪些	159
168. 如何选择前列腺炎用药方式	161
169. 选用抗菌药物治疗前列腺炎时应遵循什么原则	161
170. 前列腺炎的治疗难点有哪些	162
171. 急性细菌性前列腺炎如何治疗	163
172. 慢性前列腺炎如何治疗	164
173. 如何合理使用抗菌药治疗前列腺炎	165
174. α -肾上腺素能受体阻滞药为什么能治疗前列腺炎	166
175. 如何选择使用 α -肾上腺素能受体阻滞剂	167
176. 地西泮可以治疗慢性前列腺炎吗	168
177. M-受体阻滞药为什么能治疗前列腺炎	169
178. 舍尼通能治疗前列腺炎吗	169
179. 如何用激素药治疗慢性前列腺炎	170
180. 治疗前列腺痛的药物有哪些	171
181. 局部用药治疗慢性细菌性前列腺炎主要有哪些方法	171
182. 什么是前列腺炎直接注射法治疗	172
183. 前列腺炎注射治疗有什么优缺点	173
184. 什么是前列腺炎经尿道灌药治疗	174
185. 什么是前列腺炎经输精管注射给药治疗	175

186. 什么是前列腺炎经直肠给药治疗	175
187. 按摩前列腺有何治疗作用	175
188. 为什么理疗也能治疗慢性前列腺炎	177
189. 前列腺炎如何物理治疗	178
190. 什么是前列腺经尿道激光、射频、局部高温治疗	179
191. 哪种慢性前列腺炎需要外科治疗	180
192. 慢性前列腺炎是否需手术治疗	180
193. 手术治疗慢性前列腺炎的疗效如何	181
194. 慢性前列腺炎在什么情况下要考虑手术治疗	182
195. 慢性前列腺炎为什么要强调综合治疗	183
196. 念珠菌性前列腺炎如何治疗	184
197. 滴虫性前列腺炎如何诊治	184
198. 急性淋菌性前列腺炎如何诊治	186
199. 慢性淋菌性前列腺炎如何诊治	188
200. 衣原体、支原体性前列腺炎如何诊治	190
201. 结核性前列腺炎如何诊治	192
202. 非过敏性肉芽肿性前列腺炎如何药物治疗	195
203. 为什么有的慢性前列腺炎患者的前列腺会缩小	195
204. 前列腺会同时存在炎症和增生两种疾病吗	196
205. 在前列腺同时有增生和炎症的情况下应如何进行治疗	197
206. 什么是前列腺炎治愈标准	198
207. 慢性前列腺炎患者在诊治过程中应该注意哪些问题	198
208. 前列腺增生的治疗原则是什么	200
209. 前列腺增生有哪几种手术治疗方法	201
210. 前列腺增生如何药物治疗	202
211. 治疗前列腺增生的药物有哪些	204
212. 如何用非那雄胺（保列治）治疗前列腺增生	205
213. 治疗前列腺增生的药物研究有何进展	206
214. 如何用微波治疗前列腺增生	207
215. 前列腺增生并发炎症时如何治疗	209
216. 普适泰（舍尼通）能治疗前列腺增生吗	210
217. 前列腺增生患者忌用哪些药	210
218. 前列腺增生为什么不能乱用阿托品类药物	211
219. 前列腺增生为什么不能吃氯苯那敏（扑尔敏）	212

七、防治前列腺疾病的中医妙招	214
220. 中医如何辨证治疗急性前列腺炎	214
221. 还有哪些中药汤剂可以治疗急性前列腺炎	215
222. 中医如何灌肠治疗急性前列腺炎	216
223. 中医治疗慢性前列腺炎有哪些优势	216
224. 中医如何治疗慢性前列腺炎	217
225. 还有哪些中药汤剂可以治疗慢性前列腺炎	219
226. 可以治疗慢性非细菌性前列腺炎的中药汤剂有哪些	224
227. 慢性前列腺炎如何用中成药治疗	225
228. 如何用中药煎剂灌肠治疗慢性前列腺炎	226
229. 慢性前列腺炎如何穴位注射治疗	227
230. 什么是前列腺炎坐药疗法	228
231. 如何坐浴熏洗治疗前列腺炎	229
232. 中医如何治疗病毒性前列腺炎	230
233. 慢性前列腺炎患者如何做自我康复按摩	230
234. 如何用按摩手法调治前列腺炎	231
235. 如何用耳针治疗慢性前列腺炎	232
236. 前列腺炎的外治法有哪些	232
237. 如何贴敷治疗慢性前列腺炎	233
238. 慢性前列腺炎如何进行艾灸疗法	234
239. 慢性前列腺炎如何采用五行针治疗	235
240. 可以治疗前列腺痛的中药汤剂有哪些	235
241. 中医对前列腺增生有何认识	236
242. 治疗前列腺增生的经典中成药有哪些	237
243. 能治疗前列腺增生的中药及花粉制剂有哪些	238
244. 中医如何辨证治疗前列腺增生	238
245. 前列腺增生患者如何坐浴治疗	239
246. 前列腺增生患者如何足浴治疗	240
247. 前列腺增生患者如何做穴位按摩	242
248. 前列腺增生患者如何自我按摩	242
249. 前列腺增生患者如何做导引按摩	243
250. 前列腺增生患者如何做五步按摩	243
251. 前列腺增生患者如何做足部按摩	244
252. 前列腺增生患者如何针刺治疗	244

253. 前列腺增生患者如何耳针治疗	246
254. 前列腺增生患者如何艾灸治疗	247
255. 前列腺增生患者如何刮痧治疗	247
256. 前列腺增生患者如何敷贴治疗	248
八、防治前列腺疾病关键在预防	250
257. 如何注意前列腺炎的报警信号	250
258. 前列腺炎应该如何预防	251
259. 如何预防慢性前列腺炎	252
260. 补充哪些食物能预防前列腺炎	253
261. 哪些动作能预防前列腺炎.....	253
262. 有车族如何预防前列腺炎.....	254
263. 新婚如何预防蜜月性前列腺炎	254
264. 前列腺炎患者愈后如何预防复发.....	255
265. 如何预防前列腺增生.....	256