



第 42 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

有问必答

读者杨女士:我丈夫今年 39 岁。丈夫升职为主管后,就很少提出过性生活,老说工作繁忙,偶尔有也是很快结束。我甚至怀疑他有了外遇。请问医生,我丈夫是怎么了?

答:根据你的描述,你丈夫的这种情况属于早泄。职场男性因为工作压力大会导致性欲下降,在性生活时精神不集中、心情焦虑等因素导致控制射精的神经中枢受到干扰,形成射精反射出现错误,出现了过早射精的现象。大部分早泄是由心理因素引起的,男性的自尊心也会使得他因为早泄对性生活有一定的抵触,这也是他借口工作忙碌而躲避性生活的重要原因。和谐的夫妻关系可以更好地促进夫妻性生活,建议你鼓励丈夫尽快去正规的医院接受检查和治疗。治疗早泄的方法有很多,比如“夫妻性感集中训练”、“陈氏脱敏疗法”等。相信经过积极的治疗,你的丈夫一定会康复。

马文靖

读者钱先生:我今年 41 岁,我发现自己的阴茎在勃起时不够坚硬,有时甚至不能勃起。因为自己在这方面的能力不行,如今我一想到性生活就想逃避,为此妻子和我闹得很不愉快,我很苦恼!请问我该怎么办?

答:你的这种情况是 ED(勃起功能障碍),俗称阳痿。勃起功能障碍的病因有很多,有器质性的、心因性的和两者兼有的混合型。从你刻意回避性生活这一方面看来,你的心理负担很重。至于是不是还有器质性方面的病因,在没有经过精确的检查之前,尚不能得出结论。建议你前往专门的诊疗机构检查病因并加以治疗,在找准病因的前提下,ED 一般都是能治好的。同时,在生活中尽量放松心情,太大的压力只会让病情加重。出现 ED 后,回避性生活不是解决的途径,找恰当时机可以告诉妻子实情,不和谐的夫妻生活会引起很多婚姻问题。相信你的妻子也会理解你,并鼓励你去治疗的。

易军民

环球性闻

德国有家“裸体旅馆”

“玫瑰园”旅馆位于德国著名旅游胜地黑森林地区中心,那里的风景十分迷人。该旅馆是德国首家裸体旅馆,只要进入该旅馆就必须“一丝不挂”。为了避免可能的性骚扰,性行为在旅店范围内被严格禁止。

“玫瑰园”旅馆共设有 31 间客房。老板弗雷德·哈费尔科恩是德国巴登-符腾堡州人,一个醉心于裸体文化的裸体主义者,他的“裸龄”已达 25 年。哈费尔科恩表示:“我希望所有的裸体爱好者在运动、游戏和交流中度过美好的时光。我们不仅欢迎个人裸体爱好者,更希望裸体家庭能来这里享受和放松。”旅馆自去年开业以来生意十分火红。

凌韵

沪上离婚率走高

“感情不和”或因不“性福”

据媒体报道,民政部门公布去年上海户籍人口中共有 43964 对夫妻办理协议离婚登记,同比 2011 年增加 5114 对,增加 13.16%。“感情不和”是很多夫妻在离婚时的理由。根据离婚原因统计结果显示,去年因“感情不和”而分手的夫妻有 18286 对,占总数的 41.59%。

涉及到“性”的问题,中国人总是含蓄的。夫妻之间即使因为“性”矛盾要分道扬镳,在离婚协议书上大多会考虑用“感情不和”作为理由,这些“性”矛盾包括夫妻生活不和谐、不孕不育、婚外恋等。其中,夫妻性生活不和谐是导致年轻夫妻离婚的重要因素。

男性学专家王哲才表示:“从生理上看,

30 岁后,男女的性需求与年轻时的性价值观有了很大改变。”确实,男性性功能在 30 岁后开始走下坡路,而女性则开始冲破心理障碍,更加了解自己的身体,对性生活的需求增加。年轻夫妻对于这一时期的生理变化要有认识,进而扬长避短,继续保持和谐的夫妻生活。比如,30 岁后的男方的性能力虽然比 20 来岁时要差,但是经验却更丰富,控制性的能力也增强了,在保持健康生活方式和良好心态的基础上,男方反而能更好地满足女方的要求;而女方则可以转注多一点的精力放在家庭和孩子身上,让男方没有后顾之忧。

“相比父辈,70、80 后夫妻对于幸福的衡量标准要高很多。”王哲才说,“对他们来

说,物质条件早已不再是衡量幸福的唯一标准了。‘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。”

夫妻之间需要理解和包容,但要真正做到并不容易。每个人的性价值观、性道德观、性取向等都会随着成长而改变。家庭、学校、社区、社会等都会影响一个人对“性”的认知。不少人至今不能正视性功能障碍和不孕不育等生殖健康疾病,甚至会歧视、厌恶。这也造成了不少患者去看个病都要遮遮掩掩。当幸福遭遇“性福”时,凋落的是一片树叶,还是整个春天?“如何让婚姻之树常青?”正是所有夫妻需要认真思索的严峻问题。

