



中医保健丛书

ZHONGYI BANGNI ZHI QIANLIXIANBING

中医帮你 治前列腺病



专家科学指导 健康生活保障

林 青 邢延国/主编

第二版

健康的体魄、长寿的秘诀，来自于生活的细节。
中医专家告诉您：如何养护自己的前列腺。



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS



中医保健丛书

ZHONGYI BANGNI ZHI QIANLIEXIANBING

中医帮你 治前列腺病

专家科学指导 健康生活保障

第二版



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目(CIP)数据

中医帮你治前列腺病/林 青,邢延国主编.—2 版.—北京:人民军医出版社, 2011. 1

(中医保健丛书)

ISBN 978-7-5091-4565-4

I. ①中… II. ①林…②邢… III. ①前列腺疾病—中医治疗法
IV. ①R277. 57

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 254284 号

策划编辑:石永青 程晓红 文字编辑:王会军 责任审读:伦踪启

出 版 人:石 虹

出版发行:人民军医出版社 经销:新华书店

通信地址:北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编:100036

质量反馈电话:(010)51927290;(010)51927283

邮购电话:(010)51927252

策划编辑电话:(010)51911291

网址:www.pmmmp.com.cn

印、装:北京中创彩色印刷有限公司

开本:710mm×1000mm 1/16

印张:14.5 字数:208 千字

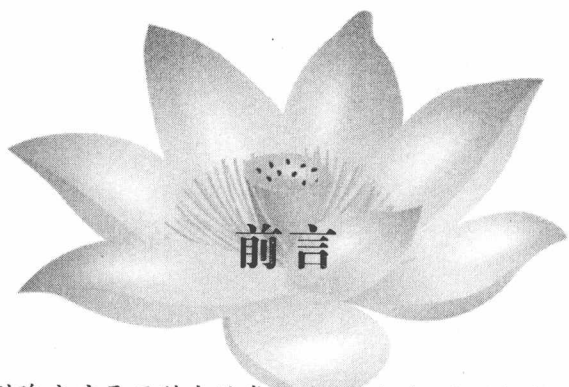
版、印次:2011 年 1 月第 2 版第 1 次印刷

印数:0001 ~ 9000

定价:25.80 元

版权所有 侵权必究

购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换



前言

前列腺疾病是男科中的常见病、多发病,时刻都在影响着男性朋友的身体健康和生活质量,是每个男性朋友都绕不过去的健康话题。

前列腺疾病虽然不是一个致命的疾病,但由于前列腺疾病的临床表现变化多端,又容易复发,对男性健康的影响也越来越显现,再加上现实生活中许多男性朋友对前列腺疾病的认识不足,无法作出正确的判断,有的即使得了前列腺疾病也浑然不知,从而贻误了最佳的治疗时机,导致疾病的迁延不愈。所以很多患者往往都是谈“前列腺”色变。

为了消除患者对前列腺疾病的疑惑和恐惧,普及前列腺疾病的防治知识,我们特意组织有关专家精心编写了这本《中医帮你治前列腺病》。本书从突出中医特色的角度出发,详细介绍了前列腺疾病的基本知识、发病原因、检查诊断、治疗手段、预防措施、日常保健等诸多方面的知识,内容深入浅出,通俗易懂,既注重科学性,又力求实用性和普及性,是帮助你解决前列腺疾病造成的困扰,恢复健康体魄不可多得的参考书。

最后,祝愿每一位读者都有一个健康的身体,生活幸福安康。

编者

2010年10月



目录 Contents

第一章 男人,要了解你的前列腺	1
1. 前列腺,男人的生命腺	2
2. 前列腺长什么样,在人体什么位置	2
3. 前列腺有哪些生理功能	2
4. 神秘的前列腺液	3
5. 前列腺由哪些部分组成	4
6. 前列腺的结构特征是什么	5
7. 为前列腺提供营养的血液来源	5
8. 前列腺与尿道有什么关系	6
第二章 小小前列腺,健康大问题	7
一、最常见:前列腺炎	8
1. 中医眼中的前列腺炎	8
2. 中医对前列腺炎的辨证分型	8
3. 中医分析前列腺炎病因病机	9
4. 什么是急性细菌性前列腺炎	10
5. 患了急性细菌性前列腺炎后会出现什么症状	11
6. 警惕急性细菌性前列腺炎的常见并发症	12
7. 哪些因素可以引起细菌性前列腺炎	12
8. 哪些因素可以引起非细菌性前列腺炎	14
9. 令人烦恼的慢性前列腺炎	16
10. 细说慢性前列腺炎的发病原因	16
11. 哪些人最容易患上慢性前列腺炎	17
12. 提示你患了慢性前列腺炎的身体表现	19

