

# 男性性功能障碍的防治与康复

介绍男性应了解的性生理知识

阐述各种因素对性功能的影响

男性性功能在不同年龄段的表现

如何正确对待年龄与性能力

中老年男性如何增强性能力

如何自我解决各种性障碍

如何自我调节性功能失调

如何消除影响性功能的不利因素

编著 王建宇 杨长海



天津科技翻译出版公司

# 男性性功能障碍的 防治与康复

王建宇 杨长海 编著

天津科技翻译出版公司

---

## 图书在版编目 (CIP) 数据

男性性功能障碍的防治与康复/王建宇, 杨长海编著. —天津:  
天津科技翻译出版公司, 2000. 8

ISBN 7-5433-1250-6

I. 男… II. ①王… ②杨… III. ①男性生殖器疾病: 功能性疾  
病-防治 ②男性生殖器疾病: 功能性疾病-康复 IV. R698

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 39935 号

---

出 版: 天津科技翻译出版公司

出 版 人: 边金城

地 址: 天津市南开区白堤路 244 号

邮政编码: 300192

电 话: 022-23693561

传 真: 022-23369476

E - mail: tsttbc@public.tpt.tj.cn

印 刷: 南开大学印刷厂印刷

发 行: 全国新华书店

版本记录: 850×1168 32 开本 8.125 印张 184 千字

2000 年 8 月第 1 版 2000 年 8 月第 1 次印刷

印数: 1—3000 册

定价: 12.00 元

(如发现印装问题, 可与出版社调换)

# 前 言



性功能障碍是一种常见和影响面极广的疾病。它不仅给患者本人带来极大的痛苦，而且还会影响家庭生活的幸福。然而，多数患有性功能障碍的人常常默默地忍受着疾病的困扰，却不愿到正规的医院就治，从而贻误了疾病的诊治。因此及早预防和治疗，对患者，对家庭，对社会都是有益的。

本书主要由上、下两篇构成。

上篇是向读者介绍了一些科学的性知识。在本篇里，我们针对众多患者由于缺乏性知识而使一些性功能障碍疾患得不到及时防治的现状，围绕人们所关心的问题，参考国内外有关的资料，有针对性地选编了一些必要的相关内容，介绍了男性性器官的解剖、男性性生理、以及夫妻性生活等方面内容，旨在帮助读者正确地了解科学的性知识，以促进男性身心的健康，及早纠正各种错误的认识和观念，从而及早地预防和消除因性知识的缺乏而可能造成的性功能障碍的隐患，解除患者心理上的压力和精神上的痛苦，最终使夫妻生活更加和谐美满。

本书的下篇主要阐述了常见性功能障碍的自我诊断、治疗、预防等方面的医学知识，使身受疾病困扰的患者了解疾病的发生、病因、诊断、治疗等，对自己的疾病有一个全面的正确认识，消除对疾病的恐惧心理，以使疾病得到及时的

诊治。

总之，我们编写本书的目的：一是让患者掌握科学的性知识，因为这一点也是我们在临床诊治过程中所必不可少的内容之一；二是让患者对疾病有一个正确的认识，从而达到无病早预防，有病要早治，小病能自疗，大病早就医，增强人们的防病自我保健的意识，提高人们的健康水平。

最后，我们由衷地希望本书能对广大读者有所帮助。

# 目 录

## 上篇 男性应了解的性生理知识

|                      |        |
|----------------------|--------|
| 1 男性的性生理解剖 .....     | ( 5 )  |
| 男性生殖系统的构成 .....      | ( 6 )  |
| 睾丸及其作用 .....         | ( 7 )  |
| 附睾及其作用 .....         | ( 7 )  |
| 输精管及其作用 .....        | ( 8 )  |
| 关于前列腺和尿道球腺、精囊腺 ..... | ( 8 )  |
| 关于射精管 .....          | ( 10 ) |
| 关于阴茎 .....           | ( 10 ) |
| 关于阴囊 .....           | ( 11 ) |
| 阴茎的勃起 .....          | ( 12 ) |
| 一种本能的阴茎勃起 .....      | ( 14 ) |
| 阴茎勃起的条件 .....        | ( 15 ) |
| 阴茎勃起各个阶段的表现 .....    | ( 17 ) |
| 射精 .....             | ( 19 ) |

