

赵西苑 王炳强著

● 云南人民出版社

让爱 更长久

阳痿的预防与治疗

98

数字资源

PDG



让爱更长久

—— 阳痿的预防与治疗



3 0092 4767 1

赵西苑 王炳强 著

李心天 王效道 胡瑞祥 审

● 云南人民出版社

数字资源
PDG

(滇)新登字01号

责任编辑：天 冀

封面设计：王玉辉

让爱更长久

——阳痿的预防与治疗

赵西苑 王炳强 著

李心天 王效道 胡瑞祥 审

云南人民出版社出版 (昆明市书林街100号)

云南新华印刷三厂印装 云南省新华书店发行

开本：787×1092 1/32 印张：5.5 字数：120,000

1994年7月第1版 1994年7月第1次印刷

印数：1—10150

ISBN7-222-01564-7/R·7 定价：5.80元

新 子 知 学 界
PDG

序 言

阳痿是最常见的一种性功能障碍，它可以引起家庭不和甚至离异，也是许多家庭生活质量不高的原因之一。

医生的责任不仅在于如何治疗阳痿，更重要的是指导成年人如何预防和克服阳痿，因为有百分之五十左右的阳痿是功能性的，是完全可以避免的。

中国有几千年的历史，给我们留下了丰富的文化、医学遗产，也留下了传统观念和封建意识。许多人患阳痿以后讳疾忌医，不好意思看病，到处寻觅秘方和“神医”，少数游医乘机以祖传秘方根治阳痿作幌子到处行骗。

这本书是新中国成立后第一本系统论述阳痿的科普著作，会使不少读者找到开锁的钥匙，使他们学会预防阳痿。一旦患上阳痿也会正确地寻医问药。

本书的两位作者都是在这一领域具有丰富经验的医生，他们这种让“人民掌握知识、用知识预防疾病”的观点很值得称赞。在此，我预祝千千万万青年、中年、老年人的家庭生活幸福、快乐、美满。

中华医学会常务副会长
妇 产 科 教 授 曹泽毅
瑞士巴塞尔大学医学博士

前 言

“让爱更长久”是个吸引人的题目，它适合于千千万万热烈相爱的、并希望终生和谐快活的夫妻。

性活动是人类分享感情的活动，爱侣间这种神秘的交流超越其他个人情感、机体的体验。人类区别于动物的显著特点就在于：性的交流可以在任何时间、双方自愿的情况下，给双方带来美好的体验，而动物则仅仅表现为发情期的生物本能。遗憾的是有成千上万恩爱夫妻这种美妙的体验持续不久，或是注定要失败，这就是恼人的阳痿。用科学的术语来表示，阳痿就是“成年男性不能达到或维持阴茎勃起以完成满意的性交流”。

科学家的工作向人们公布了这样一个事实：几乎所有的成熟男性（性成熟）都经历过因勃起困难造成的烦恼和痛苦，这在50岁以上的男性更为常见，但20至30岁的青年也有发生。无论是城市还是乡村；无论是脑力劳动者还是体力劳动者；无论是已婚者还是未婚者，阳痿困扰着人们。

在多数情况下，勃起困难、勃起不坚、早泄，不过是那些性功能完好的男子一次偶然经历。它也许发生在过度疲劳、过度兴奋、紧张以及大量饮用含酒精饮料之后，如果下一次在松弛状态下的性生活满意而持久，那么这次的失败仅仅是一次经历而已。不幸的是，对现实生活中难以计数的男人们来说，一次偶然的失败并不很快消失而像一个幽灵缠绕他们的一生。很多

人把勃起功能与男人的含义等同起来，一旦这种能力缺失了，不完全了，那么男人的实质和气概也不复存在了。这些男人会说，我觉得自己不像个男人；我已经丧失了自信心，我活着除了痛苦和自卑以外完全没有价值；我不是健全人，我是个废物。他们的妻子可能会说，当你不能履行男人特有的行为时，就不能算是个男人。这些话表达了阳痿者及其妻子对持续患有此种毛病所产生的失望和抱怨。

婚姻形式是双方合作产生的，因此，任何种类的性失和谐必然会殃及另一方，阳痿者的妻子也不例外。阳痿刚刚发生时，妻子会表示同情和帮助；阳痿持续发生时，她会误认为自己失去吸引力，他们不再相爱了，或是认为丈夫另有新欢。阳痿导致婚姻关系恶化的例子到处可见，在众多的离婚案件中，因阳痿引起的并不少见。

大多数已婚男子只是在阳痿导致婚姻破裂时才去寻找帮助，如找偏方、吃动物的阴茎（如牛鞭、鹿鞭等）、练气功等等。少部分阳痿的男子因妻子并未提出明显的异议而终生不去求治，如一位女大学教授在退休后才说自己的丈夫只是半个男人，他们在冷漠、缺乏交流的情况下度过了大半生。外人都以为这是个幸福的家庭，其实只不过是搭帮过日子而已，他们从来也没有想过对医生讲这件事。

