

巧 吃 妙 治 丛 书

巧吃妙治

男 科 妇 科 病

主编 王庆国 李宇航



7.1

河北科学技术出版社

巧吃妙治丛书

巧吃妙治男科妇科病

主编 王庆国 李宇航

河北科学技术出版社出版发行(石家庄市北马路45号)

河北新华印刷一厂印刷 新华书店经销

787×1092 1/32 9.5印张 200,000字 1997年12月第1版

1997年12月第1次印刷 印数1—5,000 定价:10.50元

ISBN 7-5375-1689-8/R·346

前 言

祖国医学博大精深，源远流长，以其注重整体、辨证论治的深刻内涵和绚丽多姿的风采，在世界医学之林中独树一帜。在当今日益高涨的回归自然的医疗趋势面前，其丰富多采的治疗方法和防病治病的独特功效，更加显示出不同寻常的魅力，并赢得了人们愈来愈多的赞誉。在中医学术蓬勃发展，医疗保健知识日益普及的今天，经过数十位作者的辛勤工作，编写了《巧吃妙治丛书》。这套丛书以中医学为主体，从临床实际出发，着眼于巧吃与妙治，分4个分册，分别介绍了各种疾病的概念、病因病机、诊断要点，以及疗效显著、简便易行的饮食疗法、针灸疗法、耳穴疗法、推拿疗法、足反射疗法、气功疗法及其他疗法，并对各种疾病的保健调养原则作了简明扼要的阐述。我们的目的是为广大医务工作者和患者提供一些治疗各科疾病的巧

吃妙治方法和保健手段，为大众的健康聊尽绵薄之力。我们希望，《巧吃妙治丛书》能步入您的家庭，成为您的良师益友，为您的健康和家庭的安宁与欢乐提供有益的帮助。

在本丛书编写的过程中，我们参考了大量的文献资料，请教了许多有丰富临床经验的专家，汲取了他们的宝贵经验；在此一并致以深切的谢意。

丛书编委会

1996年9月

目 录

上篇 男科病

阳痿	(3)
早泄	(19)
遗精	(29)
不射精症	(41)
男子不育症	(51)
阴茎异常勃起	(61)
阳缩	(67)
阴冷	(70)
血精	(75)
射精疼痛	(80)
性交头痛	(86)
性交腹泻	(91)
性交昏厥	(95)
急性前列腺炎	(97)
慢性前列腺炎	(102)
前列腺肥大	(112)
鞘膜积液	(119)
男性乳房发育症	(124)
男性更年期综合征	(129)

下篇 妇科病

闭经	(139)
痛经	(149)
功能性子宫出血	(159)
月经先期	(171)
月经后期	(178)
带下病	(185)
妊娠小便不通	(192)
妊娠水肿	(196)
妊娠恶阻	(202)
产后缺乳	(209)
产褥感染	(216)
产后恶露不绝	(223)
产后大便难	(229)
产后身痛	(234)
先兆流产	(240)
习惯性流产	(246)
不孕症	(252)
外阴白斑	(261)
更年期综合征	(267)
子宫脱垂	(275)
〔附 1〕 男科常用穴位图	(283)
〔附 2〕 妇科常用穴位图	(288)
〔附 3〕 男性检查常用数据	(291)
〔附 4〕 主要参考书目	(295)

上篇

男科病

男科病

男科病

阳 痿

阴茎不能勃起，或勃起硬度不足，无法插入阴道进行性交者，称为阳痿。本病是最常见的男子性功能障碍。

阳痿是中西医共有的病名。因其主要表现为阴茎萎软，故中医又称作阴痿。然而，偶然的性交失败或阴茎不举，不该视为阳痿，只有连续性交失败率超过 25% 以上者，才能诊断为阳痿。

本病绝大多数为功能性病变，属于器质性病变者极少。功能性阳痿约占全部病例的 85%~90%，其原因有性心理发育受阻、夫妻关系不洽、情绪紧张、医源性影响等；器质性阳痿占 10%~15%，其原因有严重生殖器先天或后天畸形、内分泌紊乱、神经系统疾患、精神病、血液病、血管疾病等。

