
前 言

“隐疾”，顾名思义，是指隐秘部位的疾病，即通常所说的“难言之隐”。它包括男女性功能障碍、性病，外阴、肛门、乳房以及其他隐秘部位的疾患，这些疾患既是常见病，又是多发病。长期以来，由于人们受传统封建思想的影响，对于“隐疾”讳莫如深。患了这类疾病的人，尤其是那些妙龄少女和英俊的小伙子们，往往由于害羞或感到难堪而不愿去找医生，甚至连自己的父母和兄弟姐妹都不愿告诉，只得默默地承受着疾病的折磨和精神上的压力，其结果轻则增加不少不必要的痛苦，重则终生疾病缠身，甚至酿成许许多多不应该发生的悲剧，这是多么令人痛心啊！

我们根据“隐疾”患者普遍存在的这种讳疾忌医的心理，从临床出发，编写了这本《隐疾的自我诊疗》，着重介绍了男女性器官、肛门、乳房等处常见疾病的自我诊断和治疗常识，力求简明扼要，通俗易懂，实用性强。旨在帮助广大“隐疾”患者，尤其是青年男女患者消除身心痛苦，恢复健康。

本书在编写过程中，参考了不少国内外资料，在此书出版之际，我们谨向有关作者致以衷心的感谢。

编 者

1994年4月

• 1 •

目 录

一、难以启齿的——性功能障碍

男子常见的性功能障碍有哪些.....	1
阳痿有哪些类型.....	2
阳痿是怎样引起的.....	3
患了阳痿怎么办.....	4
早泄是怎样引起的.....	9
早泄如何治疗.....	10
遗精都是病态吗.....	14
遗精能治吗.....	16
为什么有的人性交不射精.....	19
性欲过旺怎样治疗.....	22
阴茎为什么会持续勃起.....	23
男子性交疼痛怎么办.....	24
精液里怎么会有血.....	26
有阴茎缩入腹内的病吗.....	28
忍精不射有无害处.....	30
女子性交痛是怎样引起的.....	31
阴道痉挛怎么办.....	33
产后阴道宽松怎样治疗.....	35

怎样处理性交后阴道出血.....	37
哪些药物会抑制性功能.....	39
性变态有哪些类型.....	41
什么是性征.....	44
人工授精是怎么回事.....	45
男性不育怎样治疗.....	46
男女性反应有什么不同.....	49
手淫有害吗.....	51
精液过敏是怎么回事.....	53
什么情况下不要过性生活.....	54

二、引以为耻的——性传播疾病

什么是性病.....	57
什么是梅毒.....	59
各期梅毒有什么表现.....	61
梅毒如何治疗.....	64
什么是淋病.....	65
男性淋病有哪些表现.....	66
女性淋病有哪些表现.....	68
淋病如何治疗.....	69
艾滋病是一种什么病.....	71
什么是非淋菌性尿道炎.....	76
软下疳有哪些特殊症状.....	78
尖锐湿疣该怎样治疗.....	79

三、隐而不谈的——生殖器与肛门疾病

男性生殖器官有畸形吗	81
什么是包皮过长和包茎	83
精索静脉曲张症会不会影响生育	84
怎样防治阴囊瘙痒症	85
请查查你的阴囊	87
隐睾症的治法有哪些	88
男性生殖系统常见的炎症有哪些	91
几种常见的女性生殖器畸形	93
什么是滴虫性阴道炎	94
患了霉菌性阴道炎怎么办	95
令人烦恼的外阴溃疡病	97
令人紧张的外阴白色病变	98
令人讨厌的外阴瘙痒症	99
谈谈女性更年期阴痒症	100
子宫脱垂如何治疗	101
常见的盆腔炎症	103
异常阴道流血种种	104
白带异常也是病	106
来月经时肚子痛怎么办	108
经期不适症如何治疗	110
少女为何月经不准时	111
少女闭经莫马虎	113
少女闭经的治疗	114
奇怪的“倒经”症	115

