

你吃的藥真的能壯陽嗎？
小心壯陽變陽痿

壯陽藥、春藥、補藥，哪種藥才能真正持久？

壯陽與性

艾麗 編著



目錄

內容簡介——編輯室

前言——BY艾麗

警惕中藥壯陽的各種陷阱

無須壯陽藥床上一樣也激情

多吃維生素讓你性趣倍增

男士們莫盲目食用壯陽藥

壯陽藥不能維持性福

警惕！威爾剛也可毀性

警惕！瘟神壯陽藥藥也可傷身

5種食物可以壯陽絕不可信

你知道嗎？缺少維生素B2會影響性慾

警惕：五類藥物會影響男性性功能

春藥真的可以讓你滿室春光嗎？

男人：別讓藥物對你嬌嫩的精子施暴

男人必吃的壯陽肉

壯陽不要只壯“小弟弟”

怎樣正確吃壯陽藥

壯陽藥其實並不是好東西

小心壯陽藥讓你更軟弱

性無能是可以治療的

小心你吃的就是偽劣壯陽藥！

自己沒有亂搞，為什麼還會得性病呢？

男人應該怎樣提升性慾呢

為什麼吃豆腐會傷精子呢？

為什麼男性在春季不宜服春藥呢？

威爾剛讓你成為真“萎哥”

壯陽藥“源遠流長”！

隨意濫用“補藥”會導致性慾下降

切忌，切勿亂用性保健品！

專家分析：利用“威爾剛”存在的誤區

男性注意！滋陰比壯陽更重要

不敢相信，淋浴竟可以壯陽

哪幾類藥物影響人們的性功能呢？

威爾剛是為男人準備的還是為女人準備的呢？

有哪些藥物可以治療性病呢？

男人服用威爾剛，爽了男人，慘了女人

安眠藥會不會影響人們的性功能呢？

男性靠吃就會有好的性生活

臭雞蛋變廢為寶——“威爾剛”

不要太“性”奮，藥物也不可靠

警告男同志：煙酒“禁性”

警惕！治療精神病的藥減緩性功能

服避孕藥降低性慾影響性福生活

科學“整治”藥與性的關係

全面瞭解藥物與性

女人沒有了性慾，難道都是牛奶惹的禍？

揭露“春藥”的內幕

中藥消除你的“快槍手”毛病

內容簡介——編輯室

- 警惕中藥壯陽的各種陷阱
- 無須壯陽藥床上一樣也激情
- 別讓藥物對你嬌嫩的精子施暴
- 消除你的“快槍手”毛病

借藥助“性”

有的身體健康、性功能正常的男性，為了縱慾享受，希望延長時間或增加性刺激而使用壯陽藥。

這是不正確的，也是沒必要的。有些補腎壯陽藥雖然可以提高性興奮程度及延長性交時間，但使用者一般沒有藥物知識，長期借助壯陽藥縱慾，會使人體內的激素失調，打破正常的陰陽平衡；而一旦停藥，也可能因為藥物依賴作用而導致無法恢復的勃起功能障礙。

本書針對壯陽藥與性之間應有的認識，告訴讀者該如何正確使用壯陽藥，壯陽藥也並非人人可使用，常期使用更會有後遺症，甚至導致陽痿。

本書通俗易懂，不僅是男人的狀陽寶典，也是女人的性福秘笈。

前言——BY艾麗

盲目壯陽的危害

老年人對性存活仍感喜好，這是健碩的生理與心理需求，情有可原。然而在性存活時，他們往往發現自身“無能為力”，性存活不稱心如意。於是，他們求援於光芒照人的壯陽藥，在此，須向晚年人們疾呼，這種片段追逐壯陽藥的危害是笨重的。

理應默認，一個別性存活的實力，是隨著年紀的增長和身子的衰老而漸漸下降的。壯陽藥的危害分外是男性在65歲、女性在50歲以後，這種下降尤為顯著。

面對這種生感性雲譎波詭，好多老年人誤認為自身“腎陽虛”而盲從施補。其實，亂用壯陽藥的危害甚大。

壯陽藥的危害，像這方面藥物為溫熱燥性，久服後易發生舌乾口燥、口渴多飲、鼻咽整潔、眼紅牙痛、鼻出血、咯嘔血痰、大便乾結、腹脹腹痛、肛裂、痔瘡復發、低熱、失眠多夢、苦惱易怒、血壓攀升等一系列毒副作用。

原患有高血壓病者，甚至會產生藥物中風，危及生命。市場上的某些“春藥”含有雄性激素，服用後雖能取效一時，但久服易致肝癌。

壯陽藥的危害是笨重，能成立晚年人性存活實力下降的前因，除前所述外，還受吸煙、飲酒及服藥治病等繁多因素的攀扯壯陽藥的危害。

為了博得幸福聯接的性存活，老人們必須具備良好的生理與心理肥碩條件。要戒除惡性的存活習慣，節制煙酒。治病謹遵醫囑，不亂服藥，宜授受非藥物治療。

在性交前多說情話、擁抱、親吻、愛撫，舉行豐盛地性引誘；並可在女方大陰唇處塗少量無刺激性的潤滑液，以支援陰莖插入；男方在高潮消退後，對女方多作愛撫和和順。使夫婦兩者都能感到身心上的莫大寬慰。壯陽藥的危害是嚴重的，所以要慎用。

警惕中藥壯陽的各種陷阱

有些男性因為“壯陽心切”，往往會被一些中藥壯陽的廣告所矇騙。其實，中藥壯陽有很多都是陷阱，男士朋友們不可輕信。

“中藥壯陽”熱應該適度降溫。雖然部分中藥藥材如菟絲子、人參、淫羊藿、鎖陽、鹿茸和海馬等，對改善性功能有一定效果，但多走的是固本培元、調養身體的慢性溫和線路，非常難像西藥那樣起到“立竿見影”的效果。

