



常见病名医解惑丛书·西苑医院系列

名医解惑 阳 痿

唐旭东◎总主编

郭 军 吴天浪◎主 编



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

常见病名医解惑丛书·西苑医院系列

名医解惑 阳 痿

唐旭东 总主编
郭 军 吴天浪 主 编

中国科学技术出版社
· 北 京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

名医解惑 阳痿 / 郭军, 吴天浪主编. —北京: 中国科学技术出版社, 2016.1

(常见病名医解惑丛书·西苑医院系列)

ISBN 978-7-5046-6901-8

I. ①名… II. ①郭… ②吴… III. ①阳痿—防治
IV. ① R698

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 242366 号

策划编辑	张楠
责任编辑	张楠
责任校对	杨京华
责任印制	张建农
装帧设计	中文天地

出版	中国科学技术出版社
发行	科学普及出版社发行部
地址	北京市海淀区中关村南大街16号
邮编	100081
发行电话	010-62103130
传真	010-62179148
网址	http://www.cspbooks.com.cn

开本	787mm × 1092mm 1/16
字数	84千字
印张	6.25
版次	2016年3月第1版
印次	2016年3月第1次印刷
印刷	北京玥实印刷有限公司
书号	ISBN 978-7-5046-6901-8 / R·1856
定价	20.00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)

常见病名医解惑丛书·西苑医院系列

总编委会

总 主 编 唐旭东

副总主编 史大卓 徐凤芹 袁敬柏

编 委 (以姓氏笔画为序)

李培红 吴 煜 余仁欢 陈志伟 姚春海

郭 军 童文新

《名医解惑 阳痿》

编委会

主 编 郭 军 吴天浪

副 主 编 韩 强 刘绍明

编写成员 (以姓氏笔画为序)

王 福	尤耀东	朱欣伟	刘绍明	李 重
吴天浪	余国今	辛重强	张修举	张继伟
张 强	张 瑞	陈宏星	陈帝昂	郁 超
周柱华	赵治国	赵家有	段平川	俞旭君
耿 强	高庆和	郭 军	黄 凌	韩 强

总序

中国中医科学院西苑医院专病门诊由来已久。专病门诊的设立帮助患者减少就医的盲目性，帮助中青年医生稳定临床方向、提高临床疗效。通过专病门诊的建设，一批中青年名医脱颖而出，成为临床有疗效、患者能信任的专家群体。他们在专病门诊悉心解答患者疑惑，讲解中医科普知识，指导患者形成正确的疾病观、治疗观，使其配合医生积极治疗，获得了患者的广泛欢迎和赞誉。

《常见病名医解惑丛书》的作者均来自于西苑医院中青年名中医为主的专家群体，他们将专病门诊中需要患者掌握的疾病防治知识、注意事项、治病小窍门等整理成册，简明扼要，精练适用，凝聚了专家的心血以及宝贵医患沟通与健康教育的经验。建议读者阅读时，不必拘泥于从头至尾的顺序阅读，可以根据自己的兴趣与需要，选择相关内容先后阅读，必要时做些笔记，使自己也成为慢病防治的行家里手。

本丛书的出版得到中国中医科学院西苑医院和中国科学技术出版社的大力支持。西苑医院唐旭东院长始终如一关心专科门诊的建设与中青年医师的成长，亲任丛书总主编；西苑医院医务处的杜佳楠、杨怡坤等多位同志也为本书的出版做出了贡献。中国科学技术出版社张楠编审及其他编辑悉心

指导专家撰写科普著作，不厌其烦地进行修改润色，使本丛书得以顺利出版发行。

由于本丛书作者众多，科普著作之撰写比专业著作更难、要求更高，在措辞、语言通俗性方面难免会有不足。医学发展日新月异，本丛书的编写是专家在繁忙的临床、科研、教学工作之余完成，历时3年有余，数易其稿，疏落之处仍属难免，敬请广大读者提出宝贵意见以利今后改进提高。

