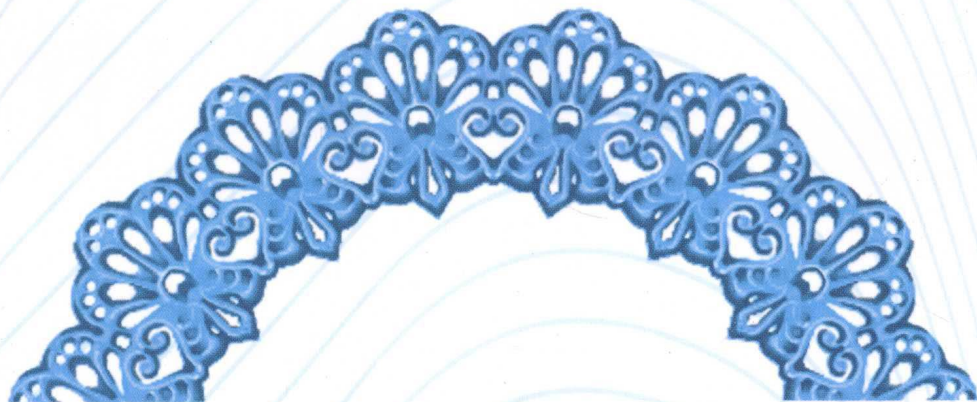




专家门诊有问必答系列



“男”言之隐

——前列腺疾病



中原出版传媒集团
中原农民出版社

第 1 卷

第 1 卷 第 1 期

“男”言之隱

——關於男性

第 1 卷 第 1 期

专家门诊有问必答系列

“男”言之隐

——前列腺疾病

杨英豪 编著

中原出版传媒集团
中原农民出版社

图书在版编目(CIP)数据

“男”言之隐:前列腺疾病/杨英豪编著. —郑州:中原出版传媒集团,
中原农民出版社,2010.9
(专家门诊有问必答系列)
ISBN 978-7-80739-840-0

I. 男… II. 杨… III. 前列腺疾病-诊疗-问
答 IV. R697-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 100397 号

出版:中原出版传媒集团 中原农民出版社

(地址:郑州市经五路 66 号 电话:0371—65751257

邮政编码:450002)

发行单位:全国新华书店

承印单位:河南龙华印务有限公司

开本:710mm×1010mm

1/16

印张:8

字数:114 千字

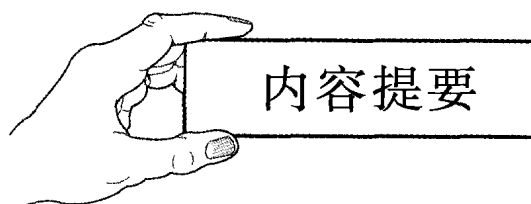
版次:2010 年 9 月第 1 版

印次:2010 年 9 月第 1 次印刷

书号:ISBN 978-7-80739-840-0

定价:15.00 元

如发现印装质量问题,请与印刷厂联系调换



前列腺是男人身体中最大的性腺,它所分泌的前列腺液是精液的重要组成部分,因此它的健康不容忽视。本书采用患者咨询、专家回复的方式向读者介绍了前列腺疾病的相关知识。所收集的问题都是患者最关心、最常见、最具代表性的,对正确认识前列腺、正确认识前列腺疾病、莫把前列腺疾病妖魔化、正确呵护前列腺等均做了详尽的解答。本书内容精练,通俗易懂,形式生动活泼,特别适合患者及家属阅读。



一、正确认识前列腺

1. 前列腺长在哪里？它的邻居都是谁？ 001
2. 前列腺长什么样子？个头有多大？ 002
3. 前列腺液是什么东西？有什么作用？ 003
4. 前列腺是怎样参与性生活的？扮演什么角色？ 006
5. 前列腺怎么才能看得见摸得着？ 009
6. 残余尿怎么测量？有什么用处？ 011
7. 前列腺包膜分为几层？有哪些作用？ 014
8. 前列腺的血液供应情况如何？前列腺的淋巴回流怎样？前列腺由哪些神经支配？前列腺与性激素有何关系？ 015

