



第 54 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

读者刘先生:我今年 29 岁,有早泄已有几年了。去年我曾在一家医院做了阴茎背神经阻断术,但是早泄问题没有改善,请问还有什么办法吗?

答:早泄的病因有很多,夫妻关系不和睦、长期手淫、包皮包茎、龟头敏感度异常、前列腺炎、尿道炎等都可能诱发早泄,而这些病因或多或少都和参与性功能的神经有一定的关联性,治疗都各不相同。阴茎背神经阻断术合适龟头敏感度过高的患者,如心理因素,尿道炎、慢性前列腺炎等炎症造成的早泄患者则起不到明显的治疗作用,甚至可能使病情走向反面,造成勃起功能障碍。你可以去专门的医院做这方面的检测,找出真正的早泄病因,再对症治疗。

——康爽

读者万女士:我和丈夫结婚快 10 年了。这些年因为购房还贷等经济问题,我俩一直闹矛盾,夫妻生活也少了。我抱怨,他还说是我的原因。我想他是不是性功能出现了问题?

答:你丈夫和你一直闹矛盾,情绪不好,可能会引起心理性性功能障碍,也成为功能性 ED。性功能障碍患者中有相当部分因精神心理因素引起的,比如:情感方面的因素、人际关系紧张、缺乏性知识和错误的性教育等。夫妻和谐性生活需要夫妻双方共同创建,建议你们能多做沟通和交流,改善夫妻关系,尽量不要因家庭琐事或生活压力影响到了你们的夫妻生活。在之后的夫妻生活中如果确认丈夫有勃起障碍等情况,建议抽空去医院就医,长时间的功能性勃起功能障碍也可能导致器质性因素出现。可以行相关的专科检测的,比如:阴茎勃起功能检测、性激素、精神心理测试、阴茎血流检测等,这些能帮助你们弄清问题所在,才好解决问题。

——刘铁群

环球性闻

筛选胚胎 提高优生率

伦敦路透社近日报道,英国专家开发新的体外受精技术,可为仍在培育的胚胎拍摄数千张快照,进而让医生挑选成功率最高的胚胎,再植入母亲子宫。

到目前为止,西方国家有 1%至 2%的婴孩是通过体外受精技术受孕的。同现有的技术比较,新的体外受精技术可将接受体外受精的妇女诞下健康宝宝的概率提高 56%,预计,今后还能进一步提高到 78%。研究员目前已利用这一技术来筛选最不可能出现染色体缺陷的“低风险”胚胎。

参与研究计划的“卡利生育组织”执行董事费舍尔说:“我在这个领域工作了 35 年,这对所有寻求体外受精技术的病人而言,应当是最值得令人兴奋,以及最具突破性的进展。”而没有参与这项研究的英国科学家们也建议在采用新技术之前,先进行“随机对照试验”,这是目前医学研究领域的标准试验方法。

宗华

保护青少年生殖健康

“避孕套有哪些用法?”这是近日某师范大学传播学院期末考卷上的一道题。当微博上晒出这份“奇葩”试卷后,大家都表示“震惊”了。其中有一个小细节:考场一女生表示,没有见过避孕套,怎么答?该女生的困惑折射出青少年的性与生殖健康问题不容乐观。

现在青少年的性问题和生殖疾病发病率增高,这跟长期以来,社会、学校、家庭对青少年性与生殖健康方面的教育采取压抑和放任态度是分不开的。受大环境和观念开放的影响,人们对性和生殖健康不再避讳,并对异常情况予以关注并及时寻医,使以前一些隐性的生殖健康问题显性化。

而我们长期以来在青春期的性和生殖健康教育方面是匮乏的,而网络、影视以及其他一些媒体关于性和生殖方面的知识虽然闪烁其辞却日益泛滥。从青春期开始,青少年性意识逐渐成长,并接受了来自非主渠道、并不十分科学、缺乏系统性的性与生殖方面的知识。缺乏系统科学的教育,使一些青少年没有养成良好的卫生习惯,造成生殖系统感染。甚至极少数青少年走上吸毒、性犯罪等违法道路。