中国中医科学院西苑医院

2015年7月18日



前言

阳痿，是一个古老而又新鲜的疾病。说古老，是因为早在两千多年前《黄帝内经》就对阳痿的发病机制进行了精辟的阐述；说新鲜，是由于受传统伦理观念的束缚，现今社会还一直是“谈性色变”，更何况是“阳痿”这种严重关乎男性尊严的疾病。随着社会的发展，生活节奏日趋加快，生活压力逐步增大，加之饮食生活习惯的改变以及环境污染日益严重等多种因素的影响，阳痿“越来越频繁”地出现在人们的生活中，而此刻男性同胞们仍因其是“难以启齿的小问题”不能坦荡地面对和就医，反倒求助于网络甚或私下流传的“小广告”，然而这类“知识”的商业性质浓厚，其准确性着实令人堪忧。一些夸张的宣传，使许多患者心生恐惧，身心受到伤害。作为一名男科医师，让患者对阳痿有个正确的认识，是我们医生义不容辞的责任。

本书针对阳痿患者最关心的问题，采用谈话的方式向读者介绍阳痿的相关知识。本书内容共分为七章，所述问题均为患者最关心、最常见、最具代表性的。本书对如何认识阳痿以及阳痿疾病的病因、诊断、中医疗法、西医疗法、饮食疗法和预防措施均做了详尽的解说。古人云“三分治疗，七分调养”，本书在强调医学治疗的同时，更强调患者从心理、

饮食、生活方式等方面对自身疾病的综合调理。

本书内容精炼，通俗易懂，循序渐进，每部分皆独立完整，贴近生活实际，内容全面丰富，适合广大患者及家属阅读，也可供男科工作者参考。由于时间仓促及水平有限，书中纰漏之处在所难免，请读者多提宝贵意见。

中国中医科学院西苑医院 郭 军

成都中医药大学附属医院 吴天浪

2014年12月



小引 请为健康预留 15 分钟

- 1 何种情况下才能准确评估自己的勃起功能 / 1
- 2 勃起功能障碍患者自测表 / 2
- 3 本书使用方法 / 3

第一章 揭开阳痿的神秘面纱

- 1 阳痿到底是怎么回事? / 4
- 2 哪些情况的“阳痿”是“假阳痿”? / 5
- 3 阳痿有几种类型? / 7
- 4 心理性阳痿与器质性阳痿有什么区别? / 8
- 5 缺乏性知识会导致心理性阳痿吗? / 8
- 6 心理性阳痿还有哪些其他诱因? / 11
- 7 器质性阳痿的主要病因有哪些? / 12
- 8 阳痿病情轻重如何判断? / 14
- 9 阳痿有什么危害? / 15
- 10 阳痿会遗传给下一代吗? / 16

第二章 阳痿的预防措施

- 1 哪几类人群最容易阳痿? / 17
- 2 哪个阶段的男人易出现阳痿? / 19

- 3 老年男性如何应对阳痿及性生活? / 20
- 4 阳痿有哪些预防措施? / 22
- 5 阳痿患者不宜吃什么? / 24
- 6 食疗对阳痿患者有何帮助? / 25
- 7 哪些运动对阳痿康复有助? / 28

第三章 阳痿就诊前的必备功课

- 1 阳痿就诊前有哪些注意事项? / 31
- 2 阳痿就诊流程是怎样的? / 32
- 3 哪些检查可以确诊阳痿? / 33
- 4 发现患有阳痿是否需要手术治疗? / 35
- 5 目前手术治疗阳痿有哪几种方式? / 35
- 6 得了阳痿是看中医还是看西医? / 36
- 7 阳痿患者存在哪些错误认识? / 37
- 8 阳痿患者要注意避免什么? / 40
- 9 阳痿后应该如何积极应对? / 41
- 10 阳痿患者要克服哪些心理障碍? / 43

第四章 心理性阳痿的治疗措施

- 1 心理性阳痿有什么特点? / 45
- 2 心理性阳痿的心理治疗到底是怎么回事? / 46
- 3 行为疗法是什么? 如何进行? / 48
- 4 哪些西药可治疗心理性阳痿? / 49
- 5 中医药是怎样治疗心理性阳痿的? / 50
- 6 妻子有必要参与心理性阳痿的治疗吗? / 51
- 7 心理性阳痿患者日常护理有哪些特殊需求? / 51
- 8 心理性阳痿还有哪些治疗措施? / 52

- 9 中医药有什么外治法治疗心理性阳痿? / 53
- 10 针灸疗法是怎样治疗心理性阳痿的? / 53
- 11 推拿按摩是怎样来治疗心理性阳痿的? / 55