二、正确认识前列腺疾病

1. 前列腺疾病有哪些？ 017
2. 前列腺炎有多少种？怎样区分？ 022
3. 前列腺炎的原因是什么呢？ 023
4. 前列腺炎容易与哪些疾病混淆？ 026
5. 急性前列腺炎有哪些表现？如何诊断？应该做哪些检查？ 027
6. 急性前列腺炎需要治疗多长时间？症状消失了还吃药吗？ 029
7. 得了急性前列腺炎怎样过性生活？有哪些注意事项？ 031
8. 慢性前列腺炎有什么表现？ 032
9. 前列腺炎可以并发哪些疾病？ 034

10. 慢性前列腺炎如何治疗?	035
11. 为什么慢性前列腺炎那么难治? 为什么慢性前列腺炎治愈后容易复发?	038
12. 慢性前列腺炎要做哪些必要的检查?	040
13. 什么是前列腺增生? 什么是前列腺增生症?	043
14. 良性前列腺增生会导致哪些症状?	044
15. 怎样给自己的前列腺增生症状评分?	047
16. 前列腺的体积如何测量?	049
17. 前列腺增生必须立即治疗吗?	051
18. 什么是滴虫性前列腺炎与霉菌性前列腺炎? 如何治疗? ...	053
19. 什么是前列腺结石?	055
20. 什么是前列腺癌?	057

三、莫把前列腺疾病妖魔化

1. 得了慢性前列腺炎就要禁欲吗?	062
2. 慢性前列腺炎治不好不能要孩子吗?	064
3. 手淫是否易引起前列腺炎? 手淫对人体有没有害处?	066
4. 慢性前列腺炎久治不愈会引起癌变吗?	069
5. 排尿不畅都是前列腺惹的祸吗?	071
6. 前列腺癌都是前列腺增生引起的吗?	073
7. 前列腺炎会通过性行为传染吗?	074
8. 慢性前列腺炎会直接导致阳痿吗?	075
9. 夜间阴茎勃起是前列腺炎引起的吗?	077
10. 喝牛奶可以导致前列腺癌吗?	079

四、正确呵护前列腺

1. 如何做到正确呵护前列腺? 平时要注意什么?	080
2. 有哪些不良生活方式会导致前列腺疾病?	082
3. 过量饮酒会伤及前列腺, 酒对前列腺的影响有哪些?	083

4. 吸烟有害健康,吸烟对前列腺的影响大吗?	085
5. 茶分好多种,哪些茶有益于前列腺疾病患者?	087
6. 有益于前列腺的谷物、豆类有哪些?	089
7. 有益于前列腺的蔬菜、野菜有哪些?	090
8. 有益于前列腺的肉类、鱼类有哪些?	094
9. 有益于前列腺的水果有哪些?	096
10. 前列腺疾病的食疗方有哪些? 如何辨证选用?	097
11. 前列腺的药膳有哪些? 如何辨证选用?	104
12. 前列腺的自我按摩和理疗方法有哪些? 怎么操作?	109
13. 有益于前列腺的体操有哪些? 平时的体育运动有哪些 对前列腺不利?	111
14. 久坐和骑车对前列腺疾病不好,应该怎样避免?	113
15. 前列腺疾病与精神因素有没有关系? 应该注意哪些事项?	115
16. 做司机工作者应该如何保护好前列腺?	117
17. 前列腺疾病患者在日常生活中应注意哪些事项?	118
18. 老人在冬天如何做好前列腺的保护工作?	119

一、正确认识前列腺

1. 前列腺长在哪里？ 它的邻居都是谁？

患者咨询

我是一名平面设计师,由于工作的性质,基本上整天坐在电脑前,很多时候吃饭时也坐在电脑前,边吃盒饭边设计作品,累了就坐在那小睡一会儿,晚上也要加班到很晚。近段时间,发现小便时有白色的液体排出来,我感到十分紧张,赶紧去医院治疗,医生说我是长期坐位压迫了前列腺,患了前列腺炎,请问专家:前列腺到底长在哪儿? 它的邻居都是谁啊?



专家回复

前列腺位于男性骨盆腔内,其上方是膀胱,下方是尿道,前方是耻骨,后方是直肠,医生在直肠指诊时,向前可以触摸到前列腺。前列腺的左右,由许多韧带和筋膜固定,从而决定了前列腺的位置具有隐蔽特点。与膀胱相连的尿道就从前列腺的中间穿过,如果把尿道比喻为一根吸管,那么前列腺就像一个拳头握在吸管的顶端。当患有前列腺增生时,这个“拳头”就死死地攥住“吸管”,使里面的“水”难以通过,这就出现了排尿费力的现象。前列腺内有 30 ~ 50 个腺泡,具有分泌功能,汇成 16 ~ 32 条排泄管,开口在后尿道的精阜两侧。

成年男性的前列腺不断分泌前列腺液,并可以通过手淫、性生活

或遗精等方式排出体外,机体也可以吸收一部分。当前列腺受频繁性刺激或炎症刺激,前列腺液分泌量明显增加,却又缺乏排泄方法,机体吸收又不能相应增加时。排尿或大便时增加腹压,使前列腺平滑肌被动收缩,便造成前列腺液溢出的“滴白”现象。

2. 前列腺长什么样? 个头有多大?