|   |                         |      |
|---|-------------------------|------|
| 2 | 性器官与性功能 .....           | (21) |
|   | 睾丸与性功能 .....            | (22) |
|   | 双侧睾丸一大一小对性功能是否有影响 ..... | (23) |
|   | 小睾丸症是否会影响男性的性功能 .....   | (24) |
|   | 隐睾症是否会影响性功能 .....       | (24) |
|   | 阴茎的大小能否影响性功能 .....      | (25) |
|   | 包皮过长及包茎对性功能的影响 .....    | (27) |
| 3 | 性欲与性功能 .....            | (30) |
|   | 何谓性欲 .....              | (31) |
|   | 性欲与阴茎勃起 .....           | (32) |
|   | 性欲的产生机制 .....           | (33) |
|   | 男性激素在男性成长中的作用 .....     | (34) |
|   | 女性性欲的心理特点 .....         | (35) |
|   | 影响女性性欲的因素 .....         | (37) |
|   | 男性性欲的特征 .....           | (38) |
|   | 影响男性性欲的因素 .....         | (39) |
|   | 男女的性感区 .....            | (41) |
|   | 男性正常的性功能 .....          | (43) |
|   | 阴茎勃起功能 .....            | (44) |
|   | 阴茎勃起功能的自我判断 .....       | (45) |
|   | 男性性功能在不同年龄阶段的表现 .....   | (48) |
|   | 正确对待年龄与性能力 .....        | (50) |

|   |                              |      |
|---|------------------------------|------|
| 4 | 各种因素对性欲和性功能的影响 .....         | (54) |
|   | 视觉对性欲的影响 .....               | (55) |
|   | 触觉对性欲的影响 .....               | (56) |
|   | 嗅觉对性欲的影响 .....               | (57) |
|   | 听觉对性欲和性功能的影响 .....           | (58) |
|   | 夫妻关系对性欲和性功能的影响 .....         | (58) |
|   | 家庭教育和家庭环境对性欲和性功能的影响<br>..... | (60) |
|   | 饮酒对性功能的影响 .....              | (62) |
|   | 吸烟对性功能的影响 .....              | (64) |
|   | 喝咖啡对性功能的影响 .....             | (64) |
|   | 疲劳对性功能的影响 .....              | (65) |
|   | 疾病与性功能 .....                 | (66) |
|   | 甲状腺疾病对性功能的影响 .....           | (67) |
|   | 糖尿病对性功能的影响 .....             | (68) |
|   | 药物对性功能的影响 .....              | (69) |
|   | 手术对性功能的影响 .....              | (70) |
|   | 前列腺手术对男性性功能的影响 .....         | (71) |
| 5 | 了解性生理知识——男女性反应周期 .....       | (73) |
|   | 兴奋期男女各自的特点 .....             | (74) |
|   | 持续期男女各自的特点 .....             | (78) |
|   | 高潮期男女各自的特点 .....             | (80) |
|   | 消退期男女各自的特点 .....             | (84) |

|   |                        |       |
|---|------------------------|-------|
| 6 | 和谐的性生活所必备的性知识 .....    | (87)  |
|   | 影响人类性行为的因素 .....       | (88)  |
|   | 性生活中的“时间差”和“性别差” ..... | (91)  |
|   | 关于性交时间的选择 .....        | (95)  |
|   | 如何掌握适度的性生活 .....       | (97)  |
|   | 关于性交的体位 .....          | (100) |
|   | 男女性快感和性高潮的产生 .....     | (103) |
| 7 | 如何使夫妻性生活达到和谐 .....     | (107) |
|   | 什么是和谐的性生活 .....        | (108) |
|   | 性生活不和谐的主客观因素 .....     | (109) |
|   | 如何解决性生活不和谐的问题 .....    | (111) |
|   | 和谐性生活需要夫妻双方共同努力 .....  | (117) |
| 8 | 如何消除影响性生活的各种性障碍 .....  | (119) |
|   | 性功能失调的问题 .....         | (120) |
|   | 如何调节性功能失调 .....        | (120) |
|   | 影响性生活的各种性障碍问题 .....    | (123) |
|   | 如何自我解决各种性障碍问题 .....    | (124) |
|   | 解决性障碍的各种训练 .....       | (126) |
|   | 正确认识性技巧的问题 .....       | (129) |
| 9 | 中老年人的性功能和性生活 .....     | (131) |
|   | 中老年男性的性功能衰退 .....      | (132) |

|                    |       |
|--------------------|-------|
| 中老年性生活的调节 .....    | (134) |
| 正确对待老年人的性生活 .....  | (136) |
| 中老年男性如何增强性能力 ..... | (137) |