13. 慢性前列腺炎对身体会有哪些危害	20
14. 了解前列腺疼痛的原因	21
15. 前列腺炎会不会传染给妻子	21
16. 前列腺炎也会遗传吗	22
二、最易患：前列腺增生	23
1. 中医眼中的前列腺增生	23
2. 中医对前列腺增生的辨证分型	24
3. 中医分析前列腺增生的病因	25
4. 了解前列腺增生	26
5. 前列腺增生的特点	28
6. 前列腺增生早发现	31
7. 前列腺增生对身体有哪些危害	32
8. 前列腺增生会不会发生癌变	34
9. 不可不知的前列腺增生并发症	35
10. 你会患上前列腺增生吗	36
三、最威胁：前列腺癌	36
1. 中医眼中的前列腺癌	36
2. 中医分析前列腺癌的病因	37
3. 前列腺癌基本知识	37
4. 导致前列腺癌变的因素	38
5. 如何早期发现前列腺癌	39
6. 直肠指检对诊断前列腺癌的重要意义	40
7. 有没有良性前列腺肿瘤	40
8. 前列腺癌分期有什么用途	41
9. 前列腺癌的治疗原则	42
10. 如何区分前列腺癌与前列腺增生	43
四、最疼痛：前列腺结石	44
1. 前列腺里长出了石头	44
2. 中医分析结石产生的原因	44

3. 患了前列腺结石会有哪些症状表现	45
4. 直肠指检能发现前列腺结石吗	45
5. 抗感染对前列腺结石的重要性	46
6. 前列腺结石的病理改变	46
7. 了解前列腺结石的治疗原则	47
五、最隐蔽：前列腺结核	47
1. 隐秘的前列腺结核	47
2. 前列腺结核的症状表现	48
3. 前列腺结核是如何感染上的	48
4. 前列腺结核对生育有没有影响	49
5. 前列腺结核导致阳痿的原因	50
6. 前列腺结核与症状类似疾病的鉴别	50
7. 前列腺结核的病理改变	51
六、最麻烦：前列腺脓肿	52
1. 麻烦的前列腺脓肿	52
2. 揭秘前列腺脓肿的发病原因	52
3. 前列腺脓肿发病都有哪些症状	52
4. 如何治疗前列腺脓肿	53
5. 前列腺脓肿的手术治疗	53
 第三章 你的前列腺健康吗	 55
一、中医把关，让前列腺疾病无处可逃	56
1. 中医望诊法	56
2. 中医闻诊法	57
3. 中医问诊法	59
4. 中医切脉诊法	61
二、各类型前列腺疾病的诊断	63
1. 急性前列腺炎如何诊断	63
2. 慢性前列腺炎如何诊断	64

3. 前列腺增生如何诊断	70
4. 前列腺癌如何诊断	75
5. 前列腺结核如何诊断	78
6. 前列腺脓肿如何诊断	80
7. 前列腺囊肿如何诊断	82

第四章 中医特色疗法,保卫前列腺

一、中医治疗前列腺疾病的优势	86
1. 中医疗法的优势	86
2. 中医疗法的作用机制	86
二、中医辨证疗法治疗前列腺疾病	88
1. 中医辨证疗法治疗前列腺增生	88
2. 中医辨证疗法治疗前列腺癌	89
3. 中医辨证疗法治疗前列腺结石	92
4. 中医辨证疗法治疗前列腺结核	93
5. 中医辨证疗法治疗前列腺脓肿	94
三、中医中药疗法治疗前列腺疾病	96
1. 中药疗法治疗急性前列腺炎	96
2. 中药疗法治疗慢性前列腺炎	100
3. 中药疗法治疗前列腺增生	108
4. 中药疗法治疗前列腺癌	114
5. 中药疗法治疗前列腺结石	118
6. 中药疗法治疗前列腺结核	120
四、中医饮食疗法治疗前列腺疾病	121
1. 饮食疗法急性前列腺炎	121
2. 饮食疗法慢性前列腺炎	123
3. 饮食疗法前列腺结石	125
五、中医运动疗法治疗前列腺疾病	128
1. 参加体育锻炼的注意事项	128