阳痿有器质性、功能性之分，又有原发性、继发性之别；必须详细区分。一般来讲，原发性阳痿表现为从无性兴奋时的阴茎勃起，而继发性阳痿则为有成功的勃起史，但后来发生了障碍；器质性病变表现为阴茎在任何时候均不能勃起，既不能在性兴奋时勃起，亦无自发性（如睡梦中或膀胱充盈时）勃起，而功能性阳痿则有自发性勃起，而在性兴奋时不能勃起，或在性兴奋时能勃起，但在试图性交时勃起又消失。

器质性阳痿十分少见，也很难康复，但功能性阳痿却可通过治疗而治愈，故而在此仅讨论功能性阳痿的诊断及治疗问题。

【诊断要点】

本病的主要症状为阴茎萎弱不起，临房不举或举而不坚，性行为无能，常伴性欲锐减，甚至无性欲，以及精神不振或心悸易惊、抑郁寡欢、胆怯多疑等神志不畅症状。

【饮食疗法】

1. 基本原则

本病可分为虚、实两大类型，以属虚者居多，故而在饮食上平时应适当增加营养，膳食以软食为主，四时适当进食滋养及温补性食物，如羊肉、狗肉、牛肉、鸡肉、鸟类、鱼类、海鲜类、脊骨汤、枣、莲子、核桃等，忌生冷寒凉之品；少数属实者，饮食宜清淡，忌食肥甘厚味及煎炒辛辣之物。

2. 辨证择膳

本病可分为以下 7 型选用不同的饮食疗法。

(1) 阴虚火旺型：多见于青壮年，有手淫史，阴茎能举，但临事即软，伴有早泄，心悸出汗，精神紧张，口渴喜饮，腰膝酸软，足跟疼痛，溲黄便干，脉细带数，舌红苔少，或见舌苔剥脱、舌纹龟裂。

治宜：滋阴降火。

①藕汁饮：麦冬、地黄、知母、玄参各 15 克、鲜藕汁 15 毫升。前 4 味煎浓汁合鲜藕汁，加冰糖 5 克同饮。

②冬虫夏草炖水鸭：水鸭 1 只，冬虫夏草 12 克。水鸭去毛及内脏，将冬虫夏草放入鸭腹内，用大盆盛之，隔水炖熟，调味饮汤食鸭。

③沙参虫草炖龟肉：沙参 60 克，冬虫夏草 10 克，乌龟 1 只。乌龟去内脏，连甲与诸药加水煲汤，收汁至浓稠，调味，饮汤食龟肉。

④知母枸杞煲鲫鱼：知母 10 克，枸杞 10 克，鲫鱼 2 条（150 克左右者）。鲫鱼去内脏留鳞，加佐料调味，煲汤，待熟后饮汤食鱼。

⑤八宝蜜膏：何首乌 200 克，茯苓 200 克，当归 100 克，枸杞 100 克，生地 100 克，山萸肉 100 克，黑芝麻 200 克，桑椹子 200 克。上述各药入盆内，加水适量，浸泡发透，再入铝锅内加热煎煮，每 20 分钟取煎液一次，加水再煎，共取煎液 3 次，合并煎液。先以大火后以小火加热熬煮，至稠粘收膏时加蜂蜜 1 倍，调匀，加热至沸，停火，冷却装瓶即成。每次 1 匙，以沸水冲化服。

⑥虫草萸肉胎盘：冬虫夏草 10 克，山萸肉 10 克，鲜胎盘 1 个。胎盘洗净，冬虫夏草、山萸肉布包，加佐料隔水炖熟，不拘时服。

⑦二地二冬粥：生地、熟地、天冬、麦冬各 10 克。白米 50 克，酥油、白蜜各适量。生地、熟地布包，水煮 30 分钟除去，加白米 50 克煮粥，同时放入洗净之天冬、麦冬，待米熟时，再入酥油、白蜜，每周 2~3 次服。

⑧六味酒：山萸肉 20 克，生地 20 克，知母 15 克，枸杞 20 克，山药 20 克，茯苓 20 克。上药略捣，1000 毫升低度白酒浸泡 20 天后，每晚睡前服 10~20 毫升。