第五章 器质性阳痿的治疗措施

- 1 何为器质性阳痿? / 56
- 2 器质性阳痿表现有何特点? / 58
- 3 动脉性阳痿有何治疗方法? / 58
- 4 静脉性阳痿的原因是什么? 如何诊断? / 59
- 5 静脉性阳痿有什么治疗措施? / 60
- 6 得了神经性阳痿怎么办? / 61
- 7 内分泌性阳痿患者如何应对内分泌失调? / 62
- 8 除针对原发病治疗以外, 内分泌性阳痿的治疗还有哪些? / 63
- 9 器质性阳痿患者日常生活需要注意哪些? / 64
- 10 器质性阳痿患者在饮食上如何把控? / 65
- 11 哪些有效方可用于器质性阳痿? / 66
- 12 中医药有哪些外治方法可治疗阳痿? / 67

第六章 阳痿合并早泄的治疗措施

- 1 阳痿合并早泄者如何进行心理行为疗法? / 70
- 2 阳痿合并早泄的心理疗法有什么注意事项? / 71
- 3 阳痿合并早泄的药物治疗有哪些? / 72
- 4 勃起功能改善后, 针对早泄的治疗措施有哪些? / 73
- 5 阳痿合并早泄的患者日常护理有哪些特殊需求? / 74
- 6 阳痿伴早泄可选择哪些食疗方法? / 75
- 7 阳痿合并早泄患者如何进行按摩疗法? / 76
- 8 阳痿合并早泄的治疗措施还有哪些? / 77

第七章 阳痿病友的抗病小札

案例 1 心理性阳痿：错误的性经历让我深感焦虑和恐惧 / 80

案例 2 心理性阳痿：“自慰早泄阳痿三部曲” / 82

案例 3 器质性阳痿：身后的大老虎——糖尿病 / 83

附录 中国中医科学院西苑医院男科阳痿专题门诊介绍

参考文献…… 88





请为健康预留15分钟

引言

通过阅读本书，您将全面系统地了解勃起功能障碍（俗称阳痿，英文简称ED）的预防、保健及治疗知识。在享受专家指导的同时，做好“后方”供给，不再为“起不来”而烦恼，做自己的性保健专家，打赢“性福”保卫战，成为性福快乐的男人。

1 何种情况下才能准确评估自己的勃起功能

勃起功能障碍是一种非常常见的男性疾病，大部分患者及性伴侣由于对男性勃起功能障碍缺乏科学的认识和正确的性知识指导，常常选择回避态度，在失去“性福”的同时，也产生了强烈的失落感，使得夫妻感情生活质量下降，严重影响身心健康。也有很多人在不合理情况下“判断”自身，以为自己患有阳痿。那么，什么条件下才能正确判断勃起功能呢？

- (1) 首先要明确，勃起功能障碍是指在有性刺激和性欲情况下，阴茎勃起不坚硬，勃起时间短，很快萎软，而不能进行性生活。
- (2) 这种性刺激必须是来自于配偶的充分性刺激。
- (3) 应该以是否能完成性交来判断。

(4) 必须经过婚后夫妇间至少 2 ~ 3 个月的磨合, 有了性生活的实践经验再做评估。

(5) 任何婚外性行为都会给判断带来偏差。

倘若偏离了以上原则, 很容易出现自我判断误区, 给自己带上阳痿的枷锁而一蹶不振。

2 勃起功能障碍患者自测表

勃起功能障碍 (ED) 患者可以采用表 1 所示的勃起功能障碍国际指数 (IIEF-5) 问卷调查表进行自我评估, 从而了解自身 6 个月以来的勃起功能情况。患者可以采用症状评分对自己的病情进行监测, 分值越低, 阴茎的勃起功能越差: ≥ 22 分为勃起功能正常; 轻度 ED, 12 ~ 21 分; 中度 ED, 8 ~ 11 分; 重度 ED, ≤ 7 分。