朔青

门诊札记

ED 困扰
让阳刚男人尽折腰

上海诚凯男子性功能康复治疗中心 朱国田



理因素、生活习惯这样三类。器质性 ED 主要由慢性疾病、内分泌、神经、血管等躯体机能障碍或药物不良反应所致。不良的心理因素,比如精神上的紧张、焦虑、精力分散或是夫妻关系不和谐等都可抑制神经细胞的兴奋及信号传递,导致心因性 ED。此外,不少男性平日嗜好烟酒,过量的烟酒可导致神经损伤、血管收缩、动脉内腔狭窄。这些都有引发 ED 的可能性。

对于 ED 的治疗也是患者们格外关注的。ED 治疗的关键在于找准病因,对因治疗。目前的 ED 治疗方式可分为物理治疗、药物治疗、心理疏导三类。治疗的技术也是多种多样,比如针灸、气动按摩、负压吸引技术、手术、电脉冲刺激等。针对患者的病情病因,量身定制合理的治疗方案,一般都能取得满意的疗效。

比如,因为阴茎海绵体供血不足导致的 ED 轻度患者,运用 86-10 阴茎海绵体灌注治疗技术就能达到调节大脑皮质功能及脊髓性中枢活动,扩张阴茎动静脉血管,增加血流量、增长加粗阴茎海绵体的功效;而此类 ED 的重度患者,则需要视实际情况增加电脉冲刺激、中医穴位注射结合阴茎海绵体灌注治疗技术等手段。

幸福大家谈

夫妻生活多“色彩”

每一对夫妻都会有自己的相处“模式”。我和老公结婚已有 6 年,拥有一个健康的宝宝,我们之间有着很稳固的感情,我们自己的相处方式在其中起到了不小作用。

“相敬如宾”这个词不太适合我们夫妇。我在他眼中就是“疯丫头”,而在我眼里,他是个“坏坏”的大灰狼。和很多年轻夫妻一样,我们也会有很多夫妻性生活。老公总能扯出一些“色”话题,包括各种带有“色彩”的玩笑、性笑话、性话题等,经常弄得我又羞又怒。时间一长,我当然也会奋起还击,捉弄他一把。

宝宝出生后,为方便照顾宝宝,婴儿床就放在我们的床边。那段日子我们总是小心翼翼地生怕吵到孩子,可难免还是会吵醒了他。有时因为是老公他引发的“事故”,我免不了说他:“宝宝在睡呢,别弄醒孩子。”

华芯

专家点评

夫妻之间的性乐趣是多种多样的,这需要夫妻共同去探索其中的精彩之处。一种愉悦的气氛无疑是夫妻和谐性爱的催化剂,在欢悦轻松的气氛里,一切就自然地“水到渠成”了。

(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)

“性”福那点事

长期趴睡不利男性生殖健康

生活中有很多男性朋友喜欢趴着睡觉,但他们并不知道趴着睡觉对身体有什么影响。据美国一项统计,趴着睡容易压迫内脏,导致呼吸不畅,尤其是对于那些习惯长期趴着睡的男性来说,生殖系统健康会受到一定的影响。

男性在睡眠中会有阴茎勃起现象。正常的男性一整晚会有 7-8 次夜勃,青春期男性甚至能超过 10 次。夜间勃起是男性生殖系统神经功能活跃的表现,对阴茎勃起功能有着维护、修复的作用。趴着睡让男性在夜勃时阴茎无法得到最大限度地“伸展”,对性能力的维持无疑是极为不利。趴着睡还会压迫阴囊和阴茎,在夜勃过程中使阴茎受到刺激,容易产生性梦和频繁遗精。遗精频繁会导致头晕、背痛、疲乏无力、注意力不集中等现象,严重的话还会影响正常工作和生活。趴着睡也会使阴囊温度升高,对精子的存活率有一定影响,阴囊需要保持一个恒定的温度,才有利于精子的生成。

由此可见,趴着睡对男性生殖健康存在着很大的影响。本来睡觉就是一个让人体休息的事情,要是因为睡觉的睡姿不正确而引起一些男性生殖系统疾病,就太“冤枉”了。

因此,为了健康和幸福,男性朋友们还是选择一个好的睡姿吧。

沈宇森

活动

春季男性疾病多发
本周末专家为您解惑

春季男性疾病多发,应广大市民要求,3 月 23 日、24 日 8:00-12:00,泌尿外科专家赵正平、易军民等在长宁区天山路 18 号为广大男性病患者释疑解惑。热线电话:021-62909595

品味生活享受“性福”

2013 上海国际成人用品展 4 月开幕

由中国国际展览中心集团公司主办、上海生殖产业协会和北京中展海外展览有限公司承办的第十届上海国际成人用品展将于 2013 年 4 月 12-14 日在上海国际展览中心举办。本届展会有近 200 家国内外企业机构参展。作为一个了解“性”福、感受“性”福的平台,本届上海国际成人用品展将继续围绕“爱和谐,性健康”的主题,展会将向广大观众展示精美高雅的国内外优质助“性”名品,展示新技术、新产品,交流、探讨性文化,同时现场将举办丰富多彩的互动体验活动和生殖健康咨询等。