市民在選用中藥改善性功能時需警惕四大陷阱。

陷阱一：“壯陽”就是“補腎”

人們一提“壯陽”就大談“補腎”，這幾乎是壯陽藥廣告給人的共同印象。而沈堅華表示，這兩者不能完全等同起來，性功能不好是許多因素造成的，治療時必需恪守“對症下藥、辯證施治”的原則。

比如，中醫認為有濕熱、虛火等多種原因，而前兩種情況特別忌諱補腎，體質寒熱不同的病人補方也不同。西醫則認為糖尿病等疾病可造成陽痿，對於這類病人就需要從控制糖尿病入手。

其實，就算是連著幾天睡眠不好、過於疲勞，也可能引起陽痿，而治療的方法就是補覺。病人的病因不明、體質不清楚就自行補腎，效果不佳尚屬萬幸，假如“火上澆油”就糟了。

因而，即便是自行泡藥酒進補，也要徵求中醫師的意見，排除基礎病、根據自身體質和病因來選擇藥材。

陷阱二：補充雄激素效果更好

例如有一個男性，被檢查出體內的雄激素含量極高，而按這種激素水準，他不可能出現陽痿的情況。原來幾天前，他經人推薦，服用了“壯陽補藥”。而壯陽藥裏面直接混入了辜酮。

有一些壯陽藥打擦邊球，宣稱“為男人補充雄激素”。其實，盲目補充雄激素對於中老年男性危害極大。體內雄激素水準過高可能損害肝臟，使前列腺長時間充血，不僅加劇前列腺炎，還會增加患前列腺癌的幾率。

有的藥含有的是類雄激素，其分子結構與雄激素相似，可以造成胰島功能惡化、血壓升高等反作用，高血壓、糖尿病病人一旦服用，無異於慢性自殺。

陷阱三：中藥“加料”提高藥效

市面上，許多宣稱“服後立刻改善勃起功能”的中藥其實加了“料”，比如西地那非等西藥成份。有一些藥酒裏甚至直接溶有“威爾剛”藥片。據瞭解，西地那非屬於血管活性成份，可以增進陰莖勃起，服藥後見效較快。

但中西藥混用，非常難把握好用量，難免有藥性相克之憂。尤其是有糖尿病、高血壓、心腦血管疾病的病人，更是不宜盲目飲用所謂的“壯陽酒”。

陷阱四：偷換身份“保健品”變“藥品”

如今，市面上熱賣的“壯陽藥”宣傳有三招。

一是渲染男性“陽痿”患病率極其高，言下之意是不“壯陽”便會落得妻離子散、一輩子抬不起頭的悲慘下場。

專家指出，從理論上推算，陽痿的發病率絕對不可能達到人群的70%，而男科門診中至少有三分之二的病人，其病情和心理因素多少有關。假如人常常受到這種廣告的強烈暗示，不排除“疑似有病”的可能。

第二招是強調西藥有毒副作用，自己是“提取純天然、名貴藥材的精華、依據寶貴古方製成”。

第三招，就是強調療效好。據瞭解，國家尚未批准任何具有壯陽效果的中藥以藥品的身份上市。換言之，“壯陽中藥”沒有取得“藥准字”。它們的真實身份並是屬於“保健品”，不是所宣傳的“藥品”，而根據規定，後者是不能在宣傳詞上提及“療效”的。

所以，大家千萬不要輕易相信江湖郎中的中藥壯陽陷井，必須謹慎！

無須壯陽藥床上一樣也激情

毫無疑問每個男人都會認為自己的“小兄弟”是最重要最寶貴的器官，總是希望在關鍵的時刻，它能神氣十足地大展雄風，讓你盡情享受歡愛，但它有時卻不那麼爭氣，需要它的時候反而“垂頭喪氣”，於是市面上就出現了很多壯陽藥鼓吹可以達到壯陽的效果，讓男人們百戰不殆，比如有什麼威爾剛、壯陽丸、神油等，甚至推出按摩理療，不停地折騰，結果有時候有效，有時卻更糟。

其實，光跟它較勁兒是沒用的，它也冤枉著呢。因為，一次完美的魚水之歡，需要的是一個“團隊工作”，睪丸、前列腺、肝、腎、心臟甚至甲狀腺和肌肉，不論哪個部位出了問題，它的任務都無法圓滿完成。

首先，離“小兄弟”最近的鄰居就是睪丸了，它可是一個名副其實的“寶貝蛋兒”，肩負著兩個重要的使命，一是產生精子，二是產生性慾，雖然它不能直接讓“小兄弟”挺立起來，但沒有它，也就沒“壯陽”這一說。

因此，平時一定要注意對它多加保護，時常檢查一下睪丸，手掌輕握上去，感覺結實光滑而不堅硬，注意有沒有什麼腫塊和疼痛的地方，一旦發現，要及時看醫生。

接下來，是“小兄弟”的另一個鄰居——前列腺，它雖說是個小腺體，正常時僅栗子般大小，但它如果出了問題，麻煩可不小。

他的工作是產生供精子活動的液體，如果前列腺出了問題，精液要麼過稀，要麼過稠，還缺少精子必需的養分，不僅容易使精子失去活力，“性”福也會大打折扣，因為前列腺含很豐富的神經末梢，可以幫

你充分享受歡娛之樂，如果前列腺不幸肥大、充血、發炎，“性”趣也就隨之減少。

睪丸最怕的一是溫度過高，二是久坐不動。

下一個該是腎了，提到它，幾乎所有的人都知道，那話兒的萎靡不振，十之八九與其有關。中醫認為，腎為先天之本，主藏精，腎的精氣盛衰，關係到生殖和生長發育的能力，腎虧，則陽不舉。不過，雖說如此，也不要沒事動不動就“補腎”，盲目或過度地補只會適得其反。

