

健康靠自己

从用药到饮食，告诉那些你最想知道的

专家告诫“疾病三分治，七分养”，调治结合

前列腺病

如何用药与食物疗法

QUANWEIYISHENGQINGQINGZHIDAO ◆ 康成编著



关爱生命，就要重视疾病，疾病并不可怕，
多了解，放轻松，不因无知而沮丧，不因恐惧而放弃——
教你做自己的医生！

健康，生命才有意义，不生病才是大智慧

黑龙江科学技术出版社

健康靠自己

从用药到饮食，告诉那些你最想知道的

专家告诫“疾病三分治，七分养”，调治结合

前列腺病

如何用药与食物疗法

康 成 编 著

QIANLIE XIANBING

RUHE YONGYAO YU SHIWU LIAOFA

黑龙江科学技术出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

前列腺病如何用药与食物疗法 / 康成编著. -- 哈尔滨: 黑龙江科学技术出版社, 2013.9

ISBN 978-7-5388-7695-6

I. ①前… II. ①康… III. ①前列腺疾病-用药法②前列腺疾病-食物疗法 IV. ①R697.05②R247.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 225891 号

前列腺病如何用药与食物疗法

QIANLIEXIANBING RUHE YONGYAO YU SHIWU LIAOFA

主 编 康 成

责任编辑 回 博

封面设计 赵雪莹

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

网址: www.lkcbs.cn www.lkpub.cn

发 行 全国新华书店

印 刷 北京市通州兴龙印刷厂

开 本 787 mm × 1092 mm 1/16

印 张 14.25

字 数 180 千字

版 次 2013 年 11 月第 1 版 2013 年 11 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5388-7695-6/R · 2205

定 价 26.80 元

【版权所有, 请勿翻印、转载】

目录 Contents

了解前列腺 1

- 前列腺是什么样子 / 1
- 前列腺长在人体中的什么位置 / 1
- 前列腺的生理功能是什么 / 2
- 什么是前列腺炎 / 3
- 前列腺炎有哪些症状 / 3
- 什么是前列腺增生 / 3
- 前列腺增生有哪些症状 / 4
- 前列腺炎和前列腺增生是一回事吗 / 5

前列腺疾病易发人群及发病因素 6

- 前列腺疾病易发生在人生什么时期 / 6
- 引发前列腺炎的原因有哪些 / 7
- 为什么驾驶员易患前列腺炎 / 8

新郎易患前列腺炎的原因是什么 / 9
有些儿童、青少年患前列腺炎的原因是什么 / 9
儿童前列腺炎的特点是什么 / 10
手淫是否与患前列腺炎有必然的关系 / 10
为什么性生活过度易诱发前列腺炎 / 11
为什么说不良的心理因素也会诱发前列腺炎 / 12
性心理因素与慢性前列腺炎有什么关系 / 13
慢性前列腺炎与性功能有什么关系 / 14
前列腺增生多发生在哪个年龄段 / 15
年轻人是否也患前列腺增生 / 16
年轻人患前列腺增生可能有哪些原因 / 16
为什么年轻人患前列腺增生更应引起重视 / 16
年轻人患前列腺增生如何治疗 / 17

前列腺炎的分类与症状 18

前列腺炎主要分为哪些类型 / 18
前列腺炎在人群中的发病率是多少 / 19
什么是淋菌性前列腺炎 / 20
急性细菌性前列腺炎有什么症状 / 21
急性前列腺炎的主要并发症是什么 / 21
慢性前列腺炎的主要症状是什么 / 22
真菌性前列腺炎是怎样发生的 / 24
什么是滴虫性前列腺炎 / 24
引起尿道病原体逆行感染前列腺的因素有哪些 / 25