2. 使用生物反馈技术进行锻炼	128
3. 收腹提肛保健操	129
4. 医疗体操	129
5. 前列腺增生患者运动疗法	131
六、中医心理疗法治疗前列腺疾病	136
1. 心理疗法的原理	136
2. 常用心理疗法的种类	136
3. 前列腺炎患者的心理问题	137
4. 前列腺炎患者的心理治疗	139
5. 保持精神乐观	141
6. 前列腺增生患者的心理疗法	142
七、苹果疗法治疗前列腺疾病	145
1. 什么是“苹果疗法”	145
2. 苹果疗法治疗前列腺炎的原理	145
八、中医按摩疗法治疗前列腺疾病	147
1. 前列腺按摩疗法	147
2. 推拿按摩疗法	148
3. 前列腺增生按摩疗法	149
4. 前列腺结石按摩疗法	151
5. 前列腺结核按摩疗法	152
九、中医熏洗疗法治疗前列腺疾病	152
1. 坐浴治疗	152
2. 足浴治疗	154
十、中医贴敷疗法治疗前列腺疾病	155
1. 贴敷疗法简介	155
2. 急性前列腺炎的贴敷疗法	159
3. 慢性前列腺炎贴敷疗法	161
4. 前列腺增生贴敷疗法	162

十一、中医针灸疗法治疗前列腺疾病	164
1. 针灸疗法治疗急性前列腺炎	164
2. 针灸疗法治疗慢性前列腺炎	165
3. 耳针疗法治疗慢性前列腺炎	166
4. 点刺疗法治疗慢性前列腺炎	167
5. 挑疗法治疗慢性前列腺炎	167
6. 针灸疗法治疗前列腺增生	168
7. 针灸疗法治疗前列腺结石	171
8. 针灸疗法治疗前列腺结核	172
9. 注射疗法治疗前列腺结核	172
10. 针灸疗法治疗前列腺癌	173
十二、中医拔罐疗法治疗前列腺疾病	173
1. 拔罐简介	173
2. 拔罐的作用	174
3. 拔罐的现代研究	176
4. 前列腺增生的拔罐疗法	177
十三、中医刮痧疗法治疗前列腺疾病	179
十四、中医物理疗法治疗前列腺疾病	180
1. 物理疗法治疗慢性前列腺炎	180
2. 放射疗法治疗前列腺癌	181
3. 冷冻疗法治疗前列腺癌	182
十五、中医灌肠疗法治疗前列腺疾病	183
1. 急性细菌性前列腺炎	183
2. 灌肠疗法治疗慢性前列腺炎	185
十六、中医手术疗法治疗前列腺疾病	186
1. 手术引流疗法治疗前列腺脓肿	186
2. 手术治疗前列腺癌	186
十七、中医内分泌疗法治疗前列腺疾病	187
1. 内分泌疗法治疗前列腺癌	187

第五章 男人,如何保养你的前列腺	189
一、学会预防,将疾病拒之体外	190
1. 如何预防急性前列腺炎	190
2. 如何预防慢性前列腺炎	191
3. 怎样预防前列腺增生	193
4. 怎样预防前列腺癌	195
5. 怎样预防前列腺结石	197
6. 如何预防前列腺病的复发	198
7. 前列腺病预防的几个要点	198
二、专家忠告,帮助患者认识误区	201
1. 性生活要适度	201
2. 戒烟限酒	206
3. 不宜长期久坐	209
4. 运动要规范	210
5. 饮食要均衡	212
6. 护理方式要得当	215

男人，要了解你的前列腺

前列腺是男性特有的器官，它位于膀胱下方，尿道穿过前列腺。前列腺的主要功能是分泌前列腺液，这是精液的重要组成部分。前列腺液有助于精子的存活和运动。此外，前列腺还能分泌一种叫做前列腺素的物质，它具有抗炎和镇痛的作用。前列腺的健康与男性的生殖健康密切相关。如果前列腺出现问题，可能会导致尿频、尿急、尿痛、尿不尽等症状，严重时甚至会影响生育能力。因此，男性应该了解前列腺的相关知识，并采取适当的预防措施，保持前列腺的健康。

第一章

男人，要了解你的前列腺

提起前列腺这个男性特有的器官，男人们都知道对自己很重要，但具体重要在哪些方面，前列腺又有什么功能，很多人又十分迷茫，了解前列腺，已是每个男人都必须要知道的知识。

1. 前列腺,男人的生命腺

前列腺是人体最大的附属性腺,由多个腺泡和导管组成,是人体的一个外分泌腺,分泌一定量的分泌液即前列腺液。除外分泌功能外,前列腺还有内分泌功能。前列腺是男性特有的生殖器官,对男性生殖功能具有特殊的作用。由前列腺分泌的前列腺液是精液的重要组成成分,前列腺液具有液化精液的特殊功能,没有前列腺液,精子就无法健康存活。另外,前列腺液中含有一定量的前列腺素,是男性必不可少的雄性激素,它可使男性的性特征长久保持并促进其他生殖器官的健康发育。因此,男性朋友们一定要保护好自已的“生命腺”。