其實，只要注意保持健康的生活習慣，腎就會勤勤懇懇地工作，維持精氣的旺盛充足。

很多人都相信，酒能助性。實際上，雖然飲酒後暫時很興奮，但長期飲酒會導致性功能降低，最主要的是酒精對肝臟的損害，當肝功能受損時，體內的雄激素水準降低，雌激素水準相對升高，隨之而來的是性慾減退，性功能下降，長此以往，“小兄弟”就會苦於有心無力了。

還有，說起心臟和肺，誰都知道健康而正常的心肺功能是生命的根本，但是它們在壯陽這個任務裏扮演著什麼角色呢？當你慾望膨脹時，需要大量的血液湧入其勃起腔的中心動脈中，然後海綿體膨脹。別看這個過程很簡單，它可是需要強有力的心臟、彈性良好的血管和健康的肺來支持，有它們維持正常的血液循環，想要“挺”好，才能有足夠的能量。

甲狀腺，聽起來這個傢伙似乎與“性”無關，而且與“小兄弟”相隔甚遠，但它的健康如果不夠理想，也會影響“小兄弟”的正常發揮。甲狀腺的主要功能是分泌甲狀腺素，如果出了問題，導致甲狀腺素分泌過多或過少，都會直接影響你的性慾。甲亢的病人出現陽痿的並不少見，而甲狀腺功能減低時，也一樣會引起性慾減退，甚至痿而不舉。

最後，還得提一提肌肉。肌肉不僅令男人看起來更性感，而且有助於享受“性”福。其中腹肌、背肌和腰肌發揮著不可或缺的作用，能使你在重要時刻更加靈活有力，而骨盆肌和括約肌能更好地控制陰莖，延遲射精時間。在激烈的歡愛後，有人常會感到腰酸背痛，這並不全是腎虛的信號，往往是因為腰背肌肉不夠強健，不能很好地勝任“大運動量”的工作而已。

多吃維生素讓你性趣倍增

維生素有調節性腺和延長精子壽命的作用。它能改善血液循環，可以提高毛細血管尤其是生殖器部位毛細血管的運動性，可提高性慾、增加精子的生成。

有一些維生素對增強你的“性趣”大有幫助。如果你感到“性趣”下降，不妨試試補充以下這些維生素：

維生素A的主要功能是促進蛋白質的合成。維生素A缺乏時可以影響睪丸組織產生精母細胞，輸精管上皮變性，睪丸重量下降，精囊變小，前列腺角質化。卵巢缺乏維生素A，則影響雌激素的正常分泌。

維生素C的作用是降低精子的凝集力，有利於精液液化。精子性細胞中遺傳基因DNA通過維生素C的抗氧化功能得到保護，如果遺傳基因被破壞，可導致精子受精能力減弱以致不育。

維生素E有調節性腺和延長精子壽命的作用。維生素E能改善血液循環，可以提高毛細血管尤其是生殖器部位毛細血管的運動性，可提高性慾、增加精子的生成。

維生素B12的生理活性在很大程度上取決於鈷。鈷能夠減少組織的耗氧量，從而提高對缺氧的耐受性，促進機體組織在缺氧環境中的活力，長期堅持素食者會因缺乏維生素B12，精液中精子的濃度比其他入明顯低，精液產生量也較其他人少，影響正常的性功能。

男士們莫盲目食用壯陽藥

我們姑且不論醫學專家在男性性功能這個領域所耗費的心血是多麼的龐大，光是由性功能障礙治療藥物所占的上百億美金市場淨值就可看出「行不行」的問題真是大大地考驗的男人的體力和智慧。可惜的是，一般人缺乏正確性知識，總是避諱求醫。再加上第四台、小廣告的色情錄影帶和壯陽藥廣告大型其道，真的讓很多男生對自己越來越沒信心。

因此專家建議，認為自己不如人、有問題的男性，必須建立下列正確觀念：

1. 性功能障礙≠性無能。
2. 性功能障礙治療藥物≠壯陽藥。
3. 只有讓身體健康，才能真正保持最佳狀態。

春藥和壯陽藥只是噱頭，對性能力一點幫助都沒有。真的想要強化男性魅力，一定要從健康的體魄做起。因此有心體貼另一半的新好男人，請先向泌尿科或心理醫師請教，同時調整個人生活起居，培養愉快心情，如此才能與你的她夜夜春宵，共用魚水之歡。

壯陽藥不能維持性福

很多男士朋友因為覺得自己挺的不夠久，就會想依靠藥物如壯陽藥來維持自己和妻子的性福。但是，盲目的使用壯陽藥是不可取的，不一定能正真帶來性福。

案例：

王先生，43歲，某房產公司業務經理，日工作量12小時，工作強度較大，一直以來身體狀況不錯。近兩年，他發現與妻子的性生活品質越來越差，開始以為是年紀大了體能變差，就嘗試“極品壯陽藥”，效果也不好。後到旗醫院進行檢查，才發現是自己得了性功能障礙。

