

 **名医告诉你** 系列丛书

健康是福，健康是金！本书献给渴求健康的患者朋友，教你从病理入手，  
根据不同症状，正确用药，合理膳食，注重调养。

**有它在手，康复无忧！**

# 男科病

## 用药宜忌 日常调养

关晓萍 编著

YONGYAO YIJI YU RICHANG TIAOYANG

名医请到家，有病轻松治  
指点用药宜忌，揭示调养秘诀  
《名医告诉你》，健康零距离

黑龙江科学技术出版社



名医告诉你系列丛书

# 男科病

## 用药宜忌 与 日常调养

常州 关晓蕾 编著  
藏书章

**图书在版编目(CIP)数据**

男科病用药宜忌与日常调养 / 关晓萍编著. ——哈尔滨: 黑龙江科学技术出版社, 2010.5

(名医告诉你系列丛书)

ISBN 978-7-5388-6302-4

I. ①男… II. ①关… III. ①男性生殖器疾病—用药法②男性生殖器疾病—防治 IV. ①R697

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 036261 号

责任编辑 焦 琰 徐增光

装帧设计 刘 洋

**男科病用药宜忌与日常调养**

NANKEBING YONGYAO YIJI YU RICHANG TIAOYANG

关晓萍 编著

---

|     |                                                                                        |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------|
| 出 版 | 黑龙江科学技术出版社<br>(地址:哈尔滨市南岗区建设街 41 号 邮编:150001)<br>电话:0451-53642106 传真:0451-53642143(发行部) |
| 发 行 | 全国新华书店                                                                                 |
| 印 刷 | 北京京师印务有限公司                                                                             |
| 开 本 | 787 × 1092 1/16                                                                        |
| 印 张 | 13                                                                                     |
| 字 数 | 250 千字                                                                                 |
| 版 次 | 2010 年 6 月第 1 版 · 2010 年 6 月第 1 次印刷                                                    |
| 书 号 | ISBN 978-7-5388-6302-4/R · 1673                                                        |
| 定 价 | 19.80 元                                                                                |

# 目录 Contents

## 了解男性的生理结构 1

---

男性生殖系统是由哪几部分构成的 / 1

阴阜有什么生理作用 / 1

阴茎的生理作用是什么 / 1

阴囊的生理作用是什么 / 2

睾丸的生理作用是什么 / 2

附睾的生理作用是什么 / 3

输精管和精索有什么生理作用 / 3

前列腺的生理作用是什么 / 3

精囊腺有哪些生理作用 / 4

什么是尿道球腺 / 4

## 认识各类男科疾病 5

---

男科有哪些特殊疾病 / 5

哪些生活习惯易导致男科病的发生 / 5

从事哪些职业的男性易患男科病 / 6  
为什么中年男性易患男科病 / 7  
男科病的后果是什么 / 7  
如何判断自己是否患有男科病 / 7  
哪些男科病属于先天畸形 / 8  
造成生殖器损伤的都有哪些原因 / 8  
生殖系统感染造成的原因是什么 / 8  
男性神经异常是怎么回事 / 9  
什么是内分泌失调 / 9  
为什么说治疗男科病心理调节最重要 / 10  
男科疾病患者为什么不可讳疾忌医 / 10  
男性为什么应警惕精神抑郁 / 10  
男性生殖系统常见肿瘤有哪些 / 11

## 男性性功能障碍 13

---

什么是男性性功能障碍 / 13  
性功能障碍的发病原因有哪些 / 13  
男性性功能障碍主要分哪些类型 / 14  
什么是器质性与功能性障碍 / 14  
什么是原发性与继发性障碍 / 15  
什么是境遇性性功能障碍 / 15  
男性应怎样来调节性心理疲劳 / 15  
男性性功能障碍患者常存在哪六大心理误区 / 16  
为什么长期性压抑易导致性功能障碍 / 17  
性功能障碍患者可怎样进行自我宣泄 / 17  
为什么婚外性生活会导致性功能障碍 / 18

为什么知足常乐能降低患性功能障碍的发生概率 / 18  
性功能障碍的治疗原则是什么 / 19

## 男性性生活障碍 21

---

什么是阴茎勃起障碍 / 21  
引起阴茎勃起障碍的原因有哪些 / 21  
何谓阴茎异常勃起 / 22  
阴茎异常勃起的症状是什么 / 22  
引起阴茎异常勃起的因素有哪些 / 23  
治疗阴茎异常勃起通常有哪两种方法 / 23  
什么是性欲障碍 / 24  
性厌恶和性欲减退者的症状是怎样的 / 24  
哪些疾病会造成性欲低下 / 25  
导致性欲低下常见有哪些心理因素 / 25  
何谓性交障碍 / 26  
什么是射精障碍 / 27  
引起射精障碍的原因是什么 / 28  
如何治疗不射精症 / 28  
为什么强忍不射精易导致性功能障碍 / 28  
男科病患者可怎样提高性欲 / 29  
为什么性功能低下者不可滥用壮阳药 / 30