## 下篇 常见性功能障碍的诊断与治疗

|                          |       |
|--------------------------|-------|
| 1 性欲障碍之一——性欲低下或无性欲 ..... | (143) |
| 何谓性欲低下 .....             | (144) |
| 性欲低下的表现 .....            | (146) |
| 引起性欲低下的因素 .....          | (147) |
| 如何诊断 .....               | (151) |
| 如何治疗 .....               | (155) |
| 2 性欲障碍之二——性欲亢进 .....     | (161) |
| 何谓性欲亢进 .....             | (162) |
| 患病后的表现 .....             | (162) |
| 引起性欲亢进的可能因素 .....        | (163) |
| 如何诊断 .....               | (165) |
| 如何治疗 .....               | (166) |
| 3 勃起功能障碍 .....           | (168) |
| 阳痿的概念 .....              | (169) |
| 勃起功能障碍在国内外的发病情况 .....    | (169) |
| 勃起功能障碍的自我判断 .....        | (171) |

|                          |       |
|--------------------------|-------|
| 勃起功能障碍的病因与分类 .....       | (178) |
| 勃起功能障碍的诊断 .....          | (181) |
| 勃起功能障碍的治疗 .....          | (186) |
| <br>4 阴茎异常勃起 .....       | (192) |
| 症状表现的自我判断 .....          | (193) |
| 引发阴茎异常勃起的各种因素 .....      | (193) |
| 如何诊断 .....               | (195) |
| 如何治疗 .....               | (196) |
| <br>5 射精障碍之一——早泄 .....   | (197) |
| 早泄的定义 .....              | (198) |
| 男性的射精能力 .....            | (199) |
| 引发早泄的各种因素 .....          | (201) |
| 如何提高控制射精的能力 .....        | (202) |
| <br>6 射精障碍之二——不射精症 ..... | (207) |
| 不射精症的分类 .....            | (208) |
| 引发不射精症的各种因素 .....        | (210) |
| 如何诊断 .....               | (216) |
| 如何治疗 .....               | (217) |
| <br>7 射精障碍之三——逆行射精 ..... | (224) |
| 逆行射精是怎样发生的 .....         | (225) |

|                       |              |
|-----------------------|--------------|
| 引发逆行射精的各种因素 .....     | (225)        |
| 如何诊断 .....            | (227)        |
| 鉴别诊断 .....            | (227)        |
| 如何治疗 .....            | (228)        |
| 逆行射精姑息性处理——人工授精 ..... | (230)        |
| <b>8 遗精 .....</b>     | <b>(232)</b> |
| 遗精是怎样产生的 .....        | (233)        |
| 遗精的频度与量 .....         | (234)        |
| 导致遗精的各种因素 .....       | (235)        |
| 如何防治遗精 .....          | (236)        |
| <b>9 手淫问题 .....</b>   | <b>(237)</b> |
| 为什么会出现手淫 .....        | (238)        |
| 如何认识手淫问题 .....        | (238)        |
| 防止过度手淫的方法 .....       | (243)        |
| <b>10 性交疼痛 .....</b>  | <b>(245)</b> |
| 诱发性交疼痛的各种因素 .....     | (246)        |
| 如何治疗 .....            | (247)        |

# 上篇

---

## 男性应了解的 性生理知识

---



## 导言

男性性功能障碍在男性中是一种较为常见的疾患，它不仅给患者本人带来很大的痛苦，而且还会给家庭生活带来不良的后果。因此，及早防治尤其重要。而且，从某种意义上讲，预防比治疗显得更为重要。

那么，如何预防性功能障碍呢？要想解决这个问题，首先是性教育的问题。在临床中，许多性功能障碍患者的性知识是极为贫乏的，他们既没有接受过正规的性教育，也没有接受过非正规的性教育。不容置疑，缺乏性知识是导致许多性功能障碍的重要因素之一。我们在治疗中，这种性知识的教育因素的重要性往往超过了其他因素。

因此，传播一些性知识，无论是从治疗角度，还是从预防的角度，对于患有此类疾病的读者来说，都是很有必要的。这也是我们在进行治疗中所必不可少的内容之一。因此，我们在本篇里对男性的性生理解剖、性欲、性反应及性行为等方面的有关知识作了简要的介绍，部分内容对女性的问题也相应作了阐述。

我们编写此部分内容的目的就是要告诉读者科学的医学知识，什么是正确的认识，什么是错误的认识，哪些因素会对性功能产生影响等等，以便使读者对人类的性特征有一个基本的了解，使人们对性活动有一个健康的认识，及早防治性功能障碍，最终使其拥有一个幸福和谐的夫妻生活。



# 1

## 男性的性生理解剖

人们对男性性器官的了解，大多都是一些直观的了解，给人的印象往往是简单而片面的。其实，从生理结构上看，男性的性器官并不像人们想象得那么简单。一些人对什么是正常的，什么是异常的，有时往往很难做出判断，缺乏正确的认识，因而造成不必要的心理负担，导致心理上的障碍。为此，在本部分里，我们对男性的性解剖作了简要的介绍。对每一个男性来说，掌握一些必要的性生理解剖知识是很有必要的，对身有疾患的人也是很有帮助的。