患者咨询

专家好,我今年23岁,是一名学生,由于要考研,坐的时间比较长,锻炼时间也不多。前段时间感觉腰酸,小便偏黄,有白沫,去医院做了B超,检查是右肾0.3厘米×0.3厘米结石,前列腺左右4.1厘米,上下2.8厘米,前后3.5厘米,检查说是前列腺稍大,请问专家:前列腺长得什么样? 它的个头到底有多大?



专家回复

前列腺外形如同一个倒放的栗子,它的底部横径4厘米,纵径3厘米,前后径2厘米。上端宽大称为前列腺底,邻接膀胱颈。下端尖细,位于尿生殖隔上,称为前列腺尖。底与尖之间的部分称为前列腺体。体的后面较平坦,在正中线上有一纵行浅沟,称为前列腺沟。男性尿道在腺底近前缘处穿入前列腺,经腺实质前部,由前列腺尖穿出。近底的后缘处,有一对射精管穿入前列腺,开口于尿道前列腺部后壁的精阜上。前列腺的排泄管开口于尿道前列腺部的后壁。

前列腺一般分为前叶、中叶、后叶和两侧叶。中叶呈楔形,位于尿道与射精管之间。前列腺的前叶很小,没有多大重要性。可是,其他几叶就不同了,它们的变化往往会成为某些前列腺疾病的一个特点。40岁以后前列腺发生增生时,紧贴着尿道后壁的中叶和紧贴着尿道侧壁的左、右侧叶,可以增大压迫位于其间的尿道,使尿道变得狭窄,产生排尿困难;而位于两侧叶和中叶之后的后叶,一般不会出现腺体增生,一旦有所增大,常常提示肿瘤发生。

前列腺体积较小,可以说是人体最小的器官之一。位置隐蔽,不易诊察。前列腺的生长和发育被睾丸分泌的睾酮所控制,因此与人体的性发育有关,自青春期到20岁,前列腺的重量从5克增长到20克,在此后的几十年里,前列腺的体积不再发生变化(当然患了前列腺炎时前列腺还是会变大的,但这属于病理情况)。儿童时期前列腺较小,在25岁前后,前列腺生长发育最理想,到了老年,前列腺就逐步缩小,重量下降到12~15克。

3. 前列腺液是什么东西? 有什么作用?

患者咨询

开始我还不理解前列腺问题是怎么回事儿,大夫说,前列腺是男性特有的生殖器官的一部分,分泌腺液,帮助精子进入阴道。医生还说,前列腺液的化验结果对于判断前列腺方面的问题有很大帮助。对于前列腺液的问题,我现在还只是一知半解,请问专家:能就前列腺液给予详细的阐释吗?



专家回复

前列腺液就是前列腺分泌的比较黏稠的乳白色半透明的液体,是精液的重要组成部分。成年男性的前列腺不断产生前列腺液,并且液量具有明显的个体差异,有些人多一点,有些人则少一些。正常情况下,前列腺液可以通过自慰、性生活或遗精等活动随精液排出体外,有时在用力排便后,尿道口也会有少量前列腺液流出。

前列腺能分泌少量的黏性液体,正常的前列腺液为淡乳白色,有蛋白光泽,有特殊气味。正常男性每天分泌腺液0.5~2.0毫升,成为精液的一部分,占精液的13%~32%,pH值为6.45,弱酸性;有保护、增强精子活动及润滑尿道等作用。炎症严重时前列腺液可变浓厚,色泽变黄或呈淡红色混浊,或含絮状物,并有黏丝。

(1) 前列腺液中含有以下成分:

果糖:一般情况下,前列腺前叶及后叶均能产生果糖,但这种分泌功能受雄激素水平的控制和调节。

精液素:前列腺中含有大量精液素和精胺素。精液中约含有 13.05 毫摩尔/升(300 毫克/100 毫升)的精液素,其中大部分由前列腺分泌,是精液产生具有特殊臭味的物质。