案例解析：

性功能障礙不僅使男性信心喪失，還危及和諧家庭。性功能障礙對男性心理的傷害較其他男性疾病更大，造成家庭破裂的一半原因來自夫妻性生活不和諧。

此外，心血管疾病，糖尿病，前列腺疾病，內分泌疾病，以及精神方面的疾病和不良生活方式等都會引發男性性功能障礙。

醫生手記：

正確的認識和及時、規範治療是治癒性功能障礙的關鍵。在男科病患者中，除了極個別先天性的性功能障礙較難治癒外，其餘經過專業系統的治療都有痊癒的希望。

有些男性患者往往病急亂投醫，本來是男性平常的生殖系統疾病，由於不敢到正規醫院就診，就找一些私人診所和江湖遊醫，不但花了冤

枉錢，還延誤了病情。

因此，醫生提醒廣大患者一定要到正規專業的醫院就醫，以便因病施治，科學診療，儘早康復。

警惕！威爾剛也可毀性

據世界醫學組織公佈的資料得出，有絕大多數中年男人的性生活要靠威爾剛保持性能量從而達到性滿足，但是威爾剛並不是萬能的，小心威爾剛的副作用會讓男人變“萎”哥！

威爾剛，其神奇的功效確實讓眾多男性愛好者為之神往，開始，威爾剛一半是有天使的吸引力，一半是確能像魔鬼一樣把人帶進“地獄”的邊緣。可以這麼說既是救世金丹，更是害人禍水。所以奉勸男人，尤其是年輕而富有旺盛精力的男人，為了自己和家庭的和諧以及社會的未來，請不要僅僅為了娛樂而盲目的使用威爾剛來助性！

醫學專家一致認為，威爾剛為一些陽痿患者確實是帶來了“性”福，提高了他們性生活的品質。

但是，使用者都是有勃起功能障礙的患者嗎？答案當然是否定的，事實上，在現實生活中有大批正常男性，尤其是一些年輕人一時的“性”起，正在以娛樂的心態嘗試著使用它。但是，須不知這種嘗試會埋下很多負面隱患。有些已經凸顯，有些卻並沒有引起人們注意。現在，我們不妨來細數一下威爾剛所犯下的罪狀。

第1大罪狀：威爾剛使男人做愛程式化，影響夫妻關係

威爾剛的“速效”功用使人們在性生活中缺乏溝通和理解，性交更像是一種另行公事般的程式化“衝動行為”，而並非情感交流和滿足下誕生的產物。

性行為中如有威爾剛這種興奮劑的參與，就會變得像十幾歲精力旺盛的少年追求的那樣“速戰速決”，從而將性交轉變為一種純粹的生理運

動，人們根本來不及體驗其中的愉悅和韻味。長此以往，勢必會影響情感交流和夫妻關係，從而導致性生活大打折扣。

第2大罪狀：威爾剛給部分女性帶來毀滅性的災難

服用威爾剛的同時，男人以自我為中心，全然不顧忌女性的感受。不僅中老年婦女難以適應丈夫的生理需求，甚至許多其他年齡段的婦女也不喜歡對方被化學作用刺激下誘發的亢奮。

其實性生活並非時間越長越好，男人和女人對性有著本質上不同的反應。威爾剛的出現卻要試圖消除這種差異，這實屬違背了人生理上的自然規律，同時這對一部分女人而言無疑是場災難。

印第安那州性別和生殖研究所前所長約翰·班克羅福特說：“許多女人坦承，她們從未得到過男人想像中的那種刺激和快感，更多的時候是在屢受煎熬。”

第3大罪狀：威爾剛讓大批男人有了依賴性

前期使用的時候大部分廣大受用者可能是生理上的依賴，接下來由於生理上覺得感覺很好，慢慢轉變成為心理上的依賴，從而導致一種惡性循環。

尤其是那些本來就沒有什麼問題而偏要以它娛樂助性的男人，多次使用後如不再使用，本來沒有問題的器官可能會出現問題。不用就會失去信心，就會懷疑效果和結果會不會打上折扣，心理上便會越來越對威爾剛有所依賴性。

輝瑞公司堅決不承認威爾剛會使人產生藥物依賴，但一名發言人坦承，現階段還並不清楚它的長期效應到底如何。

第4大罪狀：威爾剛加快性病傳播

威爾剛使大批年輕人沉醉於情色無法自拔。他們從正常管道那裏得不到更多的性滿足，便會出入各種娛樂色情場所，與性工作者進行赤裸裸的性交易，使感染和再傳播性病的機率大大增加。

第5大罪狀：威爾剛導致愛滋病感染者上升

據報導，在美國老年愛滋病患者人數呈上升趨勢，一個最為重要原因就是濫用威爾剛。有權威人士提議應當在威爾剛的包裝盒上加印有關“安全性行為”的警示，生產商輝瑞制藥有限公司對此一直予以拒絕。

第6大罪狀：威爾剛使犯罪率上升

威爾剛的使用加劇了社會不安定因素，使違法犯罪案件明顯增加。尤其是涉性及性暴力類案件。曾經轟動一時的英國沙夫茨伯裏伯爵被謀殺並拋屍荒野一案，以血淋淋的事實呈現了一個66歲的貴族後裔，在威爾剛刺激下如何從一個面慈心善的老人，變成了流連於小酒館的常客，最終讓自己走上一條不歸路。

第7大罪狀：導致離婚率逐年上升

男人服用威爾剛的同時雖然能短暫的帶來一定的快感，讓自己性生活得到滿足。但是久而久之，由於其副作用的影響會帶來性生活新的不和諧，也會使一些人另找發洩管道。這些都會對夫妻感情帶來負面影響。紐約辦理離婚案件的律師拉烏爾·費爾德說，他已經經手100多樁由“威爾剛”引發的離婚案。

情況多數是這樣的：一些手頭寬裕的退休老人（外國的威爾剛並不便宜，一顆就要120美元）服用“威爾剛”後，在妻子那裏無法得到滿足，便去紅燈區召妓，然後染上了可惡的性病，最終導致婚姻破裂。