在中国，受过性医学训练的医生不多，一般的医生会告诉患者：这是因你精神过度紧张引起的，你应该放松并不要为此忧心忡忡，仅此而已。然而，患者怎能不为此而忧伤！

这些年来，国际医学界对阳痿病因的研究有很大的进展，认为有50%的阳痿患者是器质性的而不是紧张、忧虑等心理引起的。

合格的性学专家、性治疗学家不多，所以人们才需要了解

自身的性知识。你也许是个物理学家；你也许是个生物学家；你也许是个世界史专家；你也许是个针灸专家，你对所研究的领域有很深的理解，然而对于自身却不一定了解。

你知道阴茎为什么会勃起？你知道睡眠中勃起的意义吗？你知道某些药物（抗高血压药、抗癫痫药、胃药等）会引起阳痿吗？你知道生活中的突然事件会引起阳痿吗？也许你并不全知道，那么请你读一读这本书。它不仅为阳痿者或正常成年人提供了最新知识，使男人更深地了解、认识自己，而且可使得妻子们具有性学知识，帮助丈夫预防和克服阳痿。

在编写本书的过程中，承蒙著名心理学家李心天教授、王效道教授审阅、修改，在此表示衷心的感谢。

赵西苑 王炳强

目 录

第一部分 阳痿及其影响	(1)
什么是阳痿.....	(1)
阳痿意味着无勃起、无性欲吗.....	(1)
性和谐的夫妻.....	(2)
性和谐的夫妻具有的特点.....	(2)
性失和谐的夫妻.....	(3)
性失和谐的夫妻具有的特点.....	(3)
阳痿者的夫妻关系.....	(4)
古人论阳痿.....	(6)
古代道教的独特见解.....	(8)
第二部分 勃起的奥秘	(10)
阴茎为什么能勃起.....	(10)
阴茎大性功能就强吗.....	(10)
阴茎的勃起组织.....	(11)
阴茎的血管.....	(12)
支配勃起的神经.....	(12)
大脑在勃起中的作用.....	(13)
雄性激素在勃起中的作用.....	(14)
血中雄激素含量高性功能就强吗.....	(15)

第三部分 阳痿的类型	(16)
精神性阳痿.....	(16)
精神性阳痿的有关因素.....	(17)
精神性阳痿引起的心理变化.....	(17)
生活压力、人际关系对性功能的影响.....	(18)
生活事件精神压力分类表.....	(19)
精神性阳痿与年龄的关系.....	(20)
青年人的精神性阳痿(40岁以内).....	(21)
青年阳痿患者的常见心态.....	(22)
青年人阳痿的家庭社会因素.....	(23)
母亲专制的家庭.....	(24)
父亲专制的家庭.....	(24)
童年的心理伤害.....	(25)
宗教信仰的影响.....	(25)
同性恋者.....	(26)
早泄能引起阳痿吗.....	(26)
嗜酒会影响人的性功能吗.....	(27)
男性绝育手术会引起阳痿吗.....	(28)
中年人的精神性阳痿.....	(30)
婚姻不和与阳痿.....	(30)
中年婚姻危机与阳痿.....	(33)
中年人阳痿与脾气性格的关系.....	(34)
过分独立型人格.....	(34)
过分努力型人格.....	(35)
过分支配型人格.....	(36)
过分依赖型人格.....	(36)

性欲低下与阳痿.....	(37)
情绪低落与阳痿.....	(37)
老年人的精神性阳痿 (60岁以上)	(38)
器质性阳痿.....	(41)
男性生殖器异常.....	(41)
先天性阴茎异常.....	(41)
后天性阴茎异常.....	(43)
阴茎异常勃起.....	(45)
血管性阳痿.....	(46)
动脉粥样硬化症能引起阳痿吗.....	(46)
勒里施氏综合症与阳痿有关吗.....	(47)
阴茎的血管会发生动脉粥样硬化吗.....	(48)
勃起神经损伤.....	(49)
糖尿病人为什么会出现阳痿.....	(49)
多发性硬化与阳痿.....	(51)
脊髓损伤与阳痿.....	(52)
骨盆骨折会造成阳痿吗.....	(54)
为什么慢性肾病会引起阳痿.....	(54)
脑损伤引起的阳痿.....	(56)
可能导致阳痿的外科手术.....	(57)
前列腺的作用.....	(57)
前列腺手术与阳痿.....	(58)
膀胱全切术能引起阳痿吗.....	(60)
直肠手术会引起性功能障碍吗.....	(60)
主动脉手术会引起阳痿吗.....	(61)
内分泌与阳痿.....	(61)
雄激素与男性特征.....	(62)