患了慢性子宫颈炎怎么办	117
如何自我处理外阴炎	119
难言的肛门瘙痒症	120
肛裂如何治疗	122
痔疮的自我识别与治疗	124
肛周为何长脓肿	126

四、羞于告人的——乳房疾病

乳房的构造如何	128
女性乳房的发育与变化	130
常见的女性乳房发育异常有哪些	131
乳房病可以自我诊断	131
什么是急性乳腺炎	133
乳房长了肿块不必慌	136
谈谈乳房良性肿瘤	137
怎样早期发现乳癌	138
何谓慢性乳腺病	139
男性乳房发育是怎么回事	141
产后奶胀怎么办	143
产后缺乳有办法	144
未婚少女为何也分泌乳汁	145

五、令人烦恼的——其他隐疾

腋下为何会发出狐臭味	148
谈谈肥胖症	150
你想长得高些吗	156

怎样治疗多毛症.....	158
脱发怎么办.....	161
少白头如何治疗.....	163
口臭怎么办.....	165
如何消除痤疮.....	168
白癜风如何治疗.....	170
雀斑需治吗.....	172
蜜月性肾盂肾炎.....	173
讨厌的臭脚病.....	175

一、难以启齿的——性功能障碍

男子常见的性功能障碍有哪些

在医院我们常常可以看到这样一种现象：一些人虽然已经挂了号，却手持病历卡在诊室门口徘徊，迟迟不进去就诊，且不时地向室内张望一下，非得等到诊室内无其他患者时才进去，然后吞吞吐吐地向医生诉说着他们十分苦恼的病情。他们究竟患了什么病呢？原来，他们患有不愿被他人知道的性功能障碍。

男子性功能障碍比较常见，其类型也较多。其中绝大部分是功能性的，是由于性知识的缺乏或某些心理因素造成的，也有一部分是由器质性疾病引起的。最常见的男子性功能障碍有以下几种。

1. 阳痿 指男子阴茎不能勃起，或虽能勃起但不能保持足够的硬度和时间，以致阴茎不能插入阴道进行正常的性交。若平时性生活正常，仅由于一时性劳累、忧虑、醉酒或病重等原因引起的性交不能进行则不属于阳痿范畴。

2. 早泄 指性交过程中过早出现射精，目前尚无确切的定义。一般认为，性交前阴茎虽能正常勃起，但男女身体刚一

接触，阴茎尚未插入阴道即射精或阴茎进入阴道不足2分钟，尚未得到性感满足即射精者，均属于早泄。

3. 遗精 指在无性交或手淫、口淫等性刺激的情况下发生的精液自发外泄的现象，有生理性和病理性的区别。80%左右的未婚男青年都有遗精现象，但次数不多，一般每月1~2次，属生理现象。若遗精频繁，1周数次甚至1日数次，或在正常性生活情况下仍经常性遗精，则属病态。

4. 不射精 指性交活动时有正常的性兴奋，阴茎能够正常勃起，但性交过程中无性高潮的出现和精液的射出。

5. 性欲过旺 指性欲明显超过常人，不管时间和场合是否适宜，均有性冲动。

6. 性欲缺乏 指性欲明显弱于常人，甚至无性欲。

7. 性交疼痛 指性交时或性交后阴茎或阴部发生疼痛。

阳痿有哪些类型

阳痿是指男子阴茎勃起障碍，不能进入阴道进行正常性交的现象。这是性功能障碍中最多见、类型也最多的一种疾病。

根据阳痿程度的不同，本病可分为完全性阳痿和不完全性阳痿。前者指在有性欲的情况下（即性刺激能够激起正常的性兴奋），阴茎不能勃起进行性交。后者指在有性欲的情况下，阴茎能够勃起，但勃起的硬度不够，无法插入阴道或勃起的时间太短，在试图性交时即萎软下来，无法进行性交。

根据曾经有否性交能力，本病又可分为原发性阳痿、继发性阳痿和境遇性阳痿。原发性阳痿指性成熟且有性交机会的男子，一次也不能将阴茎插入阴道，亦即从未有过成功的性

生活者。继发性阳痿指曾经有过性交成功的经历,以后发生阳痿者。境遇性阳痿指阳痿现象仅在某一特定的环境中或遇某一特定的对象时才发生者(换成别的环境或对象不发生)。

根据病因的不同,本病又可分为器质性阳痿和功能性阳痿。前者由器质性疾病引起,有炎症、手术创伤、血管病变、神经源性和内分泌障碍等多种原因。后者由精神性、心理性因素引起,故又称精神性阳痿,常与家庭压力、夫妻关系不和谐、忧愁恐惧的不良情绪、性知识的缺乏、过度疲劳、体质虚弱等因素有关。