第8大罪狀：威爾剛影響人類後代

北愛爾蘭貝爾法斯特皇后大學研究人員日聲稱，相關實驗結果初步顯示威爾剛可導致男性生育能力下降。

生育能力下降主要有兩種後果，一是導致正常人無法生育，二是不健康精子即使能夠受精孕育後代，其後代的健康狀況也會受大打折扣。因此，威爾剛嚴重的影響了後代健康，影響下一代整體素質，將對未來的家庭、社會和國家帶來不可磨滅的影響。

警惕！溫腎壯陽藥也可傷身

不少男士，對於勃起功能障礙（ED），“猶抱琵琶半遮面”，想治療又不願去醫院，迷信於這個“鞭”、那個“寶”，面對市場上林林總總的性保健品，許多人進入了一個“陽痿就是腎虛”、盲目選用動物器官和溫腎壯陽藥的誤區，在此再次重申，大家不要迷信動物器官，注意溫腎壯陽藥的副作用。

最近一個時期，有許多患者抱怨訴說他們罹病之苦和長期服用溫腎壯陽藥時遇到的煩惱，影響正常的工作和生活。有的經常使用性藥，導致了男性前列腺過度充血，會陰部、精索、睪丸墜脹不適。

由於傳統習慣的影響，男子一旦得了ED，就被認為是“腎虛”，加之有些宣傳，過分誇大溫腎壯陽藥的作用，導致不少患者濫用“壯陽”藥，認為繁殖力強的動物如蠶蛾、麻雀等是強性動物，某些動物的陽具，如牛鞭、狗鞭、海狗腎能益腎通陽，刺激性慾，更有人把梅花鹿、牛的陽具割下來，風乾後高價出售。

不久前，有關專家對市場上所售的治療ED的60餘種中成藥進行了調研後發現，90%以上是同一類藥，如“××寶”、“××丹”、“××鞭”等皆以溫腎壯陽為主。儘管名稱不一，但組成亦大多是鹿茸、鹿鞭、海馬、淫羊藿、陽起石……之類，並冠以純天然之品，長期服用無任何毒副作用等字眼，其帶來的危害不能不引起醫學工作者的重視。

有的患者盲目效法，濫用壯陽藥，甚至症狀加劇，這是為什麼呢？

腎陽虛並非ED的主要病機。補腎藥主要是靠提高性激素水準而取效，而目前真正由於荷爾蒙減少腎虛證表現的患者，臨床已相當少見。

因此，發生ED首先當究其根源，找醫生明確診斷後，再選用適用的治療方法。

當你走進琳琅滿目的性用品商店時，請務必保持清醒的頭腦，需要使用時，也務必要在醫生的指導下審慎而行。千萬不要迷信動物器官，小心溫腎壯陽藥所帶來的副作用。

5種食物可以壯陽絕不可信

男人性能力的高低是男人成功的象徵，男人如何在性生活中如魚得水，如何提高性能力，一展男人雄風？很多男性朋友都選擇食物療法，為什麼呢？是藥三分毒，聰明的男人也不願意採用壯陽藥來讓自己雄起。除非情到濃時，或者年輕人想嘗試一下新鮮感。像威爾剛、男寶、右歸丸、益腎靈顆粒（膠囊）等都是含有性激素的藥品，一定情況下會引起男性內分泌紊亂，重則加重性功能障礙。

但是，對於現在說的壯陽食物是否真的有效呢？會不會是騙人的呢？有些壯陽食物確實存在“騙人”的成分。

據有關科學家研究發現，現在認為是壯陽食物的食物並不是全部都有壯陽的效果，通過實驗證明有些常見的食物效果值得懷疑。通過科學的研究表明有五類壯陽食物，其實沒有壯陽的功效，人們對這些食物的壯陽作用存在著誤解。

誤解一：香料提神助興。

源自亞洲的很多香料被人認為可以挑起性慾。然而芝加哥香氣與味道療法研究基金會博士艾倫荷西指出，測量顯示，使用香料後，陰莖與陰道的充血程度並無太大變化。

誤解二：辣椒以形補形。

印度、南美洲很多人認為，辣椒外觀類似男性生殖器，味道辛辣刺激，正像如火的愛情。實際上，辣椒所含的物質只有抗氧化、促進新陳代謝、止疼的作用，跟壯陽完全無關。

誤解三：松露是“愛之味”。

古希臘人和羅馬人深信松露具有壯陽作用，這種看法影響了很多現代歐洲人。然而據美國聞名松露研究專家詹姆斯特雷普介紹，松露含有的麝香味只能促使豬發情，沒有證據表明對人有效。

誤解四：巧克力提“性”趣。

也許是情人節的關係，人們習慣把巧克力與愛情聯繫在一起。但研究中，巧克力的主要成分是可可，能抗氧化，降血壓，但絕不可能讓人一夜神勇。

誤解五：牡蠣是催情劑。

牡蠣是歐美人崇尚的催情美食，調查顯示，25%的人認為它有催情作用，從心理角度來說，可能刺激男性性慾。但從營養角度來說，牡蠣中含有大量礦物質以及微量元素鋅，只能幫助提高系統免疫力，提升性慾是絕不可能的。

你知道嗎？缺少維生素B2會影響性慾

你知道嗎？缺少維生素B2會影響性慾。維生素B2又稱核黃素，它是人體細胞中促進氧化還原的主要物質之一，還參與糖、蛋白質、脂肪的代謝，維持人的正常視覺功能。如果維生素B2缺乏，就會影響體內生物氧化，造成代謝障礙，出現口角炎、眼瞼炎、結膜炎、唇舌炎、耳鼻粘膜乾燥、皮膚乾燥脫屑等一系列病症。

控醫學研究發現，維生素B2還與人的性生活品質有關。當人體缺乏維生素B2、尤其是嚴重缺乏時，粘膜細胞就會代謝失調，具體表現為粘膜變薄、微血管破裂、粘膜層損傷，使女性陰道壁乾燥、充血、潰破，直接影響性慾，導致性交疼痛。