前列腺炎的判定与诊断 27

- 怎样自我判断是否患了慢性前列腺炎 / 27
- 诊断前列腺炎时要注意哪些问题 / 28
- 诊断前列腺炎的检查项目主要有哪些 / 28
- 进行前列腺直肠指诊有什么必要 / 29
- 前列腺直肠指诊是怎样操作的 / 30
- 前列腺液检查有什么项目 / 31
- 医院是怎样提取前列腺液的 / 32
- 提取前列腺液时应注意哪些事项 / 32
- 哪些因素会影响前列腺液检查的结果 / 33
- 检查前列腺液时发现白细胞超标是否属正常 / 34
- 细菌定位检测有什么必要 / 35
- 怎样通过四杯检查法来做细菌定位检测 / 35
- 病原体培养受到影响为什么会漏诊或误诊 / 36
- 诊断前列腺炎为什么要做尿液检查 / 36
- 诊断前列腺炎为什么要检查精液 / 37
- 检查精液还有哪些重要意义 / 37
- 前列腺炎诊断的辅助检查有哪些 / 37
- 前列腺炎容易和哪些疾病相混淆 / 38
- 如何诊断前列腺增生 / 45

前列腺炎对患者的影响 47

- 慢性前列腺炎是否会影响生育能力 / 47
- 部分慢性前列腺炎患者不育常和哪些因素有关 / 47

慢性前列腺炎能否引发前列腺增生症 / 48

慢性前列腺炎是否会引发前列腺癌 / 49

慢性前列腺炎是否有遗传性 / 49

慢性前列腺炎是否会相互传染 / 51

前列腺病的预防 53

什么是前列腺病的“三级预防” / 53

预防前列腺病要养成哪些好习惯 / 53

为什么保持阴囊清洁对预防前列腺病非常重要 / 54

怎样通过增强自身免疫力来预防前列腺炎 / 54

平时怎样通过生活细节预防前列腺病 / 55

前列腺炎的治疗方法 56

前列腺炎患者应怎样配合医生治疗 / 56

为什么说治疗前列腺病不可急于求成 / 57

急性前列腺炎患者的治疗原则是什么 / 57

治疗急性前列腺炎时应注意哪些问题 / 58

治疗慢性前列腺炎时应注意哪些问题 / 58

年轻人患前列腺增生能否治愈 / 60

治疗前列腺炎正确的总体选药原则是什么 / 60

急性前列腺炎的用药原则是什么 / 61

慢性前列腺炎的用药原则是什么 / 62

同服各种治疗前列腺炎的药物是否疗效更好 / 63

慢性前列腺炎局部治疗有哪些好方法 / 64

前列腺内直接注药各有哪些利弊 / 66

经直肠给药的治疗方式各有什么利弊 / 66

中医治疗慢性前列腺炎有哪些优势 / 67

中药煎剂灌肠对治疗慢性前列腺炎有什么作用 / 68

中医是如何分型来治疗慢性前列腺炎的 / 69

如何用中药贴敷法来治疗慢性前列腺炎 / 70

热水坐浴对前列腺炎的治疗有什么作用 / 70

用热水坐浴法须注意哪些事项 / 71

按摩对前列腺炎的治疗有哪些作用 / 71

用按摩来治疗前列腺炎应注意哪些事项 / 72

治疗前列腺炎都有哪些物理疗法 / 73

物理疗法对前列腺炎的治疗有哪些作用 / 74

慢性前列腺炎患者的手术治疗的原则是什么 / 74

手术治疗前列腺增生症有哪些优缺点 / 75

手术治疗前列腺炎弊端在哪里 / 76

前列腺炎治疗后须注意哪些事项 / 76

什么是前列腺炎体外短波治疗技术 / 77

生物反馈技术对治疗前列腺炎有什么作用 / 78

医学上为什么强调要综合治疗慢性前列腺炎 / 78

造成慢性前列腺炎“反弹”的原因有哪些 / 79

慢性前列腺炎迁延难愈的原因是什么 / 81