一些青少年不幸染病,但又不敢跟大人说,由于缺乏经济基础以及家庭支持,很多病都得不到及时彻底的治疗。事实表明,一些性格内向,缺乏正确性知识教育的青少年往往容易在性和生殖健康方面造成生理和心理的疾病,对婚后正常的夫妻生活都会产生潜在的不良影响。

保护青少年的性与生殖健康,正确的心理引导是关键。从医学角度看,只要性器官、生理机能成熟就具备发生性行为的条件。如今,一些高校和公共场所也会发放计生用品,加强对青少年的性和生殖健康教育。但更重要的是要对青少年从性与生殖健康、社会伦理等多方面作正确的引导,再把安全避孕、健康性行为等知识作为一种辅助措施。有效普及正规渠道的性知识教育,方能切实保护起青少年群体的生殖健康。

宇森

门诊札记

年轻白领男的“性”苦恼

上海诚凯男子性功能康复治疗中心 李水江



门诊札记

年轻人在男性性功能障碍群体中的比例越来越多。最近我在门诊中接待了这么一个年轻人:患者小孙,大学本科毕业,外企管理人员,未婚,患有勃起功能障碍并性欲减退近一年。

“医生,我才 29 岁,我很担心以后的生活怎么办?之前我谈过女朋友,结果在一起亲热时,我就感觉自己不行,无法勃起。当时,我恨不得挖个地洞钻进去。试过几次后,女朋友也和我分手了,我想挽留却开不了口。我现在看到喜欢的女孩子都不敢去追求。我现在的精神压力和社会生活压力好大,家里人也催我赶紧找女朋友结婚,可是我工作很忙,一直没时间来看病。”诊室中,满面愁容的小孙忍不住叹息。

我告诉小孙,精神和生活压力现在是在很多男性性生活的杀手,他是一个较典型的代表。很多人由于工作生活压力太大,“性”方面出现问题,也是一拖再拖,没有时间和心情去考虑治疗。而男性性功能出现问题却不是小问题,和其他疾病一样,任何疾病都有一个最佳的治疗期,错过了这个时期就会加大治愈的难度,甚至造成不可弥补的遗憾。

因此,“精英男”和“压力男”们一旦出现性功能方面的问题时,务必尽早去正规的医院寻求医生的帮助和建议,而在治疗过程中,听从医生的心理疏导并解除自身焦急、急躁的心理负担,使自己能够树立自信心非常重要;剖析潜意识中障碍的症结所在,及时消除心理障碍并通过一些辅助的治疗手段来增强康复的几率,一般都是可以治愈的。

在初步问诊后,小孙接受我的建议,做了性激素、阴茎血流、夜间勃起监测、盆底肌功能、Rigiscan 检查等专门的检测,以便能明确病因,制定针对性的治疗方案。而从检测结果来看,患者小孙除 Rigiscan 检查提示可疑性 ED(阳痿)外,其余未发现明显异常;综合分析诊断下来,我诊断小孙是心因性的阳痿成分居多。

针对患者小孙的情况,我为其开展了心理疏导、性知识教育、性感训练为主的康复治疗,辅以阴茎海绵体灌注,以负压吸引、气动按摩等多项物理治疗方式达到康复增强性功能的目的。1 个疗程后,患者小孙的复诊精神状态明显好转,勃起功能改善明显,自信心、自尊心明显增强,达到满意疗效。

(作者李水江门诊时间:每周二、周四。)

“性”福那点事

夫妻生活的频率对生育有一定的影响,不育症的病因并不都是“肾虚”。对于精子数量少的男性而言,更应该适当减少夫妻生活次数,以此增加妻子的受孕机会。

当男子的精子数过少时,若性生活过于频繁,精子数会更少,当然会使生育机会受到影响。有关研究表明,当禁欲时间少于 12 小时,精液量和精子密度都将比平时减少一半以上;若禁欲时间达到 24 小时,精子储备就会迅速增加。