因此，日常生活中應注意攝入含維生素B2豐富的食物，如乳製品、動物肝腎、鱈魚、芹菜、紫菜、胡蘿蔔、菇類。情況嚴重者可適量補充維生素B2片，每次服2-10毫克，每日3次。

警惕：五類藥物會影響男性性功能

激素類藥物、利尿類藥物、降壓類藥物、鎮靜類藥物、抗精神病類藥物等，對性功能都會有一定影響。

自古以來，醫學界都在尋找保持“久盛不衰”醫治陽痿等性功能障礙的靈丹妙藥，但始終未能達到理想境地。反倒是在臨床上發現許多可能導致男性性慾低減和性功能障礙的藥物，給患者帶來精神與肉體上的極大痛苦。這就需要人們瞭解相關知識，準確掌握藥性，以免在治病的同時再添病。

根據臨床分析，影響性功能的藥物主要有以下幾類：

一、激素類藥物

雌激素：臨床上常用雌激素類藥物治療良性前列腺增生症。這些患者不僅會發生男性乳房增生、鬍鬚生長減少及減慢，而且還會出現性慾減退、陽痿、射精障礙、精液量減少等明顯的副作用。

腎上腺皮質激素：腎上腺皮質激素如強的松、強的松龍、地塞米松等是臨床應用極廣的藥物。即使在男科學領域也能找到它的用武之地。

比如，可以用來治療具有抗精子抗體的免疫性不育症，以抑制患者的免疫反應，但當每天用藥量達20毫克時，即可出現性功能障礙症狀。

此外，長期服用這類藥物有可能誘發糖尿病、高血壓、肥胖，這些病本身可影響性功能，由這些病帶來的精神抑鬱也能繼發性影響到男性性功能。

辜酮：辜酮曾作為能“返老還童”的性激素而風靡一時，至今仍有些人視之為“仙丹妙藥”，有些陽痿患者打幾針見效後，盲目濫用，結果病情非但不再好轉，反而加重。

這是由於大量外來的辜酮抑制了垂體和辜丸的內分泌功能，使內源性辜酮分泌減少，特別是那些心因性陽痿患者本來就不缺少辜酮，用藥後反而干擾了正常代謝和內分泌功能。因此，除了確實具有明顯內分泌功能障礙者外，一般不要濫用辜酮。

人絨毛膜促性腺激素：有針對性地使用，可治療少精症和男子性功能障礙，但一定要明確診斷確屬適應症才能應用。

利尿藥安體舒通：是一種醛固酮對抗藥，它能抑制辜酮合成酶的活性，使辜酮合成減少，血中水準下降，使22%的男性出現性慾減退，若每日服用量不超過100毫克，對性功能影響較少。

環丙氯地孕酮：用藥期間可導致生殖內分泌軸系紊亂，一周左右即可見性慾減退、陰莖勃起不堅、陽痿等症狀，久用可導致少精子或不育。

二、利尿類藥物

利尿藥使體內鉀丟失，血鉀濃度下降使神經肌肉敏感性降低，血管平滑肌鬆弛，可能導致陰莖勃起減弱。

三、降壓類藥物

降壓藥是影響男性性功能的最常見藥物，服降壓藥的病人可有25%的陽痿，而不服藥的健康人中只有7%的陽痿，同時服降壓藥者中有25%的人出現射精障礙。

四、鎮靜類藥物

大劑量安定直接對大腦邊緣系統有特異作用，直接降低或增強性慾和性功能。安定等有肌肉鬆弛作用，通過脊髓傳出神經可致性慾減退和陽痿。這類藥物還有利眠寧、巴比妥和安眠酮等。

五、抗精神病類藥物

有些藥物使精囊括約肌麻痺、射精能力衰退，有些藥物可導致睾酮水準下降、精子生成障礙。如氯丙嗪、奮乃靜、甲硫達嗪等具有對抗 α 腎上腺素的作用，能抑制陰莖海綿體充血和排精過程使病人發生陽痿和射精困難。其中甲硫達嗪所致性功能障礙的發病率可高達60%，而其他藥物大概在25%左右。

其他類藥物，如抗胃腸痙攣的藥物會降低平滑肌緊張度，使男性勃起不良，性慾減退，出現性抑制。長期服用穀維素，特別是大劑量時容易出現陽痿。洋地黃能降低性慾，造成勃起障礙。

春藥真的可以讓你滿室春光嗎？

春藥雖然不是不可沾染的毒藥，但也不是可以隨便嚼嚼的口香糖。它是一種特殊的藥品，健康人千萬不要被蠱惑。

在《金瓶梅》中，敘述了西門慶向胡僧求“春藥”的故事，西門慶得到春藥後，無論是夫妻行房，還是在外偷情，之前都要服用。

關於“春藥”（古代又稱之為“淫藥”），中國古代房中術一直有這部分內容，泛指能激發和增強性慾的藥物。

這些藥方分為內服和外用，內服的有食物和藥物，多為滋補、強壯之品；外用的有藥液外洗陰部，藥巾外擦陰部和陰道內用藥等，多含有一定程度刺激性的藥物，一般在性興奮後消除。我國傳統中藥中，溫腎壯陽類藥物多半具有助欲功能，但大多勢單力薄。

常見的植物和礦物類藥，如附子、肉桂、淫羊藿、陽起石等；動物類藥有牛鞭、狗鞭、驢腎之類，以及鹿茸、晚蠶蛾、九香蟲、海馬等。因此，古人常以複方進服取效。

近來有人將古人的複方，用現代工藝技術製成，這類藥基本是化學合成藥，大都含有性激素，如丙酸睾酮、甲基睾丸素、苯丙酸諾龍、絨毛膜促性腺激素等，具有催欲作用，且力專效捷。然而，古人言“縱慾催人老”，“房勞促短命”。