脂质:精液中含有丰富的脂质。前列腺液是乳白色的,主要是由前列腺所分泌。

前列腺素:是一种不饱和酸,具有激素样作用,能使肠道平滑肌收缩,血压下降。

柠檬酸:主要来自前列腺,其分泌受男性性激素的控制与调节。

蛋白质:前列腺液中蛋白质的含量很少,主要含有高浓度的锌离子、酸性磷酸酶、蛋白水解酶、纤维蛋白酶、精胺、脂族多肽等。

酸性磷酸酶:小儿前列腺内酸性磷酸酶水平低,在青春期急剧上升,至成年期达高峰。正常成人酸性磷酸酶在体内的浓度维持稳定的水平。如前列腺有癌变时,此种酶明显增高。

前列腺素和性激素:前列腺素与雄激素密切相关。

由于前列腺液存在于前列腺的腺泡内,因此当前列腺处于炎症状态时,前列腺液就会出现相应的变化。这些变化就像罪犯在犯罪现场留下的“蛛丝马迹”,能够协助我们“破案”(诊断前列腺炎)。

要想发现这样的蛛丝马迹,就要首先获得前列腺液。其实这并不困难?医生可以在直肠指诊的基础上,用手指继续对前列腺进行一定方向、一定次序的挤压,通过这种挤压按摩即可在尿道口处获得白色的前列腺液,根据不同的检查,可以分别采用玻璃片、无菌的试管等接取送检。当然,并非每次前列腺按摩都能成功地取到前列腺液。由于存在明显的个体差异,即使是同一个人其前列腺液的分泌量也是不断变化的,所以有些患者略微按摩前列腺就可以获得前列腺液,而有些患者取得前列腺液就比较困难。事实上,即使非常有经验的医生也不可能对接受检查的患者 100% 获得前列腺液,其成功率大概为 80% 左右。

(2) 前列腺液的常规检查的项目包括:

白细胞:通俗地说,哪里有炎症,哪里就应该聚集大量的白细胞。一般认为,前列腺液中白细胞 $\geq 10/\text{HP}$ 为增多,可以诊断前列腺炎。这里的“HP”是指1个显微镜的高倍视野,白细胞 $\geq 10/\text{HP}$ 就是指在显微镜每个高倍视野下白细胞的数目不少于10个。关于前列腺液中白细胞数目究竟多少才算异常,如前所述,有人认为白细胞 $\geq 10/\text{HP}$,但是更多的医生认为应该是白细胞 $\geq 15/\text{HP}$,而多数欧美的医生则认为前列腺液中白细胞应该 $\geq 20/\text{HP}$ 才属于异常。另外,根据目前对慢性前列腺炎的研究也表明,慢性前列腺炎患者的前列腺液中白细胞数目也可以在正常范围内,也就是说,一些慢性前列腺炎患者的前列腺液中白细胞数目是可以不增多的。

卵磷脂小体:主要作为精子的营养物质,正常前列腺液卵磷脂小体为大小不等、圆形或卵圆形、均匀分布、有折光性的小体。略小于红细胞。正常前列腺液可见多量或满布视野的卵磷脂小体($> + + +/\text{HP}$),当患者患有慢性前列腺炎时,卵磷脂小体常减少,并可出现成堆现象,这是由于炎症时炎症细胞大量吞噬的缘故。因此,前列腺液中卵磷脂小体的多少可以作为判断前列腺炎的另一个指标。

pH 值:什么是前列腺液 pH 值呢? 其实就是指前列腺液的酸碱度,当酸碱度也就是 pH 值为 7 的时候,就是中性,指不酸不碱,当 pH 值小于 7 的时候,就是偏酸,pH 值越小,酸性程度也就越大;相反,当 pH 值大于 7 的时候,就是偏碱,这个值越大碱性程度也就越大。正常的前列腺液 pH 值在 6.5 ~ 6.7,也就是说偏酸的。在慢性细菌性前列腺炎时,前列腺液的 pH 值明显变为碱性,其碱性程度约比正常高出 10 倍,并且可以随着治疗的好转而逐渐恢复。因此,有很多学者指出,进行前列腺液的 pH 值的测定还是很重要的,它可以作为判断疗效和估计预后的指标之一。

前列腺液常规检查时,有时可以见到红细胞和精子:一般而言,在正常前列腺液中,平均高倍镜视野红细胞数目应该少于 5 个。患者有时问,在前列腺液中出现精子是怎么回事? 其实在前列腺液中出现精子的意义不大,它是因为在进行前列腺按摩时挤压了精囊,所