此型患者平日可选用六味地黄丸、知柏地黄丸、参麦六味丸等中成药服用。

（2）命门火衰型：症见阳事不举，精液稀薄清冷，头晕耳鸣，面色晄白，畏寒喜温，精神萎靡，腰膝酸软，舌淡苔白，脉来沉细，尺脉尤弱。

治宜：温补肾阳。

①海马羊藿酒：海马 3 对，淫羊藿 30 克，白酒 500 毫升。上 2 味入酒内浸泡 2 周后常饮，每日睡前 20~30 毫升。

②蛤蚧蛇床酒：蛤蚧 1 对，蛇床子 50 克，白酒 1000 毫升。上 3 味入酒内浸泡 2 周后常饮，每日睡前 20~30 毫升。

③肉苁蓉煲羊肾：肉苁蓉 15~30 克，羊肾 1 对。上 2 味共煲汤，调味服食，每周 1~2 次。

④米酒炒虾：新鲜虾（海虾、河虾均可）50 克。将虾放入米酒中浸泡 5~10 分钟后取出，炒熟食用，不拘时。

⑤大蒜炖羊肉：羊肉 250 克切块，大蒜 2 头（去皮）。上 2 味加水调味炖服，不拘时服。

⑥羊脊骨羊肾羹：羊脊骨（猪、牛脊骨亦可）500 克，羊肾 1 对。同煮极烂，调味服食。

⑦百鸟回春：麻雀 7 只（去五脏、毛爪，油煎熟备用），枸杞子 30 克，鹿鞭 2 克，仙灵脾 15 克。共炖煮后食用，不拘时服。

⑧红烧牛尾：将牛尾 100 克，肉桂 10 克。煮熟后，调味服，不拘时。

⑨红烧狗肉：狗肉 500 克，八角 5 克，小茴香 5 克，陈皮 5 克，肉桂 3 克，姜、花椒水、料酒、盐、味精、大蒜、酱油各适量。将狗肉洗净切块，置铁锅于火上，放油烧热，下狗肉略炸，加入葱、姜、花椒水、盐、料酒，然后将八角、小茴香、陈皮、肉桂装袋投入锅中。用小火煨炖至烂，再用大火收汤，勾芡粉，撒少许味精即成，不拘时服。

⑩核桃仁粥：核桃仁、枸杞子各 20 克，大枣 15 枚，粳米 100 克，红糖适量。上述数味同煮粥常服。

本型患者可选用男宝、金匱肾气丸、三肾丸、三鞭酒、参

茸三七酒、参茸大补片、参茸强肾丸、蛤蚧补肾丸等常服。

(3) 心脾两虚型：症见阳事难起，面色萎黄，不思饮食，精力疲乏，心悸少寐，大便溏薄，舌淡苔少，脉细弱。

治宜：补益心脾。

①合欢花蒸猪肝：合欢花 12 克，放盘中水泡 3 小时，猪肝切片 90 克。同放盘中，加葱、姜、蒜、五香粉、盐、味精适量，上屉蒸熟，食猪肝，不拘时。

②杞子南枣煲鸡蛋：枸杞子 20 克，南枣 10 个，鸡蛋 2 只。同煮，蛋熟后去壳，再煮 10 分钟，吃蛋饮汤。

③枣仁莲子粥：炒酸枣仁、白莲子肉各 15 克，大米适量。煮粥服食。

④黄芪枸杞炖乳鸽：黄芪、枸杞子各 20 克，乳鸽 1 只去毛爪内脏。放盆内，加水及佐料适量，隔水炖熟，饮汤吃鸽肉。

⑤参归桂圆猪心汤：党参 20 克，当归、桂圆各 10 克，猪心一个洗净切片。装盆上屉蒸熟，饮汤吃猪心。

⑥人参养荣鸡汤：人参 20 克，炙甘草 20 克，当归 20 克，白芍 20 克，熟地 20 克，肉桂 15 克，大枣 30 克，黄芪 50 克，白术 50 克，茯苓 30 克，五味子 30 克，远志 20 克，陈皮 20 克，生姜 20 克。上药粉碎为粗末，每次取药末 20 克以纱布包好，鸡肉 150 克（连骨），加葱、姜、花椒等煨好汤，汤好后加食盐、味精，将鸡肉、药包放汤内小火炖 1 小时，不拘时常服。