影响雄激素分泌的因素.....	(64)
年龄与雄激素分泌的关系.....	(67)
催乳素对人体的作用.....	(68)
甲状腺激素与阳痿.....	(70)
肾上腺皮质功能亢进对性功能有影响吗.....	(71)
垂体肿瘤会引起阳痿吗.....	(72)
药物、吸烟、饮酒与阳痿.....	(73)
高血压病与降压药.....	(73)
抗精神病药.....	(75)
其他可能引起阳痿的药物.....	(75)
吸烟与阳痿.....	(76)
饮酒与阳痿.....	(76)
工业毒副产品与阳痿.....	(77)
第四部分 阳痿诊断法.....	(79)
寻找阳痿病因.....	(79)
是精神性阳痿还是器质性阳痿.....	(80)
睡眠勃起是怎么回事.....	(84)
睡眠勃起的年龄特点.....	(85)
睡眠勃起与阳痿病因.....	(86)
家庭睡眠勃起测量法.....	(87)
睡眠中勃起程度的评估.....	(90)
应用薄纸法、邮票法测量勃起的利弊.....	(93)
人格测试与阳痿类型的关系.....	(94)
器质性阳痿的确诊法.....	(95)
阴茎血液循环状态的测量.....	(95)
阴茎血压的测量.....	(95)

阴茎血流的测量	(96)
阴茎的血管造影	(96)
勃起神经检查法	(97)
膀胱压力试验有什么意义	(97)
球海绵体肌反射说明了什么	(97)

第五部分 阳痿治疗法 (99)

器质性阳痿治疗法	(99)
前人所做的尝试	(99)
假体阴茎是怎么回事	(100)
假体阴茎适用于何种情况	(101)
假体阴茎的种类和副作用	(104)
截瘫者可以使用假体阴茎吗	(108)
化学假体是怎么回事	(109)
假体阴茎能使夫妻都满意吗	(110)
PTA技术是怎么回事	(112)
阴茎血管重建术	(113)
精神性阳痿治疗法	(115)
怎样克服失败后的焦虑、恐惧心理	(116)
性治疗是怎么回事	(118)
性治疗前须知	(120)
如何向医生诉说自己的麻烦	(121)
家庭感觉集中治疗法	(122)
早泄的自我治疗	(125)
心理治疗法	(127)
软进入治疗法	(130)
催眠治疗法	(131)

气功和针灸治疗.....	(134)
中草药治疗法.....	(136)
饮食治疗法.....	(139)
春药确实有效吗.....	(143)
坚持体育锻炼是一剂良药.....	(145)
阳痿治疗的绝对禁忌——婚外性行为.....	(146)
人参在治疗阳痿中的作用.....	(146)
维生素E治疗阳痿有效吗.....	(148)
外用工具治疗阳痿.....	(149)
妻子在治疗阳痿中的作用.....	(150)

参考书目.....	(159)
------------------	--------------

第一部分 阳痿及其影响

什么是阳痿

阳痿是最常见的男性性功能障碍。阳痿的定义：持续存在的勃起障碍而不能完成满意的性交，表现为阴茎不能勃起，或虽勃起但不坚，最终导致不能完成性交。世界最著名的性学家、美国人马斯特斯和约翰逊认为：一个成年男性在每四次作爱时失败一次即可诊断阳痿。

阳痿意味着无勃起、无性欲吗

阳痿，并不像许多人认为的那样是射精障碍或高潮障碍，也不意味着完全丧失生育能力，确切地说是“勃起障碍”。阳痿很容易让人误解为成年男性丧失勃起能力。但事实并不是这样，“勃起障碍”概括了一大类疾病，如有的人在任何条件下从未勃起过；有的人在独处自慰时能勃起但与性伴侣同在时不能勃起；有的人和自己钟情多年、魂牵梦萦的性伴侣在一起不能勃起却可以和一个偶遇者勃起；有的人和妻子不能勃起，离异再婚后却获得满意的勃起；还有的人不管在什么条件下只能达到一个不充分的勃起；此外还有其他类型等，均属于“勃起障碍”范畴。勃起困难的类型对于诊断和治疗都是非常重要的。有的人认为“阳痿”就是无性欲或是对保持性关系无兴趣，这是一种误解，不应与无性欲混淆起来。