如果用藥者不善節制，縱慾房勞，甚至使用春藥來支撐性生活的話，那麼輕則因春藥性多溫燥，使機體遭受難以恢復的損害；重則可引起睾丸萎縮，腦垂體分泌激素失調，造成不良後果。

電影《垂簾聽政》中有這樣一組鏡頭：殺鹿、鋸茸、接鹿血，咸豐皇帝一飲而盡……儘管咸豐皇帝的死因是多方面的，但是他貪慾過度，不適時宜地飲用“得天地之陽最全”的鹿血等不無關係。

清代醫家在《石室秘錄》中有這樣的記載：“人有頭角生瘡，當時即頭重如山，第二日即變青紫，第三日青至身上，即死。此乃毒氣攻心而死也。此病多得之好吃春藥……”

這段話也詳細地描述了春藥可能對人體造成的危害。

假如長期服用春藥，即使停藥，亦往往會出現性功能低下，甚至導致無法恢復的陽痿。

事實上，古代房中術中的這些春藥，大多數功效尚有待驗證。即便有些確有效驗的藥方，自宋代以後，醫家也逐漸認識到不能一味套用，宜辨證論治。對於濫服春藥者，有資料顯示，還可導致以下幾類危害。

虛損性疾病。春藥的直接效應是激發性慾，導致性交過度。而性味燥烈的藥物與過度性交造成精氣大量損傷，是促成虛勞早衰，直至死亡的原因。

外科瘡瘍類疾病。瘡瘍類疾病的發生，也可以是春藥之毒積聚體內，向外發洩，攻擊體表所致。

生殖器官功能減退。春藥的功能是暫時性的，促成的快感不僅提高了性器官的興奮度，而且使性器官始終陷於一種不能及時得到恢復的疲勞狀態，最終釀成更嚴重的衰退。

對後代的遺患

濫服“春藥”助興的夫妻，其孕育的胎兒先天不足或畸型的可能性較大。可見，春藥雖然不是不可沾染的毒藥，但也絕不是可以隨便嚼嚼的口香糖。它是一種特殊的藥品，健康人千萬不要被蠱惑。確有性功能障礙者，也應在專科醫生的指導下合理地使用，切不可貪圖一時之歡而隨意服用。

至於古代色情小說中的春藥，如《飛燕外傳》中的“春恤膠”、《金瓶梅》中的胡僧藥丸等，當屬小說家之言，不可信。

男人：別讓藥物對你嬌嫩的精子施暴

據最新醫學研究發現，有10%-30%不育症是藥物所致，下面特意收集一些會導致不孕不育的藥物：

泰爾登、利眠寧、阿托品等常用可致陽痿。

四環素、新生黴素、呋喃類藥物等，對性腺有毒害作用。

鹽酸阿米替林、鹽酸氟苯氧丙胺等抗抑鬱藥，對男女性慾均有損害。

甲氰咪呱、泰胃美等抗潰瘍藥，會抑制男性和女性性慾，可致男女性冷淡和男性陽痿。

環磷醯胺、甲氨喋呤、秋水仙碱等可致精液減少、缺乏、精子活力降低、睪丸萎縮等，女性可致月經失調、不排卵、閉經等。

安體舒通、甲狀腺製劑等可致性慾減退，月經不調、排卵障礙及內分泌異常等。

紅黴素、螺旋黴素、麥迪黴素等大環內脂類抗生素，會使睪丸細胞的有機分裂頻率減少，精子被殺傷、殺死，存活的精子活力明顯減弱。

大量使用慶大黴素可使男子精細胞有絲分裂受阻，生精細胞內的DNA濃度降低，致使生精停止。

幾十種安眠藥都抑制性慾，甚至使性慾喪失，並可使男子睪丸酮生成減少，陰莖勃起困難，不射精及女性月經紊亂或閉經。

複方降壓片、利血平、甲基多巴、降壓靈等降壓藥可影響勃起功能，引起性慾下降、陽痿、不射精、月經不調。

酒精會使血中睪丸酮的水準下降，並能使卵子、精子損傷、畸形、減少、發育不良、活動能力減弱。長期飲酒還可致陽痿、不射精等。所以，經常服用藥酒可致不育症。

男人必吃的壯陽肉

男人一向是是好肉動物，壯陽當然少不了肉了。下面為你推薦男人不可不吃的壯陽肉！營養又保健，值得一吃哦！

泥鰍

泥鰍含優質蛋白質、鈣、維生素B1、煙酸、脂肪、磷、鐵、維生素A等。

其味甘，性平，有補中益氣、養腎生精功效。對調節性功能有較好的作用。泥鰍中含一種特殊蛋白質，有促進精子形成作用。成年男子常食泥鰍可滋補強身。

驢肉

俗話說：“天上的鵝肉，地上的驢肉。”驢肉味道鮮美，是一種高蛋白、低脂肪、低膽固醇肉類。

中醫認為，驢肉性味甘涼，有補氣養血、滋陰壯陽、安神去煩功效。

驢腎，味甘性溫，有益腎壯陽、強筋壯骨功效。可治療陽痿不舉、腰膝酸軟等症。

蛇肉

近幾年來，食蛇肉已成為一種時尚。當兩條蛇交尾時，會持續很長一段時間（蝮蛇可達6-24小時），食蛇肉能有效地使性生活的時間延長。

鴿肉

白鴿的繁殖力很強，性慾極強，雌雄交配很頻密，這是由於白鴿的性激素分泌特別旺盛引起，所以人們把白鴿作為扶助陽氣強身妙品，認為它具有補益腎氣、強壯性機能的作用。

白鴿蛋的功效更勝於白鴿肉，據測定白鴿蛋和白鴿肉一樣，含有很多的蛋白質、維生素和鐵等成分，它的營養價值很高。以下食療方對強精補腎有較好的效果。

鵪鶉

鵪鶉俗話說“要吃飛禽，還數鵪鶉”。鵪鶉肉嫩味香，香而不膩，一向被列為野禽上品。鵪鶉肉不僅味鮮美、營養豐富，還含有多種無機鹽、卵磷脂、激素和多種人體必需氨基酸。

鵪鶉的肉和蛋，是非常不錯的補品，有補益強壯作用。醫學認為，鵪鶉肉可“補五臟，益精血，溫腎助陽”男子經常食用鵪鶉可增強性功能並增氣力、壯筋骨。

壯陽不要只壯“小弟弟”