⑦四味砂锅鱼头：人参 5 克，黄芪 10 克，当归 10 克，枸杞子 10 克，活胖头鱼头 1 个（约 100 克），冬笋、水发香菇各 25 克，料酒 10 毫升，葱、姜各适量，熟猪油 30 毫升，海

米少量，盐、味精、胡椒粉各适量。中药4味装袋备用。鱼头去鳃劈两半。起油锅，将鱼头煎至两面金黄，再下葱、姜稍煎，然后烹入料酒，加清汤，下盐、味精调好味。开锅后移砂锅内，放入冬笋、香菇、海米及中药袋，小火煨至鱼头烂，汤汁乳白，再淋少许明油即成。饮汤吃鱼头，不拘时佐餐。

此型患者可常服归脾丸、八珍丸、十全大补丸、人参归脾丸、人参养荣丸等药。

(4) 惊恐伤肾型：症见阳痿不举或举而不坚，胆怯多疑，心悸易惊，面白少气，寐不安宁，精神不振，舌质淡青，苔薄白或腻，脉弦细。

治宜：益肾宁神。

①磁石猪肾汤：磁石30克以双层纱布包好，菖蒲、远志各10克，猪肾1对洗净切块。加水煲汤，汤成后去药，调味饮汤食猪肾。

②参芪菖龙蛋糖羹：党参、黄芪、菖蒲各10克，龙骨5克。上药用纱布包好，煎汤2碗，去药，蛋黄2个搅烂，倒入汤中拌匀，再煎至1碗，加冰糖适量调味服食。

③大补元煎：人参5克，山药10克，熟地黄10克，杜仲5克，枸杞子10克，当归5克，山萸肉5克，甘草6克，甲鱼1只。中药洗净装袋，甲鱼宰杀治净切块。将甲鱼、中药袋、八角、小茴香、葱、姜装入砂锅，小火煨炖，至甲鱼肉烂，加入食盐、味精调味，去药袋，食肉饮汤，不拘时服。

④五加海马童子鸡：净仔公鸡1只（约750克），海马10克，五加皮10克，精盐、料酒、葱、姜各适量。海马用温水洗净，鸡在开水中煮约5分钟取出，剔除鸡骨取肉，连皮切成长方条。将鸡条整齐地排列在蒸碗内，分别放入海马、五

加皮、配料及调料。上屉蒸约 1~1.5 小时，熟后拣去五加皮、葱、姜，加少许味精调味即成。不拘时服。

⑤腰花杜仲远志：羊肾或猪肾 2~4 个，杜仲、远志各 10 克，盐、姜、调料各适量。将羊肾剖开，去皮膜，与杜仲、远志同炖，放入佐料，炖熟后取腰花，晚间作宵夜服。

⑥宣志粥：茯苓、菖蒲、甘草、白术、远志、枣仁、柴胡、人参、山药、巴戟各 50 克。上药共为粗末。每次取药末 15 克包好先煎 30 分钟，去药袋，入薏米 100 克，煮粥，不拘时服。

此类患者可服用安神养心丸、健身长春膏、海马保肾丸、脾肾双补丸等。

(5) 抑郁伤肝型：症见阳痿，精神抑郁不悦，胸胁满闷，沉默少言，食减纳呆，或见紧张，焦急，多虑，舌淡红苔薄白，脉弦。

治宜：舒肝解郁。

①玫瑰花茶：干玫瑰花 6~10 克，泡茶饮。

②橘叶绿萼梅煎：鲜橘叶、绿萼梅各 10 克。煎水代茶。

③香橼浆：鲜香橼 1~2 个，麦芽糖适量。将香橼切碎放入带盖盆中，加入适量麦芽糖，隔水蒸数小时，以香橼稀烂为度，每服 1 匙，早晚各 1 次。

④素馨花蒸鲫鱼：鲫鱼 1~2 条（洗净，去鳞脏），素馨花（玫瑰花、白梅花也可）10 克。上 2 味碟盛，加油、盐、葱、姜调味，隔水蒸熟，佐餐。

⑤五花粥：素馨花、月季花、玫瑰花、白梅花、合欢花各 5 克，白米 100 克。同煮粥，米熟粥成，加冰糖适量，每早服。

⑥香附莱菔汤：香附子、莱菔子各6克，经霜萝卜1个。香附子、莱菔子先煮30分钟，去渣留汤，经霜萝卜1个切丝，加葱、姜、盐、醋、五香粉适量煮汤，汤好后加香菜末、味精、明油少许，佐餐。