2. 前列腺长什么样,在人体什么位置

前列腺是由平滑肌纤维和腺体组织组成的,它位于膀胱颈的下方、尿生殖膈的上方,其形状像栗子,呈圆锥状。前列腺的底部向后上,尖部向前下,前列腺的前上方紧邻耻骨后间隙,由耻骨前列腺韧带与耻骨后下方相连,前列腺的外下侧为肛提肌,后侧为直肠下段前壁。

前列腺的大小可按宽度、长度和厚度进行描述:宽度即横径,指从前列腺的一侧到另一侧的距离;长度即纵径,是从尖部到底部的距离;其前后径即厚度。前列腺的正常大小即宽度 $\times$ 长度 $\times$ 厚度为 $4\text{cm}\times 3\text{cm}\times 2\text{cm}$,质量为 $16\sim 20\text{g}$ 。前列腺的前 $1/3$ 部分包绕 3cm 长的尿道,形成尿道前列腺部,其后半部分有射精管从后斜穿过前列腺,并进入精阜。精阜是前列腺尿道后壁上的一个隆起,其紧邻尿道外括约肌,是尿道检查和手术的重要标志。

3. 前列腺有哪些生理功能

前列腺的生理功能主要可概括为以下4个方面。

(1)具有外分泌功能:前列腺是男性最大的附属性腺,亦属人体外分泌腺之一。它可分泌前列腺液,是精液的重要组成成分,对精子保持正常

的功能具有重要作用,对生育非常重要。前列腺液的分泌受雄性激素的控制。

(2)具有内分泌功能:前列腺内含有大量丰富的 5α -还原酶,可将睾酮转化为更有生理活性的双氢睾酮。双氢睾酮在良性前列腺增生症的发病过程中起重要作用。通过阻断 5α -还原酶,可减少双氢睾酮的产生,使增生的前列腺组织萎缩。

(3)具有控制排尿的功能:前列腺包绕尿道,贴近膀胱颈,构成了近端尿道壁,其环状平滑肌纤维围绕尿道前列腺部,参与构成尿道内括约肌。出现排尿冲动时,伴随着逼尿肌的收缩,内括约肌则松弛,使排尿顺利进行。

(4)具有运输功能:前列腺实质内有尿道和两条射精管穿过,当射精时,前列腺和精囊腺的肌肉收缩,可将输精管和精囊腺中的内容物经射精管压入后尿道,进而排出体外。

综上所述,前列腺具有4项重要的功能,在人体内发挥了重要作用。

4. 神秘的前列腺液

前列腺液是前列腺的分泌物,正常情况下较为稀薄,呈无色或淡乳白色液体,有蛋白光泽,呈弱酸性,pH为6.4~6.7。前列腺液的分泌受雄性激素的控制,每日分泌量一般为0.5~2ml。前列腺液是精液的重要组成部分,占每次射精量的1/10~1/3。

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、纤维蛋白酶等。其中,蛋白水解酶和纤维蛋白酶有促进精液液化的作用,而检测酸性磷酸酶和柠檬酸,可帮助判断前列腺功能及有无癌变。

在显微镜下观察,可看到前列腺液中有如下成分。

(1)卵磷脂小体:在前列腺液中分布均匀,为圆球形小体,大小不一,折光性强,数目较多。

(2)血细胞:包括白细胞和红细胞。正常情况下每高倍视野中的白

细胞 <10 个,且各自分散,不成堆聚集,不成串。红细胞偶见。

前列腺液中偶有一些上皮细胞、精子及淀粉颗粒等。

5. 前列腺由哪些部分组成

(1)前列腺的组成:前列腺是由腺体组织和肌纤维组织组成的器官。其中,腺体组织占70%,肌纤维组织占30%。

正常前列腺的腺体含有30~50个分支管状腺,每个腺管周围都有肌纤维组织间隔,16~32条排泄管汇集成前列腺管,开口在精阜的两侧。组成腺体组织的上皮细胞主要为柱状上皮细胞,还有基底细胞、异形细胞和神经内分泌细胞。柱状上皮细胞富含前列腺特异抗原(PSA)、枸橼酸盐等。基底细胞数量少,它可能是柱状上皮细胞的“生发干细胞”,还可传递一些物质,其作用重大。

