



· 巧招妙治常见病系列 ·



中医专家科学指导
健康生活有力保障

主编 良石 石子奇

巧招妙治

前列腺病



【巧眼识别前列腺病】
【巧手赶跑前列腺病】
【巧心护理前列腺病】
【巧嘴吃掉前列腺病】
【巧腿踢走前列腺病】

黑龙江科学技术出版社

中国医药出版社

巧招 妙治

前列腺病



· 中医专家科学指导 ·

主编 良石 石子奇
责编 张丽生 焦琰

巧招妙治

前列腺病



图书在版编目(CIP)数据

巧招妙治前列腺病/良石,石子奇主编. —哈尔滨:黑龙江
科学技术出版社,2008.5

ISBN 978-7-5388-5758-0

I. 巧… II. ①良…②石… III. 前列腺疾病—诊疗

IV. R697

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 047514 号

巧招妙治前列腺病

QIAOZHAOMIAOZHI QIANLIEXIANBING

主 编 良石 石子奇

责任编辑 张丽生 焦琰

出 版 黑龙江科学技术出版社

(地址:哈尔滨市南岗区建设街 41 号 邮编:150001)

电话:0451-53642106 传真:0451-53642143(发行部)

发 行 全国新华书店

印 刷 北京市业和印务有限公司

开 本 787×1092 1/16

印 张 13.5

版 次 2008 年 8 月第 1 版·2008 年 8 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5388-5758-0/R·1472

定 价 23.80 元

序

文明程度的不断提高为我们带来了更多的快捷，也带来了更多的疾病。生活节奏的加快，饮食结构的改变，生活压力的增加，让现代人很容易在忙碌奔波间减少了对身体的关爱，忽略了身体健康的重要。当高血压、高血脂、冠心病、前列腺病、肾病、糖尿病、乙型肝炎、胃病这些疾病不再是宣传册上触目惊心的字眼，而是成了你身体上真实的病痛时，也许是身体对你发出的一个严重警告：你对自己的身体已经忽略得太久了。

疾病可能会让你的生活发生颠覆性的改变，经受肉体的折磨，会使你精神不振、事业受损，甚至让你的亲人朋友也承受莫大的痛苦。这时候，你会期待着灵丹妙药的出现，盼望着有妙手巧招来帮助你战胜病魔。你甚至会对疾病产生莫名的恐惧，让你惊慌失措。

这个时候你迫切地需要一个能够带领你更好地认识疾病和治疗疾病的朋友，希望清醒地了解关于疾病的点点滴滴，等待关于疾病治疗的种种解答。

为了帮助你更好地解答这些疑惑，我们特别编写了这套《巧招妙治常见病》系列健康丛书。书中汇聚了关于认识疾病、预防疾病、治疗疾病的种种妙招，可帮助你了解疾病治疗的根本所在，让你拥有更好的治病武器，以便更快地回归健康。

这套丛书内容深入浅出，是适合大众阅读的通俗读物。在这套书里，每一种治疗疾病的手段都不再是艰难晦涩的医学术语，而是生活中可以身体力行的趣味妙招。这样，你的康复过程，将不仅仅是一段医学疗程，而更像是你配合医生进行的一项魔术，成败与否完全把握在你的手中。

这套丛书集知识性、趣味性、科学性、实用性为一体，为你

巧招妙治
前列腺病

QIAOZHAOMIAOZH
QIANLIEIXIANBING

寻求健康带来一种全新的思路。如果你能够从本书中找到一个适合自己的治疗方法，或从本书中得到一点关于健康的新启示，我们都会深感欣慰。因为这不仅仅是你的幸福，这也是我们的快慰！

巧招妙治前列腺病

QIAOZHAOMIAOZH
QIANLIXIANBING

目 录

第一章 巧眼识别前列腺病	1
一、病症观察	1
(一) 常见症状	1
1. 尿频	1
2. 尿急	2
3. 尿痛	3
4. 尿失禁	3
5. 排尿无力	4
6. 排尿滴沥不尽	4
7. 尿潴留	4
8. 血尿	4
9. 血精	5
(二) 并发症状	5
1. 会阴部酸胀不适	5
2. 滴白	6
3. 高热寒战、恶心、厌食	6
4. 精索淋巴结肿大和触痛	6
5. 潮湿	6
6. 小腹疼痛	7
7. 坐立不安	7
(三) 相关性病	8
1. 淋菌性前列腺炎	8
2. 非淋	8
3. 梅毒	8
4. 滴虫病	9
5. 生殖器疱疹	10