对久治不愈的慢性前列腺炎应采取哪些方法 / 82

如何治疗淋菌性前列腺炎 / 83

治疗真菌性前列腺炎都有哪些方法 / 84

治疗滴虫性前列腺炎可采取什么方法 / 85

前列腺炎能否彻底治愈 / 86

前列腺炎的治愈标准是什么 / 87

治疗前列腺增生有哪些常见方法 / 88

前列腺炎的药物治疗 91

常用西药 / 91

常用中成药 / 94

治疗慢性前列腺炎的偏方 / 97

前列腺增生的药物治疗 99

治疗前列腺增生的用药原则 / 99

常见西药类 / 99

常见中成药 / 101

植物类药物 / 102

治疗前列腺增生的偏方验方 / 103

前列腺炎患者日常生活注意事项 104

前列腺炎患者应如何对待各种广告宣传 / 104

如何用健康的心理来减轻前列腺炎的影响 / 105

前列腺炎患者应怎样进行自我心理调节 / 107

为什么说久坐不动容易引发慢性前列腺炎 / 108

为什么说长期骑车容易得慢性前列腺炎 / 108

患慢性前列腺炎后是否一定得禁欲 / 109

吸烟对前列腺炎患者有什么危害 / 110

前列腺炎患者为什么不宜饮酒 / 111

前列腺炎患者冬季应注意什么 / 112

前列腺炎患者日常运动健身 114

慢性前列腺炎患者进行体育锻炼有什么好处 / 114

适宜于慢性前列腺炎患者的健身体操怎样做 / 115

慢性前列腺炎患者应怎样练习气功 / 117

前列腺炎患者饮食调养原则 118

前列腺炎患者为什么应该重视补锌 / 118

为什么说前列腺炎患者补锌应首选苹果 / 119

喝茶对前列腺炎患者有哪些益处 / 120

前列腺炎患者为什么要控制辛辣饮食的摄入 / 122

哪些食物适宜于前列腺炎患者 / 122

前列腺炎患者饮食调养食谱 137

各类主食食谱 / 137

各类菜谱 / 150

各类粥谱 / 186

各类汤羹饮 / 196

调养茶饮 / 212

了解前列腺



前列腺是什么样子

前列腺质地坚韧,色淡红而稍带灰白,倒锥体形,像一个倒置的栗子,可分为底、体、尖三部分,前、后及两侧面,上端宽大的部分形成前列腺的基底部,尖端向下。前列腺基底部横径约 4 厘米,纵径约 3 厘米,前后径约 2 厘米,重 18~20 克。

前列腺的最外面一层由结缔组织与平滑肌所构成的被膜所包裹,自外向内分为三层:含有丰富静脉和疏松结缔组织的血管层、纤维层、与前列腺组织的大量肌肉纤维相连的肌层。这三层组织就是临床上常常提到的“著名的”影响药物吸收的结构基础。前列腺被膜中的结缔组织与平滑肌伸入前列腺实质,将其分成数叶,形成腺组织周围的基质,被膜与基质占前列腺总重量的 1/3。平滑肌的收缩可促进分泌物的排出。

前列腺长在人体中的什么位置

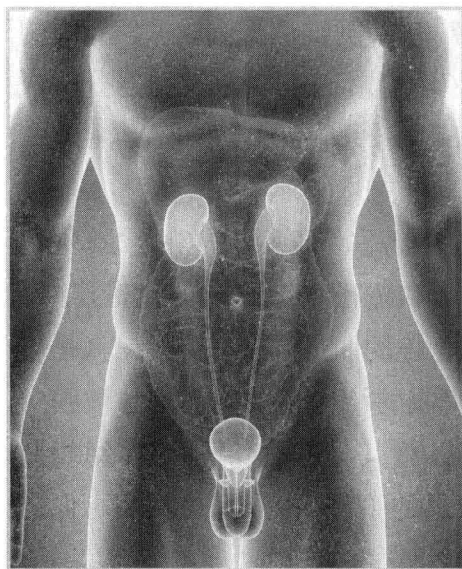
前列腺深居在男性盆腔内,处于男性众多重要盆腔脏器的核心

位置。当男人坐下的时候,前列腺刚好隔着会阴与椅子紧密相连,因此有人形象地说,男人是“坐”在前列腺上面的。这也给前列腺带来了沉重的负担,并成为诱发前列腺炎及久病难愈的重要原因。

前列腺是男性生殖系统的“机要处”。前列腺和腮腺、胰腺等腺体一样,具有外分泌腺的一切共同特点。它由多个腺泡和导管组成,分泌一定量的外分泌液,是男性所特有的生殖器官,同时也是男性生殖器官中最大的一个附属性腺,主要由腺体组织、平滑肌和结缔组织构成,对男性生殖功能具有特殊的作用,与男性泌尿系统有密不可分的关系。

