



第 58 期

指导：上海市生殖健康产业协会

协办：上海诚凯男子性功能康复治疗中心

热线电话：021-62909595

官方网站：http://www.62909595.com

专家问答

读者王先生：我今年 52 岁，早在四五年前，我的勃起功能就变得很差，如今和太太的夫妻生活也没有了。我曾经认为这种症状是因为年纪变大后出现的正常情况，但看过不少男性健康的读物后，却发现并不是这样。请医生为我解答。

答：你的症状疑似为 ED，即勃起功能障碍。长期以来，不少人都认为 ED 是随年龄增长而出现的不可逆转症状。这其实是对于 ED 最大的误解。ED 并非是衰老产生的必然结果，和谐的夫妻生活不存在“保质期”。事实上，适度的亲密生活是缓解压力的良方，有益于夫妻的整体健康，维持良好的婚姻生活，健康的男性一生都可以保持正常的生理功能。以你目前的年龄而言，完全可以通过专业正规的治疗再度享受美好的二人生活。

——刘铁群

读者刘女士：我和我先生结婚多年，我们的夫妻生活质量一直不太好。他工作压力比较大，不知道是不是就是造成他勃起硬度不好的原因。另外，能否请医生为我先生推荐一些补品呢？

答：长期从事高压力的工作，确实可能会对男性的生理功能造成一定的影响。但真正的病因，还是要经过科学系统的检查后才能确诊。临床证实，超过 70% 的性功能障碍与器质性疾病、服用某种药物或不良的生活方式等有关。有时可能是心血管疾病、糖尿病的首发症状或者疾病加重的信号，或是抑郁、吸烟、酗酒等造成。引起性功能障碍的原因很复杂，所以药物也不能随便乱用，必须在确诊病证后，在医生的指导下进行治疗，否则可能越吃越糟。如今市场上壮阳补肾类的保健品泛滥，其中往往鱼龙混杂，一般消费者是难以辨识的。为了你先生的健康，更是为了你们之间的夫妻幸福，多与你先生交流沟通，尽早去正规医院接受科学规范的治疗。

——康爽

2013“男性健康日”将到 关爱男性健康 促进家庭和谐

每年的 10 月 28 日是我国的“男性健康日”，今年的主题是“关爱男性健康，促进家庭更和谐”。相依相伴、信守爱的承诺是每一对伴侣的愿望，和谐的夫妻生活则让漫长的婚姻持久如新。然而并非所有的伴侣都如此幸运，有些夫妻因为丈夫的性功能问题而不得不减少或中断二人生活，这就会造成双方感情上的疏离、猜忌，甚至成为婚姻破裂的导火索。

“不性福”成为离婚重要原因

早前曾有媒体报道，在民政部门公布的离婚数据中：仅去年，上海户籍人口就有 43964 对夫妻离婚。其中，70、80 后年轻夫妻成为离婚潮中的主流大军。据统计，以“感情

不和”作为离婚理由的夫妻有 18286 对，占总数的 41.59%。在离婚夫妻的随机访谈中，一个令很多夫妻“难以启齿”的离婚原因逐渐浮出水面，很多小夫妻坦言：“感情不和”只是托辞，夫妻生活不和谐、性福度低，这让他们对婚姻失望。

男性功能障碍扼杀婚姻“性福”

在二人生活中，男性往往处于主导地位，在大部分夫妻生活不和谐的案例中，让婚姻亮起红灯的几乎都是男性方面出现了问题。勃起功能障碍(ED)是最常见的男性性功能障碍之一。男性勃起是一个复杂的过程，涉及大脑、激素、情感、神经、肌肉和血管等多方面问题，具体原因则是由精神神经因素、神经系统

门诊札记

为何成功男士“力不从心”

上海诚凯男子性功能康复治疗中心 李水江



门诊札记

良好。

宋先生的境遇也是众多 ED（勃起功能障碍）患者共同的经历和烦恼，他们往往尝遍百草、花尽钱财，结果病非但没有治好相反却越来越重。这主要是由于患者对生理功能障碍病理的不了解，步入治疗误区所致。

ED 患者在肉体上虽然没有痛苦，但思想上负担极为沉重，配偶对二人生活的要求得不到满足所引起的埋怨，常使患者精神上非常苦恼。为了摆脱这种难以启齿的疾病，许多患者盲目服用补药、偏方或生理保健品。其实这种做法是错误并且是非常有害的，因为补药中的激素，虽能在短时间内产生高度的生理亢奋，但长期服用对人体机能和肝肾等脏器的伤害是极大的，会加重病情甚至出现并发症。同时，毫无禁忌地大量长期服用补药，不仅治不好 ED，反而会导致阴虚火旺。引起 ED 的原因很多，如按病因分类，可分为功能性 ED、器质性 ED。在临床上多数器质性 ED 患者有继发性心理因素存在。按表现可分为原发性 ED、继发性 ED、境遇性 ED，对于各种原因引起的 ED，治疗方法也有所不同，不能千篇一律，千篇一律的治疗没有针对性，反而会给患者造成更大的思想负担。