巧招妙治前列腺病

QIAOZHAOMIAOZH
QIANLIXIANBING

巧招妙治前列腺病

QIAOZHAOMIAOZH
QIANLIXIANBING

6. 阴囊湿疹	11
7. 青春期与少年遗精	11
(四) 相关的男性生殖器疾病	12
1. 阳强	12
2. 阳痿	12
3. 早泄	13
4. 包茎及包皮过长	13
5. 隐形阴茎	14
6. 先天性睾丸异常	14
二、病因分析	14
(一) 急性细菌性前列腺炎发病之因	14
1. 血行性感染	15
2. 淋巴性感染	15
3. 逆行性感染	15
4. 直接蔓延	15
(二) 慢性前列腺炎的发病之因	15
1. 功能性排尿异常	15
2. 化学性前列腺损伤	15
3. 感染因素	16
4. 自身免疫因素	16
5. 神经肌肉因素	16
(三) 前列腺增生的发病之因	16
1. 性激素的作用	16
2. 前列腺细胞的转变	16
3. 细胞群比例的改变	16
4. 多肽类生长因子	17
(四) 其他方面的致病因素	17
1. 不良的生活方式	17
2. 传统性观念的影响	17
3. 吸烟致病	18
三、奇招确诊	18
(一) 检查	18
1. 直肠指检	18
2. 超声诊断	19

3. 前列腺液常规检查	19
4. 膀胱及尿道造影	20
5. CT 诊断	21
6. 磁共振成像诊断	21
7. B 超检查	21
8. 尿道膀胱镜检查	22
9. 尿流动力学测定	22
10. 尿液、前列腺的四段培养	22
11. 特异性抗原 (PSA)	22
12. 放射免疫分析法	22
13. 前列腺组织活检	23
14. 特异性酸性磷酸酶	23
15. 前列腺癌肿瘤标记物	23
16. 核素骨扫描图像 (ECT)	23
(二) 诊断	23
1. 望诊	24
2. 闻诊	25
3. 问诊	26
4. 切诊	28
第二章 巧手赶跑前列腺病	30
一、按摩	30
(一) 按摩手法	30
1. 推法	30
2. 拿法	30
3. 捏法	31
4. 按法	31
5. 点法	31
6. 摩法	31
7. 一指禅推法	31
8. 攘法	32
9. 揉法	32
10. 擦法	32
11. 抹法	32
12. 拍法	33

巧招妙治前列腺病

QIAOZHAOMIAOZH
QIANLIXIANBING

13. 击法·····	33
(二) 前列腺炎的直肠按摩方·····	33
(三) 前列腺炎的辨证按摩法·····	34
1. 湿热下注型·····	34
2. 热毒炽盛型·····	35
3. 阴虚火动型·····	35
4. 气滞血淤型·····	35
5. 肾阳虚损型·····	36
6. 中气不足型·····	36
(四) 前列腺疼痛按摩方·····	37
1. 揉会阴·····	37
2. 摩小腹·····	37
3. 叩腰骶·····	37
4. 点八髎·····	37
5. 按穴位·····	37
(五) 前列腺炎的足底按摩疗法·····	37
1. 食、中指顶压法·····	38
2. 拇指指腹按揉法·····	38
3. 示指刮压法·····	38
4. 拇指尖施压法·····	38
5. 双指钳法·····	38
6. 双指扣拳法·····	38
7. 双指捻揉法·····	38
8. 拇指直推法·····	38
(六) 前列腺炎的手部按摩方·····	39
(七) 前列腺结石按摩方·····	40
(八) 前列腺炎的耳穴按摩方·····	40
1. 耳郭的表面解剖名称·····	41
2. 耳穴分布规律·····	41
3. 耳穴按摩·····	42
(九) 前列腺增生按摩方·····	43
1. 穴位按摩疗法·····	43
2. 自我按摩疗法·····	43
3. 导引按摩疗法·····	43