## 男性早泄症 31

---

何谓早泄 / 31

哪些原因会引起早泄 / 31  
早泄患者常有哪些错误认识 / 32  
早泄分哪几种类型 / 33  
新婚发生早泄的原因是什么 / 33  
预防早泄可采用哪些办法 / 34  
性生活中如何防止早泄的情况发生 / 34  
怎样用冥想法延长做爱时间 / 35  
怎样用"捏挤法"防止早泄 / 36  
为什么早泄患者不宜重复过性生活 / 37  
非器质性早泄患者应怎样过性生活 / 37  
频繁的性生活为什么会致遗精 / 38  
为什么夫妻同治有助于早泄的康复 / 39  
治疗早泄通常可用哪三种疗法 / 40  
治疗早泄的心理疗法是什么 / 40

## 男性不育症 42

---

怎样才算是患男性不育症 / 42  
男性不育症分哪几种类型 / 42  
造成男性不育通常都有哪些原因 / 43  
为什么不科学的性生活容易导致不育 / 44  
男性不育患者应克服哪些心理误区 / 45  
如何看精液常规检查报告单 / 45  
治疗男性不育症可用哪些方法 / 46  
如何用中成药治疗男性不育症 / 46

## 青少年人群中常见的男科病 48

---

青少年男科病有哪些 / 48

隐睾的症状是什么 / 48

包茎和包皮过长的症状是什么 / 48

鞘膜积液的症状是什么 / 49

隐睾对身体健康有哪些危害 / 49

精索静脉曲张有哪些危害 / 49

如何治疗精索静脉曲张 / 50

何时是治疗隐睾的最佳时机 / 50

为什么包皮过长、包茎应手术治疗 / 51

## 男性性病 52

---

什么是性病 / 52

哪些疾病易被误诊为性病 / 52

男性性病的危害是什么 / 53

什么是淋病 / 54

淋病的危害是什么 / 54

何谓非淋菌性尿道炎 / 54

如何防治非淋菌性尿道炎 / 55

什么是梅毒 / 55

如何防治梅毒 / 56

何谓尖锐湿疣 / 57

尖锐湿疣的临床症状是什么 / 57

如何防治尖锐湿疣 / 58



如何防治淋病 / 58  
什么是软下疳 / 58  
软下疳的治疗原则是什么 / 59  
药物治疗软下疳 / 59  
何谓生殖器疱疹 / 59  
生殖器疱疹有哪些临床表现 / 60  
何谓艾滋病 / 61  
患艾滋病会出现哪些症状 / 62  
治疗艾滋病通常有哪些药物 / 62  
夫妻间怎样预防艾滋病 / 63  
为什么不可产生性病能自愈的心理 / 63

## 男性勃起功能障碍 64

---

什么是ED症 / 64  
ED会造成哪些不良后果 / 64  
哪些人易患ED / 64  
哪些疾病可造成ED / 65  
ED可能是哪些疾病的前兆 / 65  
阳痿是怎样区分的 / 65  
哪些药物可造成ED / 65  
诊断阳痿通常分哪四个步骤 / 66  
造成阳痿的器质性原因有哪些 / 66  
老年人为什么易患器质性阳痿 / 67  
性生活突然中断对ED患者有什么害处 / 68  
生活中如何预防阳痿的发生 / 68  
慢性疲劳为什么容易造成阳痿 / 69

如何通过心理疗法治疗ED / 69  
ED患者就医时应注意哪些问题 / 70  
如何用行为疗法治疗ED / 70  
那些药物可治疗ED / 71  
怎样防治因长期疲劳造成经常性的性生活失败 / 71  
为什么老年人性生活有规律不易患阳痿 / 72  
一时性阳痿患者应怎样过性生活 / 72  
为什么吸烟容易导致阳痿 / 73  
为什么酗酒会直接导致阳痿 / 74

## 男性前列腺疾病 75

---

前列腺疾病是怎样分类的 / 75  
何谓前列腺炎 / 76  
前列腺炎发病的原因是什么 / 76  
何谓前列腺增生症 / 77  
前列腺增生的病因是什么 / 78  
患前列腺增生将出现哪些征兆 / 78  
如何防治前列腺增生 / 79  
何谓前列腺结石 / 80  
前列腺结石是怎样形成的 / 80  
什么是前列腺癌 / 81  
治疗前列腺疾病的四项原则是什么 / 81  
如何诊疗儿童前列腺炎 / 82  
为什么蹲着排尿有益于前列腺炎 / 83  
为什么新婚性生活频繁容易患前列腺炎 / 83  
为什么适度性生活可缓解前列腺炎 / 84