阳痿的分类是相对的,而不是绝对的,如继发性阳痿多属功能性,原发性的阳痿多属器质性等,但继发性阳痿也有属器质性者,还有一些功能性阳痿久治不愈而演变成器质性者。再如某些病人,由于器质病变造成精神上的负担,引起精神性阳痿,即使在器质病变改善或治愈后阳痿也不能恢复。

必须说明和注意的是,在某些情况下阴茎虽不能正常勃起进行性交,但不属于病态的阳痿。如由于一时性的过度疲劳或醉酒等情况引起的阳痿,在疲劳或醉酒恢复后即能进行正常的性交;新婚之夜,由于过度紧张、激动、缺乏必要的技巧和配合等原因引起的性交不成功,经过一段时间的适应、摸索后即能成功,均不属病态。

阳痿是怎样引起的

引起阳痿的原因很多,像频繁手淫、纵欲过度、疾病、劳累、药物、心理因素等都能引起阳痿。现代医学认为阳痿的主要病因可归纳为二类:一是中枢性功能紊乱,即大脑皮质性兴奋

抑制作用加强,脊髓勃起中枢的兴奋性减退,而没有器质性病变存在。如长期手淫或过度纵欲,使神经系统经常处于高度兴奋状态,最终因过度兴奋而衰竭;或由久病大病之后或过度疲劳、身体虚弱或神经衰弱引起。精神性因素亦常引起中枢性功能紊乱,如认为以前遗精、手淫过多而担心阴茎不能勃起,或由于害怕妻子妊娠、夫妻感情冷淡、性交环境不佳(如一室内多人居住,性交时有顾虑),或由于性知识缺乏而产生恐惧等。二是器质性原因,如年老、药物影响、各系统器官疾病、损伤和手术等。因这些原因引起的阳痿,若未经治疗,在任何情况下阴茎都不能勃起,从而影响生育。

祖国医学则从辨证的角度出发,将阳痿的病因归纳为:①元阳不足:由于纵欲过度,房室不节;或禀赋素弱,先天不足,复犯房室之禁;或手淫频繁,损伤肾气所致。②心脾两虚,由于用心过度,思虑积久,曲运神机,耗伤心脾,造成气血两虚,宗筋失养所致。③惊恐伤肾:由于平时或房事时卒遭惊恐,伤及肾气所致。④湿热下注:由于素体肥胖多湿,兼之过食肥甘厚味或嗜饮醇酒,使湿热内蕴、宗筋弛纵所致。

患了阳痿怎么办

首先必须查明引起阳痿的原因,明确是功能性阳痿还是器质性阳痿,是原发性阳痿还是继发性阳痿,再进行相应的治疗。一般来说,功能性和继发性阳痿比较多见,治疗得当则较易取效且预后较好。原发性阳痿虽较少见,但治疗较难取得效果,预后一般不好,下面介绍的治疗方法可酌情选用。

一、西医疗法

1. 激素治疗 丙酸睾丸酮 25 毫克, 隔日肌注, 治疗 5~7 次; 或绒毛膜促性腺激素 500~1 000 单位, 每周肌注 1~2 次, 治疗 2 周。因本疗法能干扰机体激素的正常分泌, 故用量不宜过大, 疗程不宜过长。

2. 封闭疗法 土的宁 2 毫克、加兰他敏 2.5 毫克, 加 1% 普鲁卡因溶液 10 毫升, 分别注入第 2、第 3 骶裂孔内, 每周 1~2 次。

3. 阴茎注射疗法 罂粟碱 30 毫克, 酚妥拉明 1 毫克, 或用前列腺素 E 2.5 微克, 局部消毒后作阴茎海绵体内注射。注射后会在短时间内(数秒或数分钟)诱发阴茎勃起, 这是当代比较时兴的一种治疗顽固性阳痿的方法。疗法不佳可酌情加量注射, 但必须间隔 4 小时以上。