4. 五步按摩疗法	44
5. 足部按摩疗法	44
(十) 尿潴留按摩疗方	45
二、针灸	45
(一) 急性前列腺炎的针灸疗方	45
(二) 慢性前列腺炎的针灸疗方	46
(三) 前列腺增生的针灸疗方	47
(四) 前列腺结石的针灸疗方	49
(五) 前列腺癌的针灸疗方	50
(六) 前列腺结核的针灸疗方	50
(七) 尿潴留的针灸疗方	51
三、贴敷	51
(一) 急性前列腺炎的贴敷疗方	52
1. 湿热壅滞型	52
2. 热毒炽盛型	52
(二) 慢性前列腺炎的贴敷疗方	53
1. 脐部贴敷	53
2. 局部贴敷	54
四、推拿	54
(一) 慢性前列腺炎的推拿疗方	54
1. 点按、震颤、推法	54
2. 补益脾肾、清利湿热、行气活血法	55
(二) 前列腺结石的推拿疗方	55
1. 肺热壅盛型	55
2. 膀胱湿热型	55
3. 尿路阻塞型	55
4. 肾阳虚衰型	56
5. 中气不足型	56
(三) 前列腺结核的推拿疗方	56
五、注射	56
(一) 前列腺结核的注射疗方	56
1. 临床价值	56
2. 注射疗法	57

巧招妙治前列腺病

QIAOZHOMIAOZH
QIANLIXIANBING

(二) 前列腺增生的注射疗方	57
六、灌肠	57
(一) 急性前列腺炎的灌肠疗方	57
(二) 慢性前列腺炎灌肠疗方	58
1. 湿热下注证	59
2. 热毒内盛证	59
3. 寒湿困扰证	59
4. 肝气郁滞型	59
5. 瘀血内阻型	59
6. 脾虚气陷证	59
7. 心脾两虚证	60
8. 肾气不固证	60
9. 肾阳虚证	60
10. 肾阴虚证	60
(三) 前列腺脓肿的灌肠疗方	60
七、拔罐	60
(一) 前列腺增生的拔罐疗方	60
1. 拔罐部位及方法	61
2. 生活护理	61
3. 拔罐的注意事项	61
(二) 前列腺炎的拔罐疗方	62
1. 湿热下注型	63
2. 热毒炽盛型	63
3. 气滞血瘀型	63
4. 阴虚火动型	64
5. 肾阳虚损型	64
6. 中气不足型	64
八、刮痧	65
(一) 前列腺增生的刮痧疗方	65
(二) 前列腺炎的刮痧疗方	65
第三章 巧心护理前列腺病	69
一、舒心漫谈	69
(一) 治病先治心	69
(二) 开心点：前列腺病不可怕	70

(三) 焦虑心态要不得	71
(四) 心理治疗	71
(五) 认知疗法	72
(六) 疏导疗法	72
(七) 暗示疗法	72
(八) 放松疗法	72
(九) 静坐	72
(十) 精神乐观	74
二、护理保健	75
(一) 管好留置导尿管	75
1. 术前护理	75
2. 术后护理	75
(二) 做好床前护理	76
(三) 运动护理不可少	76
(四) 告诉你术后护理评估单	76
(五) 告诉你手术后应该怎样做	77
(六) 快乐灵点的按摩法	77
(七) 改一改你的内向性格	78
(八) 依情况把实话告诉他	78
(九) 让刺激性食物从餐桌上消失	78
(十) 管好自己的胃	78
(十一) 常吃野菜宜于病	79
1. 小蓟	79
2. 马齿苋	79
3. 紫苜蓿	79
4. 荠菜	79
5. 蒲菜	79
6. 蒲公英	80
7. 槐花	80
8. 鱼腥草	80
(十二) 荤食、素食都要吃	80
(十三) 常做自我按摩操	81
1. 背部按摩	81
2. 腰骶按摩	81

巧招妙治前列腺病

QIAOZHAOMIAOZH
QIANLIXIANBING

3. 臀部按摩	81
4. 腹部按摩	81
(十四) 烟瘾要不得	82
(十五) 饮茶对病有好处	83
(十六) 饮酒千万别过量	84
(十七) 常期久坐出麻烦	85
(十八) 护好精囊最重要	85
(十九) 当心精液变红色	86
(二十) 当心染上阳痿病	86
(二十一) 性欲亢进非好事	87
(二十二) 过分节欲不可取	87
三、夫妻同治	88
(一) 当好丈夫的心理医生	88
(二) 陪丈夫去诊断	89
(三) 帮丈夫治病的好办法	89
1. 给丈夫减负——缓解紧张焦虑情绪	90
2. 贴心关怀——为他准备一个“温情水杯”	90
3. 不必禁欲——把握规律的性生活	90
4. 保暖防寒——适时增添衣服	90
5. 精挑细选——娱乐方式别太偏	91
6. 马虎不得——选择合适的交通工具	91
7. 温馨提示——督促他适当活动	91
8. 强身健体——陪他做锻炼	91
(四) 共同排除妻子的担心	91
1. 怕被传染	91
2. 怕绝后	92
3. 怕失去“性”福	92
(五) 来自女性并发症的麻烦	93
(六) 孕妇性病会连累胎儿	94
(七) 原来流产是前列腺的错	94
第四章 巧嘴吃掉前列腺病	95
一、食疗餐厅	95
(一) 益病蔬菜	95
(二) 益病水果	96