以有时可以发现精子。

上面我们已经向大家介绍了前列腺液的常规检查项目,前列腺液的常规检查在前列腺炎的诊断和分类中均有相当的重要性,但是大家也应该知道:前列腺液的检查受到很多因素的影响,容易造成误导。例如:医生按摩前列腺的手法过重,可以造成前列腺液中红细胞、白细胞数目增多;在性交和射精后不久,饮酒、食用辣椒等刺激性饮食后,长时间骑车或久坐后进行的前列腺液检查,其中白细胞的水平也是高于正常值的。其次,不同的医院、不同的实验室和不同的检验员的检测结果本身就存在较大的差异。

所以,对于前列腺液的检查结果还是应该加以综合分析,排除干扰因素,才能真实反映前列腺的实际情况。此外,在进行前列腺液检查的时候,不能仅仅凭一次的检查结果就给患者戴上慢性前列腺炎的“帽子”,一般进行2~3次的检查后,如结果基本一致才可以比较准确地确诊前列腺炎。

4. 前列腺是怎样参与性生活的? 扮演什么角色?

患者咨询

近段时间,我总感觉会阴部不适,我怀疑自己得了前列腺方面的疾病,更让人丧气的是,我感觉性欲低下,有时还出现早泄症状,去医院检查,医生让我做了B超检查,还对我进行了前列腺按摩,让我拿着按摩出来的前列腺液去做化验。医生说 I 得了前列腺炎。请问专家:我的前列腺炎和性欲低下、早泄症状有什么关系吗?是不是由于前列腺炎引起的性欲低下、早泄症状?前列腺又是怎样参与性生活的?扮演什么角色?



专家回复

若要回答你这几个问题,我们首先要系统了解一下男性生殖系统方面的知识。男性的生殖系统包括:睾丸、附睾、输精管、精囊腺、

前列腺和阴茎。睾丸位于阴囊内,左右各有一个,它们主要有两种作用,其一是生成精子完成人类的繁衍;其二是分泌雄性激素——睾酮,维持男性的第二性征:胡须、阴毛、喉结以及浑厚的嗓音等。附睾是位于睾丸背面的两块柔软组织(你可以隔着阴囊摸到它们),像一只头向下的松鼠趴在睾丸的背面。在睾丸中产生的精子平时就居住在这两个“温室”里,当性高潮到来时,由于肌肉的收缩,精子便进入输精管。左右两条输精管离开附睾后进入腹腔,最终到前列腺的底部,在这里遇到像两串葡萄倒挂在膀胱后面的精囊腺,并且与来自精囊的精囊管汇合成为射精管。射精管穿过前列腺,最终开口于前列腺部尿道(被前列腺包绕的一部分尿道),射精时精液就从这个开口进入尿道,与精囊液和前列腺液混合在一起,排出体外。一种男性避孕手术就是通过切断、结扎输精管而使精子不能进入尿道,从而达到避孕的目的,但是不要担心,被阻断在睾丸内的精子会被机体慢慢地吸收,不会对身体造成任何影响。前列腺由腺组织和肌组织构成。前列腺上端横径约4厘米,垂直径约3厘米,前后径约2厘米。表面包有筋膜鞘,称为前列腺囊。前列腺囊与前列腺之间有前列腺静脉丛。前列腺的分泌物是精液的主要组成部分。阴茎也是男性泌尿系统、生殖系统的重要器官,它有两方面作用,一为排尿,二为性交。阴茎由肌肉、血管、神经组成,人类的阴茎是没有骨骼的,在性兴奋时,阴茎的小静脉是暂时关闭的,因此由动脉进入阴茎的血液无法回流,这便导致了阴茎的充血、膨胀,即勃起状态。勃起功能是由许多进入阴茎的细小神经支配的,而这些神经紧贴在前列腺的两侧,因此一些前列腺的手术容易损伤这些神经,从而导致勃起功能障碍(阳痿)。

倘若将突起前列腺的尿道剖开好好看一下,在尿道的后壁中央有一个小丘样的隆起叫做精阜,这里长着由精囊、输精管汇合成的射精管的开口,精阜的两边由许多前列腺排泄管的开口,前列腺分泌的液体从这里流出。别小看尿道里这个小小的弹丸之地,它可是完成男子生殖功能的关键地方之一。