⑦舒肝振痿蛋：柴胡、枳实、香附、当归、白芍各10克，川芎15克，巴戟、淫羊藿各20克，蜈蚣10条。上药共为粗末备用。每次用药末5克，将鸡蛋打破1头，入药末搅匀，上屉蒸熟，每日早晚各服蛋1只。

此型患者可常服逍遥丸、舒肝丸、加味逍遥丸。

(6) 湿热下注型：症见阴茎萎软，下肢困重，阴囊潮湿，小便涩滞或尿后余沥，或兼阴囊腥臊，舌苔黄腻，脉濡数。

治宜：清热化湿。

①玉米须煲蚌肉：玉米须30~40克，蚌肉50~100克。煲汤服食。

②凤尾草煲田螺：凤尾草30克，田螺250~400克。田螺清水养净斩去螺钉，与凤尾草同煲汤饮用。

③苦瓜灯心煎：鲜苦瓜250克，灯心草10克。煎水代茶。

④薏米木瓜煲猪小肚：薏米、木瓜各10克，猪膀胱200克（洗净切块）。煲汤调味，饮汤食猪小肚。

⑤凤尾灯心茶：凤尾草5克，灯心5克。冲水代茶饮。

⑥灯心薏米粥：灯心草15克，薏米100克。灯心草水煎30分钟除去灯心，入薏米100克煮粥，粥成加冰糖少许，作早餐服。

此型患者可选用龙胆泻肝丸、萆薢分清丸、分清五淋丸、五淋通片等成药。

(7) 阴阳两亏型：症见阳事不举，或举而不坚，头晕耳

鸣，腰膝酸软，精液量少稀薄，房后困倦乏力，苔少舌红，脉细尺弱。

治宜：阴阳双补。

①滋肾启阳酒：鹿茸粉 2 克，淫羊藿 10 克，枸杞子 30 克，肉苁蓉 30 克，大熟地 30 克，何首乌 30 克，蛇床子 50 克。上药捣小块，入白酒 1000 毫升内，浸 15 日后饮用，每晚睡前服 15~40 毫升。也可加红糖 500 克。

②炸核桃仁猪腰：猪腰子 2 对，核桃仁 100 克，鸡蛋 1 个，水淀粉、葱、姜、酱油、盐、味精、料酒各适量。核桃仁洗净，油中炸黄。腰子治净切两半，剖菱形花，切菱形片如拇指肚大，放佐料中浸 20 分钟取出，放鸡蛋、淀粉糊中浆匀，下油锅中冲炸呈金黄色装盘，周围摆上炸好的核桃仁，撒上少许花椒盐末即成。不拘时佐餐。

③巴戟二子酒：巴戟天、覆盆子、菟丝子各 15 克，米酒 250 毫升。将 3 味药泡入酒中，7 日后饮用，量人酒量大小饮用，每晚 1 次。

④枸杞炖牛尾：带皮牛尾 1 段（约 750 克），枸杞子 50 克，料酒 25 毫升，味精、盐、葱、姜、酱油、料酒各适量。牛尾去毛洗净，剁成段，放开水内略煮捞出，同枸杞及其他配料入砂锅内煮烂，不拘时佐餐。

⑤苁蓉牛鞭：牛鞭 1000 克，鸡汤 500 毫升，苁蓉 30 克，葱、姜、豆瓣酱、花椒油、猪油、酱油、淀粉、精盐、白糖、味精、料酒、花椒各适量。牛鞭去外皮洗净，去尿道切段。苁蓉布包备用。起油锅，放入猪油烧热，下葱、姜、豆瓣煸出香味，烹入料酒、酱油，再加鸡汤、精盐、白糖、味精，下牛鞭、药包，小火煮熟至汤将干时，去药包、葱、姜，湿淀