前列腺增生患者如何过性生活 / 85  
为什么前列腺增生患者宜早晨做爱 / 85

## 男科病患者日常保健常识 86

---

男科病患者生活中应坚持的原则 / 86  
常走模特步为什么能增强性功能 / 86  
怎样洗澡能增强性功能 / 87  
患ED者为什么适宜热水坐浴和热敷会阴 / 87  
哪些良好生活习惯可以预防早泄 / 88  
为什么热水坐浴有益于前列腺炎 / 89  
为什么前列腺炎患者不宜久坐马桶 / 89  
经常踮脚尖对前列腺炎患者有什么益处 / 90  
前列腺炎患者如何选择座椅 / 90  
前列腺炎患者为什么不宜长时间开车 / 91  
前列腺炎患者为什么不可长时间骑自行车 / 91  
前列腺炎患者经常熬夜有什么害处 / 92  
前列腺增生患者日常生活有哪八怕 / 93  
为什么吸烟、酗酒可使精子减少 / 93  
营养不良为什么容易导致不育 / 94  
为什么经常“跷二郎腿”容易导致不育 / 95  
经常洗桑拿为什么能导致不育 / 95  
男性不育症患者为什么日常不可穿紧身衣裤 / 96  
为什么穿化纤内裤容易导致男性不育 / 96  
男性不育症患者为什么要远离电磁辐射 / 97  
为什么男性不育症患者应远离尾气、油烟 / 98  
可乐饮料能否损害男性的生育能力 / 98

有损于男性生育能力的环境和生活习惯有哪些 / 99  
频繁手淫易产生哪些危害 / 99

## 男科病患者日常健身运动 101

---

性欲低下者为什么应加强运动 / 101  
哪八种运动有助于提高性能力 / 102  
阳痿患者宜经常进行哪些体育锻炼 / 103  
有益于增强性功能的气功怎样做 / 103  
有增强性功能效果的夫妻床上运动操怎样做 / 104  
哪些健身法有益于治疗早泄 / 105  
有助于治疗早泄的捶按健身操怎样做 / 106  
哪4种运动可提高性欲 / 106  
前列腺患者为什么不宜剧烈运动 / 107  
为什么慢跑对前列腺有好处 / 107  
遗精过频者应常做哪些运动 / 108  
有益前列腺患者的腰部健身法怎样做 / 108

## 男科病患者日常饮食调养 110

---

男性性功能障碍患者怎样通过饮食来调养 / 110  
前列腺疾病患者饮食调养方案 / 125  
男性不育症患者饮食调养方案 / 139  
男性生殖器肿瘤患者饮食调养方案 / 154  
青少年男性疾病患者饮食调养方案 / 170  
男性性病患者饮食调养方案 / 183

# 了解 **男性** 的生理结构

---



## 男性生殖系统是由哪几部分构成的

男性生殖器官由内生殖系统和外生殖系统两部分构成。外生殖器官有阴阜、阴茎、阴囊；内生殖器由生殖腺、管道和附属腺体构成。生殖腺为睾丸；管道包括附睾、输精管、射精管、尿道；附属性腺由精囊腺、前列腺、尿道球腺、尿道旁腺构成。

男性的生殖过程是在中枢神经系统、下丘脑、垂体、睾丸性腺轴等内分泌腺调节控制下，通过精子的产生、成熟、运输和获能等一系列生理活动来完成的。

## 阴阜有什么生理作用

阴阜为耻骨前方的皮肤及丰富的皮下脂肪组织。成年男性的阴阜上长有阴毛，是男性第二性征标志之一。

## 阴茎的生理作用是什么

阴茎为男性重要的生殖器官之一，内有尿道通过，故又是泌尿系统的器官之一。

阴茎由一条尿道海绵体和两条阴茎海绵体组成。尿道海绵体前

端膨大形成阴茎头,其前端有尿道外口,后端膨大形成尿道球。阴茎海绵体为结缔组织和平滑肌形成的海绵状结构,其内部有许多互通的小腔隙与血管相通,阴茎的皮肤薄而软,包绕阴茎头的皮肤皱襞被称为包皮。