了解了前列腺的解剖以后,大家可能会问,前列腺到底有什么作用呢?这一点其实至今医学界还没有研究透彻,就目前的认识水平而言,前列腺的主要功能是保护精子,起到免疫作用。除此之外还

有：

(1) 控制排尿：构成尿道前列腺部，控制排尿。

(2) 运输分泌液：前列腺由肌纤维和腺体组织构成，在交感神经作用下，前列腺内平滑肌收缩，将精囊和输精管中的内容物经射精管输入前列腺部尿道。

(3) 外分泌：分泌前列腺液。前列腺是男性最大的副性腺器官，前列腺的分泌物参与精液的组成，占精浆的 13% ~ 32%。前列腺分泌液是一种乳白色浆性液体，pH 值为 6.45。前列腺液比血浆含更多的钠、钾、钙，还含有大量的锌和镁，并含有丰富的枸橼酸以及酸性磷酸酶。它为精子提供适宜的环境，为精子的自由活动并顺利进入子宫与卵子结合创造必要条件。

(4) 内分泌：内分泌可对脑下垂体起作用，并具有代谢类固醇激素的能力，可将睾酮快速代谢成更强有力的雄激素，并输送至血液循环中。

关于前列腺炎和性欲低下、早泄症状的关系，前列腺炎一般不会引起性功能的改变，但我们知道，人类的性生活是一个相当复杂的过程，受到环境、心理等多方面的影响。前列腺炎患者会出现排尿不畅、会阴部不适，病人常常会因合并头晕、失眠等神经衰弱症状而出现性欲低下、阳痿、早泄等。换言之，本病直接影响患者的性情绪、性心理、性质量，对患者的性功能也会产生或大或小的不利作用。

前列腺炎对人体的危害与其说是躯体上的，不如说是心理上的更准确。尤其是年轻患者，由于性医学知识匮乏，又受某些医生只言片语或媒体一些说法的影响，整日忧心忡忡，胡思乱想，吃不香，睡不着，导致机体健康状况下降和性功能低下，反过来又加重了思想负担，形成恶性循环。对于这类患者，除了积极治疗躯体疾病外，更重要的是解除他们的思想压力和不必要的顾虑。只有树立起战胜疾病的信心，才能够重振男子汉的雄风。

由此我们就可以认识到，由于前列腺炎并不会直接引起性欲低下、早泄症状，更重要的是人的心理方面的消极影响，才出现了性欲低下、早泄症状。所以你只要放松自己，多进行适量的运动，合理饮

食,前列腺炎并不会影响到你的性功能。

5. 前列腺怎么才能看得见摸得着?

患者咨询

我患了前列腺炎,在一次去医院检查治疗时,听到有一个病人患了前列腺癌,我知道癌症是一种很可怕的疾病,自己也担心会得癌症。听说通过指诊能摸出来是否患有前列腺癌,请问专家:怎么才能摸得着前列腺?是否就是从正面按压,就像人检查肝脾是否变大一样?



专家回复

要很好地解答这个问题,还要从前列腺的解剖位置说起。正如前面我们提到的,前列腺位于男性骨盆腔内,其上方是膀胱,下方是尿道,前方是耻骨,后方是直肠,前列腺的左右,由许多韧带和筋膜固定,从而决定了前列腺的位置具有隐蔽特点。由于前列腺正面是坚硬的耻骨,就决定了从正面不能摸到。要想摸得着前列腺,最简便准确的方式就是直肠指诊。直肠指诊是泌尿外科医生检查前列腺时最常用到的一种检查,这种检查方便、易行,患者几乎没有任何痛苦,而且整个检查只需要几分钟就可以完成,检查完以后也不用等什么检查报告,当时就能得知检查的结果。临床经验表明,有经验的医生通过直肠指诊诊断前列腺癌的准确性可以提高到60%。直肠指诊分医生按摩与自我按摩两种。

(1) 医生按摩:在进行这项检查时,医生会要求患者松解裤带,暴露臀部及大腿的上半部分,然后在检查床上采取胸膝位(跪在检查床上)或者屈膝侧卧位,按从外向上向内向下的顺序规律地轻柔按压前列腺,同时嘱患者做提肛动作,使前列腺液排出尿道口,并立刻小便。检查时患者应该尽量放松肛门,因为医生会用戴了手套的食指涂上润滑剂后伸入患者的肛门内,隔着直肠壁检查前列腺,如果患者的肛