前列腺的生理功能是什么

前列腺在人体中的主要作用,一般可以概括为以下四个方面:



① 外分泌功能: 前列腺是男性最大的附属性腺,也是人体外分泌腺之一,可分泌前列腺液。前列腺液是精液的重要组成成分,参与精液的凝固与液化过程,并提供精虫生存的营养物质,对精子维持正常的功能具有重要作用。前列腺液的分泌受雄性激素的调控。

② 内分泌功能: 前列腺内含有丰富的 5α -还原酶,可将睾酮转化为更具活力的双氢睾酮(雄性激素),并输送到血液中。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,从而使增生的前列腺组织萎缩。



③ 控制排尿功能:前列腺包绕尿道,与膀胱颈贴近,构成了近端尿道壁,其环状平滑肌纤维围绕尿道前列腺部,参与构成了尿道内括约肌。发生排尿冲动时,伴随着逼尿肌的收缩,内括约肌松弛,使排尿顺利进行。

④ 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。

什么是前列腺炎

前列腺炎是由于前列腺受到微生物等病原体感染,或某些非感染因素刺激而发生的前列腺炎症反应以及由此造成的前列腺区域不适或疼痛、排尿异常、尿道异常分泌物等临床表现,是一种常见且让人十分困惑的疾病。

前列腺炎有哪些症状

前列腺炎患者常会有不同的临床表现,有人将其描述为不可言喻的症状或状态。

患者会有尿频尿急、尿痛、尿不尽、尿等待、尿末后滴白等排尿异常症状;腰骶髂部疼痛、下腹坠胀疼痛以及会阴、睾丸、大腿内侧等部位疼痛不适,失眠、健忘等植物神经功能紊乱症状,并对男性的性功能和生育功能有一定影响。少数前列腺炎患者甚至可以缺乏明显的前列腺局部症状,而以机体其他部位的不适或异常为主要临床表现。

什么是前列腺增生

前列腺增生过去又称前列腺肥大。前列腺增生是由于实质细胞

数量增多而造成的组织、器官的体积增大,是各种原因引起的细胞有丝分裂活动增强的结果。

人的前列腺亦不例外,自出生后到青春期前,前列腺的发育、生长缓慢;青春期后,生长速度加快,约至 24 岁发育至顶峰,30~45 岁其体积较恒定,以后一部分人趋向于萎缩,腺体体积变小,另一部分人则可趋向于增生,腺体体积逐渐增大,若明显压迫前列腺部尿道,可造成膀胱出口部梗阻而出现排尿困难的相关症状,即前列腺增生症。由于此种增生属良性病变,故其全称为良性前列腺增生症。

前列腺增生症是老年男性的常见疾病,一般在 40 岁后开始发生增生的病理改变,50 岁后出现相关症状。

前列腺增生有哪些症状

① 尿频急:早期症状最突出的是尿频尿急,以夜间最突出。发生尿频的原因系由于膀胱颈部充血,残余尿中轻度感染,刺激膀胱口部

增长见闻

女性也有前列腺

人们通常都认为前列腺和前列腺疾病是男性的“专利”,其实女性同样有前列腺组织,也同样可患前列腺组织的炎性或梗阻性疾病,只不过医学上分别称它们为前列腺样组织和女性前列腺病。所谓的女性前列腺,是指类似于前列腺结构的女性尿道周围腺体而言,这种腺体大多集中于女性尿道的后上方;而临床上所谓的女性前列腺病,就是指女性膀胱颈部因前列腺组织可前列腺样组织增生,导致膀胱颈部梗阻所引起的与男性前列腺增生相类似的疾病。