阴茎是具有勃起功能的重要器官,受副交感神经控制,神经的作用使阴茎动脉血管扩张,静脉管腔部分闭合,由于静脉回流受阻,引起阴茎海绵体和尿道海绵体的充血膨大而勃起。

## 阴囊的生理作用是什么

阴囊是皮肤和肉膜构成的口袋形结构,以肉膜形成的阴囊隔把阴囊分成左右两个腔,每侧腔内装有睾丸、附睾和精索下段。这里是产生精子的地方。

## 睾丸的生理作用是什么

睾丸是男子生殖系统的主要器官,具有产生精子和分泌雄性激素的功能。

轻松一下

### 性病大全

某医学院病理科期末考试前,老师突然宣布考试题目就从某课堂上发的一批性病讲义里出,当时同学们没在意,此刻都慌了,就有了下面的对话——

“奇怪,明明记得我有艾滋的……怎么疱疹多一份?”“你有疱疹?给我!”一名同学在翻箱倒柜后,终于找到他支离破碎的讲义,于是兴奋地大叫:“我走运啦!我有淋病了。还有谁有艾滋呀?我所有的性病都全了,只缺艾滋……”





睾丸藏于阴囊内,左右各一个,呈稍扁的椭圆形,可分为内外两面,前后两缘,上下两端。睾丸白膜将睾丸分成许多小叶,每个小叶内含有2~3个曲细精管。曲细精管壁含有不同发育阶段的雄性生殖细胞,其中成熟的生殖细胞就是精子。曲细精管之间的部分为睾丸间质,其中有许多间质细胞,能分泌雄性激素,对于男性生殖器官和男性的特征,如胡须、骨骼肌、喉结的发育和维持具有重要的作用。

## 附睾的生理作用是什么

附睾附属于睾丸后缘及上端,分头、体、尾3个部分。其功能是贮存精子。

## 输精管和精索有什么生理作用

输精管和精索是附睾管的延伸部位,长约30厘米,从附睾尾部起始,沿睾丸内侧上升,通过皮下环、腹股沟管、腹环进入腹腔,弯向内下方入小盆腔,再向内跨过输尿管的前上方,到膀胱底斜向内下,输精管在此变粗,膨大,名为输精管壶腹,末端又变细,并与精囊腺的排泄管合成射精管,贯穿前列腺实质,开口于尿道的前列腺部。根据输精管的行走特点可分为3个部分:输精管睾丸部、输精管精索部和输精管部。

精索是由输精管精索部、睾丸动脉、蔓状静脉丛以及神经、淋巴管组成的圆索状结构,表面包有精索被膜。精索是睾丸、附睾和输精管静脉血和淋巴液回流的必经之路,其主要功能是保证睾丸的生精功能及成熟精子的输送。

## 前列腺的生理作用是什么

前列腺大小与栗子相似。尿道起端从中间穿过,腺体后面有一浅

沟,将前列腺分为左右两侧。当腺体实质有炎症或肥大时,由于坚韧的纤维膜限制,炎症或肥大的腺体向外围扩张,因而常可压迫尿道,使尿液排泄不畅并产生疼痛。

## 精囊腺有哪些生理作用

精囊腺位于前列腺的上方,输精管壶腹的外侧,膀胱底与直肠之间,左右各一,为椭圆形的肌性囊。其末端排泄管与输精管汇合成射精管,在尿道前列腺部开口于尿道,开口处称为射精管孔。既有存储精子的功能,又具有分泌功能。精囊的分泌物可稀释精液,并对阴道和子宫处的酸性物质起中和作用,维持精子在阴道与子宫内活动时的生命力。

## 什么是尿道球腺

尿道球腺是一对致密的球状黏液腺,位于尿道膜部两旁的肌束内,排泄管开口于尿道球部。



## 认识各类 **男科** 疾病

---

### 男科有哪些特殊疾病

众所周知,自古以来就有女性专科,古代叫女科,现代则称妇产科。而直到近一二十年,我国才有男性病专科。由于男性泌尿系统与生殖系统共用同一通道,因此男科疾病通常是男性泌尿系统与生殖系统疾病相互间杂。男科病是表现在生殖器官的疾病,以前列腺和睾丸、附睾、精囊病变为主、间杂男性泌尿系统与生殖系统病变的疾病;性生理和性心理等身心疾病。此外,男性生殖器官发育异常以及生殖器官的其他疾病等,也属于男科病的范畴之内。男科病大致可分为性功能障碍、前列腺疾病、男性不育症、男子生殖器肿瘤、青少年男性疾患、性传播疾病等几大类。

### 哪些生活习惯易导致男科病的发生

① 不爱锻炼者。特别是办公室的白领们,平时缺少活动,加上常穿牛仔裤等,使生殖部位温度过高,对精子形成不利。

② 不讲卫生者。很少清洗生殖器官或清除包皮垢不彻底的男性,不但易引起炎症,还会传染给伴侣。

③ 嗜好烟酒者。烟碱会引起血管收缩,导致阴茎的血流量减少,