还有些求子心切的夫妇行房事过于频繁。精子的生成需要时间,这就导致精液变稀,精子数目显著下降,同样不利于受孕。如果在女性经期未完结时便着急地行房,甚至可能会引起女方免疫性不孕,即把丈夫的精液当成侵入机体的“敌人”,产生抗精子抗体。而夫妻性生活越频繁,女方抗原激发抗体的程序就越强烈。因此,对夫妻生活过频而不孕的夫妇,最好暂停一段性生活,或使用安全套 3-6 个月,以利于受孕。

夫妻生活过频不宜受孕,同样过少也不合适,凡事都应掌握一个度。有医生要求患有不育症的男性,每月只在女性排卵期才进行一次夫妻生活,以求达到“保存元气”的效果,这种做法显然也不适合每个人,既不利于受孕也不利于优生。这是因为若男性每月只射精 1~2 次,精子的数量虽然会有所增加,但精子的活动度和存活率却会下降,“老化”的精子比率将显著增加,这就增加了妻子受孕的难度。如果男性不育患者平时的精子数量足够,但精子活力差,则需要适当增加夫妻生活次数,让精子的存活率相对提高,从而提高生育能力。

还有些不育夫妻受“肾虚”的精神压力,拼命压抑自己的正常性需求,久而久之反倒影响双方的性欲和性功能,有的男子平时过分压抑性欲,到了关键时刻却偏偏不能勃起了,可见适度的性生活频率,顺其自然的安排还是很重要的。

陈霖

活动

关注男性健康 周六公益体验

本周六(7月13日)上午,泌尿外科专家刘铁群、毛观养、康爽等,在上海市天山路 18 号为男性功能障碍患者解忧,当天免费为 10 位预约初诊患者进行“阴茎海绵体灌注术”治疗体验,对阳痿、早泄、阴茎短小患者均有良好康复效果。联系电话:62909595。

幸福大家谈

为了幸福毁了“性”福

我和丈夫结婚已经七年,孩子四岁了。结婚时,我们的经济条件很一般,丈夫认为有了钱,一切都会更好,于是在孩子出生后,他就换了一份需要常应酬的工作,周一到周五经常是到半夜才回家,周末还要替领导开车陪他家外出游玩,属于我俩的时间越来越少。在别人眼中我们越过越好了,换了新房子,穿名牌。可这并不是我要的生活,我要的是和丈夫的幸福夫妻生活,至于钱够用就行了。

回想起来,自从丈夫换工作至今,我与他之间的夫妻生活次数就屈指可数。刚开始的那段时间,我想可能是他比较累,也就迁就着。可时间一长,我的心中却也有说不出的失落感。屈指可数的几次夫妻生活也是勉强完成,毫无以前的那种感觉。这种“幸福生活”让我觉得很虚。

物质的满足就真的能幸福吗?至少对我而言,答案肯定是“否”。其实我的要求并不高,我只想回归到一个有丈夫疼爱的

正常女人的生活。丈夫的“力不从心”,甚至一度让我怀疑他是不是在应酬中有了外遇或者其他一些我无法接受的事情,是不是他不爱我了?我希望丈夫能换个工作,但是他不肯,这让我很痛苦,难道真要慢慢走向离婚那一步吗?

孟丽

专家点评

你们夫妻关系到了第七年,恰好已经告别初期的浪漫期而进入婚姻的平淡期。你们现在面临着未来生活和价值观的挑战。你丈夫执着于这份工作,相信也是为了能让孩子和你过得更好。把你目前内心的真实想法找恰当时机告诉他,试着多沟通几次,“离婚”二字务必慎重,不可轻言。

(本栏目欢迎来稿,或谈个人经历,或诉生活感悟。一经录用,即致稿费。来稿请寄天山路 18 号《幸福之门》编委会收,邮编 200336,电子邮箱:xf62909595@163.com)