(三) 益病谷与豆类	97
(四) 益病肉类	98
(五) 益病鱼类	98
(六) 益病甲壳与软体动物	99
(七) 饮食疗方	99
1. 清热解毒方	99
2. 泻下通便方	101
3. 活血化淤方	102
4. 理气开郁方	104
5. 滋阴食方	105
6. 补气食疗方	107
7. 补肾阳食疗方	109
8. 利水渗湿食疗方	111
9. 固涩食疗方	113
10. 清热利湿方	115
(八) 前列腺结石食疗方	117
(九) 其他食疗方	119
1. 苹果能治前列腺炎	119
2. 西红柿治前列腺炎	120
3. 生食南瓜子治前列腺炎	120
4. 胡桃壳水治前列腺炎	120
5. 芝麻核桃治前列腺肥大案例	120
二、药物专柜	121
(一) 益病中药	121
1. 清热解毒类药	121
2. 利水渗湿类药	122
3. 活血化淤	123
4. 清热燥湿类药	124
5. 其他类型	125
(二) 中药疗方	126
1. 四妙丸(《成方便读》)	126
2. 当归龙荟丸(《丹溪心法》)	126
3. 五神丸(《洞天奥旨》)	126
4. 三妙丸(《医学正传》)	126

巧招妙治前列腺病

QIAOZHOMIAOZH
QIANLIXIANBING

5. 小蓟饮子(《济生方》) 127
6. 八正散(《太平惠民和剂局方》) 127
7. 黄连解毒汤(《外台秘要》) 127
8. 苓薏败酱汤 127
9. 加味三妙丸 127
10. 清热利湿活血汤 127
11. 升清降浊汤 128
12. 四妙丸加味 128
13. 导气除燥汤 128
14. 通淋汤 128
15. 活血清热化湿方 128
16. 利湿方 128
17. 铁军汤 129
18. 前列腺片 129
19. 大黄廑虫丸(《金匱要略》) 129
20. 活络效灵丹(《医学衷中参西录》) 129
21. 六味地黄丸(《小儿药证直诀》) 129
22. 杞菊地黄丸(《医级》) 129
23. 补中益气丸(《脾胃论》) 130
24. 右归丸(《景岳全书》) 130
25. 益气聪明丸(《中医男科临床治疗学》) 130
26. 知柏地黄丸(《医宗金鉴》) 130
27. 左归丸(《景岳全书》) 130
28. 肾气丸(《金匱要略》) 130
29. 萆薢分清饮(《丹溪心法》) 130
30. 地黄饮子(《黄帝素问宣明论方》) 131
31. 五子衍宗丸(《证治准绳》) 131
32. 菟丝子丸(《太平惠民和剂局方》) 131
33. 还少丹(《东医宝鉴》) 131
34. 虎潜丸(《丹溪心法》) 131
35. 大补阴丸(《丹溪心法》) 131
36. 封髓丹(《医宗金鉴》) 132
37. 磁石丸(《圣济总录》) 132
38. 清肾汤(《杂病源流犀烛》) 132

39. 斩梦丹(《普济方》)	132
40. 九龙丹(《东医宝鉴》)	132
41. 参苓丸(《普济方》)	132
42. 龙骨散(《圣惠方》)	133
43. 固精煎(《景岳全书》)	133
44. 钟乳丸(《本草纲目》)	133
45. 清利理化汤	133
46. 败酱草合剂	133
47. 慢前汤	134
48. 白浊方	134
49. 龙胆泻肝汤合调胃承气汤	134
50. 清肾汤加味	134
51. 田三七	134
52. 解毒化淤汤	135
53. 参苓六黄汤	135
54. 二仙二妙汤	135
55. 复方紫草膏	135
56. 玄地阿胶汤	135
57. 萆薢化湿汤	136
58. 复方地龙汤	136
59. 锦琥汤	136
60. 加味道遥散	136
61. 六郁丸	136
62. 肾气丸(《金匱要略》)	137
63. 桂枝茯苓丸	137
64. 三肾丸	137
65. 癥闭散 1	137
66. 知柏坤草汤	137
67. 癥闭散 2	137
68. 化坚汤	138
69. 前通汤	138
70. 十补丸(《济生方》)	138
71. 升降汤(《医学衷中参西录》)	138
72. 大补阴丸(《丹溪心法》)	138