4. 假体植入 用硅银合成的假体植入阴茎, 使阴茎具有勃起后的长度和硬度。

5. 手术治疗 如尿道下裂等, 勃起时引起阴茎疼痛不能性交, 可行手术治疗。

二、中医治疗

1. 辨证论治

(1) 元阳不足 阳痿较重, 阴部湿冷, 腰膝酸软, 畏寒肢冷, 精神萎靡, 面色㿔白, 耳鸣齿松或脱发。治宜温补肾阳。药用赞育丹或右归丸加减。

(2) 心脾两虚 阳事不起, 面色萎黄, 短气自汗, 身倦乏力, 口淡纳差, 腹胀便溏。治宜补益心脾。药用大补元煎或归脾丸加减。

(3) 惊恐伤肾 怵惕不宁, 多疑善惊, 失眠多梦, 精神不振, 平时阴茎尚能勃起, 同房时则焦虑不安, 反致阳痿不举, 日久可见骨酸、肢冷、滑精等症。治宜安神定志。药用定志丸加减。

(4) 湿热下注 阴茎萎软，阴部潮湿或痒痛，口苦咽干，头晕身重，小便短赤。治宜清热胜湿。药用龙胆泻肝汤加减。

2. 经验方及药酒

(1) 蜈蚣散 将蜈蚣研末，每服 0.5 克，早晚各 1 次，空腹用白酒或黄酒送服，20 天为 1 疗程。

(2) 细辛茶 细辛 5 克，泡水代茶饮，每日 1 次。

(3) 仙茅酒 仙茅、淫羊藿、五加皮各 120 克，装入布袋，浸入白酒 5 000 毫升内，1 月后饮用。

(4) 阳痿方 覆盆子，酒浸数日后焙干，研细末，每服 9 克，白酒或黄酒送服。

(5) 抗痿灵 蜈蚣 18 克，当归、白芍、甘草各 60 克。蜈蚣单独研细，后三味烘干研细末，过 100 目筛后与蜈蚣粉混匀，每服 0.25 克或 0.5 克，早晚各 1 次，空腹酒送服，15 天为 1 疗程。

(6) 枸杞生地酒 枸杞子 250 克，生地 300 克，白酒 1 500 毫升。前二味捣碎装瓶，加白酒密封浸泡半月后，滤去药渣备用。每次空腹温服 10~20 毫升，早晚各 1 次。

3. 外用药

(1) 外用兴阳药 蛇床子、远志、蜂房、细辛、地龙各等份，共研细末备用。行房事前每用少许涂于阴茎上，则阴茎壮大坚强。

(2) 粉散方 白粉 40 克、干姜 50 克、牡蛎 50 克，共研为细末，卧时敷于阴下部。

(3) 固真膏 甘遂、甘草、干姜、日砂、龙骨、附子、白矾、海螵蛸、蛇床子、乳香、木鳖子各等份，共研细末，用生蜂蜜拌匀备用。临行房事，敷贴脐中，覆盖敷料固定，候药力到，即可行事。

(4) 金枪不倒丸 人龙 1 条(瓦上焙干)、丝瓜子 15 粒、

乳香 2 克、没药 2 克、杏仁 7 粒(去油)、麝香 2 克、晁脑 2 克。共研细末,用油胭脂和为丸,如麦粒大小。同房时放 1 粒于阴茎口内即使能使阴茎勃起,且坚硬而持久。

(5) 外敷膏 矾石熬汁、蛇床子、黄连。制成散剂,卧时敷于阴下部。

(6) 兴阳丹 雄狗胆 1 个、麝香 3 克。将麝香纳入狗胆内搅匀,悬于通风处阴干备用。性交前每用少许,水调涂于龟头上,可久行房事而不萎软。

(7) 穴敷方 小茴香、炮姜各 5 克,共研末,加食盐少许,用人乳调和(亦可用鸡血或蜂蜜替代)后,敷于肚脐上,胶布固定,5 天更换 1 次,连用 2 次。

4. 针灸疗法

(1) 针刺 以肾俞、关元、足三里、三阴交、阳关、次髎、中极、气海为主穴。每日针 1 次,每次取 3~5 穴,10 天为 1 疗程。针前排空小便,治疗期间禁止同房。