前列腺的肌纤维组织又称为前列腺间质,在腺体周围由结缔组织和平滑肌组成,形成前列腺被膜。被膜伸入腺体内形成膈,构成前列腺支架。

(2)前列腺的组织结构:在组织切片上,前列腺可分为两个明显的腺组,即外腺组和内腺组,两腺组之间由一层肌纤维组织隔开。外腺组较大,是构成前列腺的主体部分,包括分支腺和主腺,与年龄和前列腺增生无明显关系,当前列腺增生时,常被挤压成一层前列腺外科包膜;内腺组集中在尿道黏膜和黏膜下层,分为黏膜腺和黏膜下腺。黏膜腺环绕于尿道前列腺部的周围,黏膜下腺位于黏膜腺和肌纤维组织膈之间。内腺组又叫尿道腺组,其随年龄增大而增多,与前列腺增生有密切联系。据此,可以把前列腺划分为中央区、外周区和移行区。两个射精管和尿道内口至精阜之间的前列腺组织为中央区,呈圆锥状,约占前列腺体积的25%;中央区周围的组织为外周区,约占前列腺体积的70%;移行区位于精阜之上、尿道周围,约占前列腺体积的5%,是前列腺增生的部位。

前列腺可分为5个叶,即前叶、中叶、后叶及2个侧叶。前叶很小,位于尿道前方、两侧叶之间,在临床上无重要意义;中叶又称为前列腺峡,呈

楔形，位于尿道后方，即两个射精管及尿道之间的腺体组织；后叶位于射精管、中叶和两侧叶的后方；两侧叶紧贴尿道的侧壁，位于后叶侧部前方，前叶和中叶的两侧。

6. 前列腺的结构特征是什么

前列腺有3层被膜，即外层、中层和内层。外层由疏松的结缔组织构成，叫做前列腺筋膜。前列腺筋膜来源于直肠膀胱之间的盆筋膜，它紧贴在前列腺的前面和侧面，含有丰富的静脉血管网和疏松结缔组织。

中层为盆筋膜脏层，即前列腺固有包膜鞘，也叫假囊。

内层是包绕于前列腺实质外的致密而坚韧的薄层纤维鞘，称为前列腺囊或前列腺固有包膜。它与膀胱颈肌肉组织相延续，部分包膜伸入腺体实质，使腺体分叶，因此，包膜与腺体之间紧密黏合。在前列腺组织病理性增生情况下，正常的前列腺周围组织被挤压成一层膜，形成外科包膜。前列腺摘除术就是当前列腺增生症状较严重时，将外科包膜内的增生前列腺组织摘除。

7. 为前列腺提供营养的血液来源

前列腺的血液供应主要通过3支动脉，它们分别是膀胱下动脉、阴部内动脉和直肠下动脉。其中，膀胱下动脉是前列腺的主要血液供应来源。

膀胱下动脉来源于髂内动脉。膀胱下动脉有2个分支，即前列腺被膜动脉和尿道前列腺动脉。前列腺被膜和腺体外侧部大部分，约相当于前列腺外腺组的血供，主要由前列腺被膜动脉承担；尿道周围的腺体组织和前列腺深部组织，约相当于内腺组的血供，主要由尿道前列腺动脉供给。

值得说明的是，膀胱下动脉的2个分支，即前列腺被膜动脉和尿道前列腺动脉，分别由前列腺侧面5点和7点部位进入腺体，手术治疗时应特别注意这两处的出血情况。当前列腺增生时，增生的前列腺组织的血液主要由尿道前列腺动脉供应。



8. 前列腺与尿道有什么关系

前列腺属于男性生殖系统,尿道属于泌尿系统,二者似乎并不相关。但由于男性泌尿生殖器官的解剖位置十分贴近,所以二者的关系十分密切。

我们知道,前列腺位于膀胱之下,尿生殖膈之上,尿道从前列腺中央穿过,前列腺包绕于尿道周围。被前列腺包绕的这段尿道称为尿道前列腺部,它起自膀胱颈,直达尿生殖膈,平均长度约为3cm。这段尿道从底至尖贯穿整个前列腺,位于前列腺实质内,两端稍窄,中部增宽,是男性尿道管径最大处。

在尿道前列腺部的后壁上,其正中线为一纵形的隆起,称为尿道嵴。尿道嵴的中部突起膨大成圆丘,称为精阜。精阜的中央有一圆形或细长的纵裂状小孔,叫前列腺囊。前列腺囊的下方为两个射精管开口之处。尿道嵴两侧的沟,称为前列腺窝,有许多前列腺排泄管的开口,前列腺液可由此排入尿道。

前列腺增生时,增大的前列腺可压迫尿道前列腺部,使之纡曲、狭窄、延长,导致排尿困难。前列腺发生炎症时,常常合并尿道前列腺部发炎。同样,尿道前列腺部的疾患也可能影响到前列腺。

所以,无论从解剖、生理,还是病理的角度看,前列腺和尿道都有密切的关系。