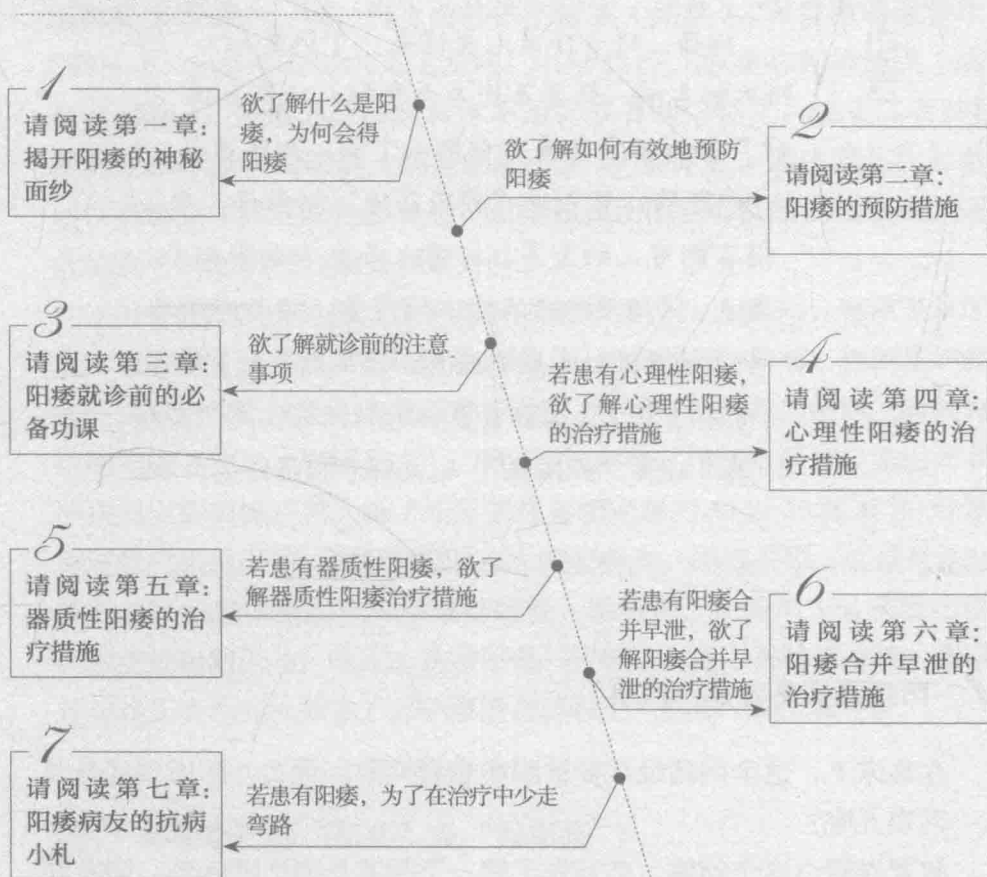
表 1 勃起功能障碍国际指数 (IIEF-5) 问卷调查表

	0	1	2	3	4	5
1. 对阴茎勃起及维持勃起信心如何?		很低	低	中等	高	很高
2. 受到性刺激后有多少次阴茎能坚挺地进入阴道?	无性活动	几乎没有或完全没有	只有几次	有时或大约一半时候	大多数时候	几乎每次或每次
3. 阴茎进入阴道后有多少次能维持阴茎勃起?	没有尝试性交	几乎没有或完全没有	只有几次	有时或大约一半时候	大多数时候	几乎每次或每次
4. 性交时保持阴茎勃起至性交完毕有多大困难?	没有尝试性交	非常困难	很困难	有困难	有点困难	不困难
5. 尝试性交有多少时候感到满足?	没有尝试性交	几乎没有或完全没有	只有几次	有时或大约一半时候	大多数时候	几乎每次或每次

3 本书使用方法

建议您在时间允许的情况下，循序渐进，全面系统地学习本书的内容，从而全面了解阴茎勃起的相关知识，避免片面了解造成困惑或错误理解本书内容。若是您时间紧迫，可以先根据自己的实际情况选择自己感兴趣的章节（表 2）进行学习。

表 2 本书导读





第一章

揭开阳痿的神秘面纱

引言

阳痿，对于很多人来说是一个熟悉而又陌生的名词。熟悉是因为大多数人经常在传媒广告或日常交流中听到这个词，知道这是一种能够让男子汉“威风扫地”的疾病，会伤害到男人的自尊，让男人在女人面前抬不起头，严重影响患者的生活质量、破坏伴侣间的关系并威胁家庭的稳定；陌生则是大多数人并不清楚从医学的角度如何判断它，是“真阳痿”还是“假阳痿”，以及得了阳痿该怎么办。



阳痿到底是怎么一回事？

在临床上，这个问题经常要被阳痿患者问到。那么，阳痿到底是怎么一回事儿呢？

想要弄明白这个问题，必须先了解一下阴茎是怎么勃起的。阴茎勃起的具体机制和过程比较复杂，简单明了地说就是当受到各种性刺激