这一说法最早是由荷兰解剖学家德·格拉夫于 1672 年提出的,在此之后,各国的医学家也都相继发表了关于女性前列腺的研究结果。





所致。尿急多由膀胱炎症引起。

② 排尿困难:开始表现为排尿等待及排尿无力,继而尿流变细、中断,甚至出现尿潴留。

③ 尿失禁:常为晚期症状,最易发生在患者入睡时,由于盆底肌肉松弛而出现尿失禁。增大的腺体一方面造成排尿困难,但另一方干扰了膀胱口括约机制,也可以发生尿失禁。

④ 血尿:主要由膀胱炎症及合并结石时出现。常为镜下血尿,如果为腺体表面的血管扩张破裂时可引起肉眼血尿。出血量大,而发生尿道内血块堵塞致急性尿潴留。

⑤ 急性尿潴留:前列腺增生症中 60%的病例可出现。在受寒、运动剧烈、饮酒或食入刺激性强的食物后未能及时排尿,引起肥大的腺体及膀胱颈部充血、水肿而产生尿潴留。

前列腺炎和前列腺增生是一回事吗

前列腺炎是由微生物等引起的,前列腺炎与激素分泌有关。前列腺炎是成年男性的常见疾病,而前列腺增生属于老年男性的常见疾病,所以它们彼此之间可以同时存在,而且还有一定的关系。原因是当增生的前列腺对膀胱出口部造成明显的梗阻后,膀胱逼尿肌不能将尿液完全排空而出现残余尿,此时的膀胱已经处于失代偿状态。残余尿是细菌感染繁殖的重要原因,加之膀胱黏膜的防御制受到损害,故极其容易诱发尿路感染,因此也容易造成前列腺的感染。

前列腺疾病易发人群 及发病因素

前列腺疾病易发生在人生什么时期

作为男性的主要附属性腺，在不同时期前列腺发病的原因也各不相同。在儿童时期，前列腺发育缓慢，很少发病，但也可发生急、慢性前列腺炎等病变，但发病率很低。

在青壮年时期，前列腺易发生的疾病主要为急、慢性前列腺炎。原因是青壮年时期正是男性性功能旺盛期，性活动频繁，在性兴奋的刺激下易导致前列腺的反复充血，从而诱发炎症。而且，青壮年时期是前列腺液分泌最旺盛的时期，为细菌的生长提供了良好的内部条件。如果不注意个人卫生，机体抵抗力低下或其他部位发生感染，病原体就可进入前列腺，形成急、慢性炎症。

在老年时期，睾丸功能退化，激素水平降低，前列腺炎发病率下降，而良性前列腺增生症的发病率明显升高。尸检资料显示，51~60岁的男性约有 50% 出现病理上的前列腺增生，到 80 岁时，约有 90% 的男性出现前列腺增生。

另一种老年人常见病为前列腺癌。此种疾病在欧美国家的发病



率颇高,在我国的发病率相对较低,但近年来有迅速增长的趋势。此外,前列腺还可发生结核、结石、肉瘤等多种疾病,但发病率相对较低。

引发前列腺炎的原因有哪些

虽然研究表明,细菌性前列腺炎在前列腺炎疾病中仅占很小的比例,5%~10%,但一些学者坚持认为,绝大多数前列腺炎疾病的发生都可能与细菌等病原体感染有关。即使是那些就诊时未能从其前列腺液中分离出病原体的前列腺炎患者,许多也曾经有过感染性前列腺炎以及抗菌药物治疗的病史。研究表明,前列腺炎患者的局部原核生物 DNA 的存在率可以高达 77%。因此,细菌的抗原可能在启动了前列腺的炎症后转变为自我维持状态,可以不具有任何明显的感染征兆。但是细菌感染所出现的炎症过程可以改变前列腺胞内的微环境,造成抗原体复合物沉积、启动自身免疫反应机制,并影响到周围组织器官的正常功能等。

了解这些病原体的来源,并积极采取预防措施,可以有效地控制或减少前列腺内病原体的感染数量和感染程度。那么,这些病原体究竟是从哪里来的呢?追溯病原体具体来源,可能包括以下几个方面:

① 尿道:前列腺内常发生尿液返流,因此尿液中的病原体可以进入前列腺内直接诱发感染,这是前列腺感染的主要途径。引起前列腺炎的病原体主要来自于患者的尿道及其生殖系统的其他器官。

② 肠道:直肠内的大肠杆菌等细菌可以直接侵入或经过淋巴、小静脉或血流进行扩散。

③ 前列腺周围组织:前列腺周围组织内的病原体可以直接扩散或通过淋巴管蔓延侵入前列腺内。

④ 全身各处的感染灶:机体其他部位病灶内的病原体进入血流