病变、内分泌病变、泌尿生殖器官病变、药物影响、慢性疲劳等因素构成。随着近些年生活压力越来越大，以及环境污染等因素的影响，如今，性功能障碍的患者人群越来越趋于年轻化。但是如果男性朋友真被确诊为 ED 后，也不必过于担心，因为这种病是可以被治愈的，前提是你能做到早发现早治疗。

婚姻“性福”危机 夫妻携手克服

“性”在男女婚姻中占据着不能替代的地位，和谐的性爱可以增进夫妻感情，反之，则可能毁了一个家庭的幸福。一些出现性功能障碍的男性朋友会觉得将这一问题和妻子交流，会让他们的脸面丢尽。要知道，女性都渴望被爱且相对较为感性，妻子拥有享受和谐生活的权利。不少男性患者为了遮掩病情而选择躲避夫妻生活，这让妻子会以为丈夫不爱她了，甚至会胡思乱想猜忌丈夫是否对婚姻不忠。

我们不妨将性功能障碍当成普通的病来看，科学理性地看待它。传统观念的有色眼光不该成为幸福婚姻的枷锁。婚姻生活的营建需要两个人的努力，当丈夫出现生理功能问题时，作为妻子应尽可能多地给予丈夫温存和理解，并要鼓励丈夫勇敢面对问题，帮助丈夫一起寻求行之有效的治疗，相信你们的感情能经得起这暂时的考验。

晓舟

活动

今年「男性健康日」——聚焦 ED 康复 关注性医学发展

从 2000 年开始，每年的 10 月 28 日为我国“男性健康日”。由于受传统观念的影响，人们对男性健康问题认识不足，特别是生殖健康。男性承受的心理压力及由此付出的健康代价也往往被社会忽视。广泛开展普及男性生殖健康活动，增强男性生殖健康保健意识是提高人口素质，促进家庭、社会和谐的重要内容，也是人口和计划生育工作的重要组成部分。本周末，主题为“聚焦 ED 康复，关注性医学发展”的男性健康学术交流会将上海市天山路 18 号展开。

10 月 26 日（周六），当天前 10 位初诊患者可免专家会诊挂号费，专家会诊针对阳痿、早泄等男性功能障碍人群。关爱男性健康，促进家庭和谐，性功能康复援助补贴、男性公益普查、《陈凯谈性功能障碍》一书馈赠等关爱活动将在 10 月持续进行，为了你的健康，为了她的幸福，病家不妨一试。热线电话：021-62909595。

性福百科

夫妻生活如何由“冷”变“暖”

夫妻生活的浪漫而令人陶醉，丈夫的亲密与体贴让妻子体会到甜蜜、幸福。当夫妻生活出现问题，性福亮起红灯后，“寒冷”的婚姻折磨着许许多多的夫妻。夫妻生活是否能够再度迎来春季呢？

科学分析夫妻生活变“冷”原因

夫妻之间的幸福需要热情的火种去点燃，作为主导方的男性如果不能点起这把“火”，不用多久，婚姻生活就会变得“冷”而无味。

以科学的角度去看待夫妻生活，一个完整健康的夫妻生活行为，总是由视觉、触觉、嗅觉、听觉和性幻想所引发的性唤起，通过神经中枢而作用于生理器官完成。其过程为：兴奋-持续兴奋-高度兴奋-消退。在这一反应周期中，性的心理反应就像是乐队的指挥，协调着人体的生理功能，这种心理反应包括对于伴侣的责任反应、健康的伦理观念、健康的身体以及个体素质的体现。对于性功能而言，性心理因素既可以起到正常维持的作用，又可以

是性功能异常的病因之一。

用包容的心态去化解婚姻之“冷”

正常的夫妻生活要有健康的性心理支持和维护，反之，就会出现

问题。譬如，由于一次偶然

的夫妻生活不成功，丈夫由此产生负疚心理，觉得对不起妻子，又觉得自己愧称男子汉，久而久之，这种心理压力和负担会随场景而出现，这在早期可能是双方紧张，配合不默契，心理上的一种无形压力而致夫妻生活失败，但在以后由精神心理压力而致的夫妻生活失败不能改变，就变成了一种维持因素。

缺少和谐夫妻生活的婚姻生活是不完整又充满了遗憾的。对于因为性的不和谐而进入“冷”婚姻的夫妻，我们一般建议首先求助性医学医生，让医生来帮助你分析问题。其次，要坦然接受关于性功能障碍的事实，多看到自己的成就和长处，要以豁达的心态去积

极面对疾病所带来的消极影响，并尽早地进行治疗。除此之外，最重要的一点就是夫妻之间务必学会多沟通，学会相互包容和称赞，幸福的构建需要夫妻双方共同努力。

枞桦

测测看 您有生理功能障碍吗？

20-55 岁男性尤其需要“对号入座”

是否有依赖躯体刺激产生生理反应

是否有神疲乏力、勃起功能减退的症状

是否有包皮过长、包茎的症状

是否有生理反应无力等症状

是否有欲望低下或失去的症状

是否有晨间勃起减少，或者消失的现象

是否有会阴部肿痛、睾丸胀痛的症状

注：如果您发现上述症状的 1-2 项，您的生理功能系统已经发出异常信号，如果出现 3 项以上症状，应及时到医院寻求医生帮助。