(2) 艾灸 用艾条或陈艾制成中等艾柱,直接灸关元穴,每次 10~20 分钟,每周 1 次。针刺与艾灸可交替使用,或同时使用,如针后加灸,则往往疗效更为明显。

三、性感训练

由男女双方配合进行,分五段实施。

第一阶段 夫妇双方亲昵,如拥抱、接吻等,但不能触摸性器官,不进行性交。每晚进行 1 次,持续 7 天。

第二阶段 夫妇双方在第一阶段亲昵行为的基础上,可抚摸对方,但不能性交。每晚进行 1 次,持续 7 天。

第三阶段 夫妇双方充分抚摸,可刺激阴茎,但仍不可性交。如阴茎勃起,不能让其射精。有射精预兆时,可用拇指置

于阴茎系带处,食指与中指置于阴茎头部的另一边,稍用力挤捏,使射精感消失,效果不佳时可重复进行几次。每晚进行1次,持续7天。

第四阶段”在进行充分亲昵行为后开始性交,但不允许射精,有射精预兆时即中止性交,并用上述挤捏的方法消除此预兆。每晚进行1次,持续7天。

第五阶段 开始正常的性交。

本训练第一、第二阶段的目的是让丈夫在没有要完成性交任务这一思想负担的情况下,接受一定量的性刺激,使阴茎能够勃起。第三、第四阶段则是在阴茎能够勃起的基础上,加强性刺激,强化性兴奋,但是又不让其射精,以达到延长勃起时间的目的。循序渐进地完成上述各阶段训练后,一般能够进行正常的性交。

四、饮食疗法

阳痿的饮食疗法,主要是通过一定的食物选择,达到强精、补肾、壮阳以恢复性功能的目的。首先,必须多食用富含优质蛋白质的食物。其次,脂肪的摄入也不可缺少,同时还必须注意补充与性功能有关的维生素和微量元素,如维生素A、维生素E和锌、铜、锰等微量元素。另外,某些食品对性功能有不利的作用,如粗棉籽油、兔肉、羊脑、猪脑、黑木耳、火麻仁、杏仁、菱角等,阳痿患者应尽量避免进食。

1. 姜附狗肉 熟附片30克,生姜150克,狗肉1000克,葱、蒜、油各适量。狗肉洗净切块,生姜煨熟,将熟附片倒入锅内先煎煮2小时,然后放入狗肉、煨姜、葱、蒜等,加水炖至狗肉烂熟即成。食之可温肾壮阳,但感冒时忌食。

2. 牛肾粥 牛肾1个,阳起石150克,粳米100克,盐、

姜、葱白各适量。牛肾洗净去筋膜后切细，阳起石装入布袋。锅内放水3 000毫升，煎阳起石至1 000毫升左右。弃去阳起石，放入牛肾、粳米及姜、葱、盐，共煮成粥，空腹食用，可补肾益精。

3. 韭菜炒羊肝 韭菜100克，羊肝120克。韭菜洗净切段，羊肝切片，旺火炒熟即可食用，每日1次，有温肾固精之效。

4. 麻雀粥 麻雀10只，粳米100克，葱白数根。麻雀褪毛，除去内脏，洗净后炒熟，加白酒少许，略煮。加水适量纳米煮粥，粥成加葱白煮沸即可。食之有壮阳、益精、暖肾之功效。

早泄是怎样引起的

早泄俗称“见花谢”，亦是很常见的男子性功能障碍之一，其发病率比阳痿高得多。本病与阳痿的关系比较密切，早泄可能是阳痿的早期表现，阳痿也可能是早泄进一步发展的结果。在临床表现上，二者均是性交不能，不过早泄是因射精过早导致阴茎萎软而不能性交，阳痿则是阴茎根本不能勃起，或勃起不坚而不能性交。