性和谐的夫妻

在咨询和治疗夫妻性障碍的众多病例中发现，性和谐的夫妻大多能够共同分享所有生活中的美好体验，即包括性与非性的体验。也就是说，他们能在一起交流情感、爱好、厌恶、分担生活中的压力。在性亲近的时候，可以充分松弛并暂时忘却生活中的不快，如工作中的困难、经济上的拮据，及孩子的教育等一切烦恼之事。此时双方的注意力集中在使自己快活起来并感染对方，不论谁用语言或其他行为方式来表达性交流的愿望都是合适的，如通过长时间的彼此拥抱、抚摸、亲吻，使对方兴趣增加，没有丝毫的强迫和事先安排的程序，双方的全身心都融合在其中，没有人是旁观者。双方都应给予和得到爱和欢愉。此时没有一方采用影响、表达感情或是得到快感的语言或任何暗示。有这样一个男患者曾对医生说：“在我们作爱时，她常说该打酱油了，别让肉票作废……使我情绪一落千丈。”可见，幸福伴侣们在全身心投入作爱时获得的欢愉大大超过仅从一次性高潮中所获得的快感。

性和谐的夫妻具有的特点

1. 受教育程度较高。双方或一方受过中等以上教育，一方或双方有较全面的性卫生、性科学常识。了解男女在性反应中的差异。
2. 男方有较强的责任感，人格健全，分担家务，热爱孩子，无酒、赌、吸毒等成瘾性嗜好。
3. 女方有工作。生活内容丰富、爱好较广。
4. 收入可维持中等或中上等水平，较少借贷。
5. 往返上班路程1—3小时之内，每周团聚4天以上。

6.住房较宽裕，非三世同屋或与年龄较大子女同屋。

7.小家庭单过，婆媳关系比较正常。

性失和谐的夫妻

性失和谐的夫妻并不意味着他们都不能通过性活动得到快感，而是他们长期从性交流中体验到的欢愉较少或感情生活处于不满意的状态。这些不幸福的人们发觉自己在不同的心境下从性活动中获得的欢愉有质的不同。质量的高低取决于双方精神与肉体结合的程度。用通俗的话来表示：灵与肉的结合是最美好的。而肉体与肉体的结合是较乏味的，特别对于受教育程度较高的妻子来说尤其如此。作爱时，有一方心神不定、不集中、不松弛都会影响双方的快感。这种不充分的交流虽然没有获得性活动中最美好的体验，还是给人们带来了性快感，特别是男性。概括地说，不幸福的夫妻从性活动中获得美的体验较少，他们缺乏情感上的交流，性交前的事先抚爱通常很短暂或者根本没有，性交后的抚爱很可能从来没有过。性关系不过成了纯粹的本能和机械的习惯而已。这种情况的长期存在，造成女方性冷漠是不少见的。

性失和谐的夫妻具有的特点

1.缺乏性科学常识。一般双方受教育程度不高，或仅在专业方面具有较高的学识而对自身了解甚少。例如，不了解男、女两性在性生理上的差异，如两性在性冲动时间上的差异、两性性敏感区的部位、阴蒂在女性性反应中的作用、女性性欲望在月经周期内的差异、性反应与年龄增长的关系等等。

2.双方在业余爱好、个人嗜好、抚养子女、分担家务方面有较多的矛盾。

3. 女方无生活来源或爱好单调。
4. 收入很高或贫困、经常借贷、入不敷出。
5. 上班路程较远或两地分居时间较长。
6. 住房拥挤，三世同屋或与子女同屋。
7. 婆媳关系紧张。

阳痿者的夫妻关系

在实际生活中，不仅仅是性学专家，连一般的社会工作者都会发现：无论什么样的性障碍都会影响婚姻关系，阳痿者的夫妻关系更是如此。我们常收到一些咨询信，那些未婚和已婚的男子往往为担心能否有正常的勃起功能而焦虑，甚至整日忧心忡忡，以致影响学习和工作等。应该让每个成年男性了解：阴茎的勃起是一个复杂的生理过程，应不受个人主观意愿的支配。就是说，一个人心理正常、神经和血管（如栓塞或畸形）系统正常、内分泌系统及内外生殖器正常等，才能有勃起。其中某个环节出了问题，就可能出现阳痿。

事实很简单，只要一个人的生理功能健全，他肯定能勃起。关键是精神要充分放松并对性活动有兴趣。有的人很难听信医生的话，整日除了对自己疲软的阴茎犯愁外对其他一切事都不感兴趣。这样做只能破坏夫妻间的情感。妻子只能感到丈夫忧心忡忡而不会提供什么有效的帮助。焦虑的丈夫渐渐地丧失了爱的激情，妻子的性兴趣也随之减少。这时如果阳痿仍未得到有效控制，双方的性关系将进一步恶化。首先，双方都将设法避免性接触的可能，阳痿的丈夫将整日抱怨工作太累，或以居住环境不良为借口，妻子也会佯装头痛、腰痛。长此以往，双方都避免在床上的接触，甚至导致分居。这时他们之间的爱抚和亲吻也不复存在了，夫妻之间常常没话可谈。而后，