新婚夫妇初次性生活时，由于缺乏经验、心情激动、过度兴奋和紧张，往往在刚接触女子性器官或阴茎刚插入女子阴道时就出现射精，这不属于病态。这种情况随着夫妻性知识和性生活经验的逐渐丰富就会消失，无需治疗。

必须说明的是，早泄是以射精过早作为诊断标准的，不是以能否使女方出现性欲高潮为标准的。因为男女性高潮的出现，在时间上有很大的区别，性交过程中男子若不加以控制，掌握好节奏，往往几分钟内即可达到性欲高潮而射精。女子性

高潮出现则较慢，一般要十多分钟，甚至半小时以上才出现。因此，根据能否使女子出现性高潮来诊断早泄是不正确的。男女性高潮出现的“时间差”，夫妻双方通过一段时间的摸索、交流和总结，在掌握一定的性生活规律后，是可以在一定程度上消除的，从而达到性生活和谐、协调，使双方得到性满足。

现代医学认为本病有精神性和器质性两方面的原因。①中枢性功能紊乱：大脑皮质对性兴奋性增强，位于脊髓内的射精中枢兴奋性增高，或由于长期手淫或过度纵欲，使神经系统长期处于高度兴奋和紧张的状态，造成阴茎勃起迅速、射精过早及过快等现象。其他如情绪过分激动、精神过度紧张，或担心射精太早甚至害怕性交不能成功等精神因素，都是早泄的原因。②器质性原因：有些器质性疾病会引起早泄现象，常见的疾病有后尿道炎、前列腺炎、精囊炎或精阜炎等，因这些疾病能引起精阜充血，易受激惹而导致早泄。另外，全身性疾病如糖尿病、酒精或吗啡中毒、脑脊髓病变等均可导致早泄。

中医认为早泄与心、肝、肾等脏关系密切，因为精液的闭藏与外泄是由心、肝、肾等脏协同管理的。肾气虚损、肝经湿热、心脾亏损是早泄的常见原因。①肾气虚损：由于房事不节，或频犯手淫、损伤肾气所致。初可导致早泄，久则造成阳痿。②肝经湿热：由于感受湿热之邪，或偏嗜肥甘厚腻之物，酿湿生热，肝经湿热下注阴器，疏泄失常，封藏不固所致。③心脾亏损：由于劳倦伤神，思虑过度或久病不愈，化源不足所致。

早泄如何治疗

早泄虽对健康无重大影响，但它却明显影响着性生活的

质量和乐趣,甚至影响夫妻间的感情。那么,早泄该如何治疗呢?

早泄最有效的治疗措施是预防。可加强对青年,特别是新婚夫妇性知识的宣传、介绍,使他们了解男女性高潮出现存在先后的差别,缩小或消除这种差别必须通过双方的摸索、配合来达到。加强体育锻炼,养成有规律、符合健康要求的生活习惯,保证充足的睡眠,切忌纵欲或过度手淫,均是预防早泄发生的有效措施。一旦出现早泄,也不宜盲目服用药物进行治疗,应节欲或避免性兴奋一段时间,以待性功能恢复。若效果不明显,可选用以下治疗措施。

一、西医治疗

1. 内服药物 性交前1小时口服安宁2.5毫克或利眠宁10毫克。亦可每次口服三溴片0.1~0.3克或鲁米那0.03克,每日3次。

2. 外用药 性交前5~10分钟在阴茎头部涂表面麻醉剂如1%的达克罗宁油膏,或1%的地卡因,或2%的可卡因等,因这些药物能起表面麻醉作用,可降低阴茎头部对性刺激的敏感性,使阴茎头部的感觉变得迟钝而达到推迟射精的目的。3%的氨基苯甲酸乙脂冷霜外涂亦可。

3. 封闭疗法 用0.5%普鲁卡因溶液10毫升作骶前封闭。

4. 外用器具 采用避孕套可降低阴茎头部感觉神经末梢感受器的敏感性,降低性刺激的强度,从而达到推迟性高潮出现的目的。

5. 辅助动作 性交过程中,特别是在高度兴奋及有射精预兆时,用手向下牵拉阴囊和睾丸,可降低性兴奋,推迟射精