前列腺、胰腺、甲狀腺、肌肉、神經、睪丸，不管是哪個環節出了問題，都會讓你的“小士兵”遭受到意外的傷害，戰鬥值急速下降。

就像沒有一個女人會嫌自己瘦一樣，沒有一個男人會嫌自己那話兒壯。只是胖的女人可以靠美貌贏得天下，那話兒“不行”的男人，卻只能低下高昂的頭，永遠活在不能盡人事的懊惱中無法自拔。

於是，通過壯陽——讓自己那話兒茁壯成長、雄風日盛，就成了很多男人窮極一生上下而求索的不懈追求。

他們偷偷吃人參、鹿茸、鹿鞭、生蠔、威爾剛，甚至雄激素，他們做按摩、玩指壓、做壯陽操，無所不用其極。如果有魔鬼答應給你一個“永遠不會老、每天都可以衝鋒陷陣”的“小士兵”的話，不知有多少男人願意傾其所有，因為他們都相信，只要“餵”飽了這個“小士兵”，他一定會在每次需要的時候為你身先士卒。

可是，很多時候他們發現，自己呵護備至的“小士兵”似乎並沒有那麼聽話，當你需要它大展雄風的時候，它的表現卻對不起你的付出。問題到底出在哪裡？當你盡情享受魚水之歡時，那種心跳加速、天崩地裂的酣暢，最讓人著迷。可是當你把持那話兒“東徵西伐”的時候，請暫時停下腳步，想想你的心臟能否承受這個負擔——做愛導致的血壓上升會導致心臟病人發生心肌梗塞。雖然“花下做鬼也風流”，可是因中了“馬上風”的招而“壯志未酬身先死”，那也太冤了吧！

當你不幸與腎虛相遇，不斷遭到腰膝酸軟、神疲乏力、夜寐不安的輪番襲擊時，再強壯的那話兒，也只有躲在一旁徒歎奈何的份兒，因為陽痿、早洩、性功能障礙的根源在腎而不是那話兒。

當你一頓豪飲或高脂食物超標而讓肝臟難堪重負的時候，縱然雄心萬丈，也只能陷入抑制狀態的精神，因為肝臟繳械投降，會讓你在春色誘惑前草草繳槍。

還有，前列腺、胰腺、甲狀腺、肌肉、神經、睪丸，不管是哪個環節出了問題，都會讓你的“小士兵”遭受到意外的傷害，戰鬥值急速下降。到這個時候，你才恍然大悟：原來，壯陽，也是“牽一髮而動全身”的事情啊！

“小士兵”雄赳赳氣昂昂放膽往前沖的時候，沒有一個健壯的心臟迅速及時地把它所需要的充滿新鮮氧氣的血液輸送過去，“小士兵”可是會抗議的；多災多難的肝臟無法分解正常的雄性激素，在如花美眷面前你可能興致全無，即使那話兒再陽剛，又有何用。

擔負著藏精重責的腎臟，一旦與“虧”字聯繫到一起，那恐怕只有讓你肝腸寸斷的份了，“小士兵”無論怎樣“自救”，對你來說都像鏡中之花一樣虛無；雖然很少有人知道甲狀腺、前列腺、胰腺的樣子，但是不好好對待它們，當“小士兵”在你愛人面前“耀武揚威”的時候，它們可會隨時扯你的後腿，讓你在陽痿面前功虧一簣；即使你那話兒很壯，但沒有充沛的體力怎麼行，這就需要健壯的肌肉來做保證了；如果萬分不幸地你的寶貝蛋蛋出了問題，連男人都做不成了，何談壯陽？

所以，勸你一句，要想盡情享受身為男人的幸福與激情，在呵護你的“小士兵”的時候，別忘了關心一下“小士兵”背後的眾家兄弟啊，它們才是“小士兵”最忠實、最有力的後盾。

怎樣正確吃壯陽藥

在很多人看來，各種各樣的壯陽藥是雄風不振男性的救命稻草，只要遵醫囑，必能藥到病除。不過，據報導指出，性學專家估計，有三成ED（勃起功能障礙）男性需在服用藥物的同時，加服抗氧化劑，才能獲得更多的“性福”。

西班牙馬德里性科學研究院院長特加達教授受新加坡男性養生研究會邀請，到該國做研究時指出，以糖尿病、高血壓和高脂血症患者為代表的一類男性，體內往往存留過量自由基。

它們會在人體內進行破壞，小則破壞某個器官的細胞和組織，大則侵入人體的去氧核糖核酸，引發疾病，導致氧化疲勞。並且這種過量自由基可能削弱患者所服壯陽食物和藥物的功效，導致服藥後仍然難以獲得滿意的勃起。

特加達教授說：“目前市面上並沒有很好的抗氧化藥物，人們如今仍主要靠服用大量的維生素C和維生素E來抵消氧化疲勞，但我認為單靠服用這兩種藥物還是不夠的。”他希望，配合運動，再加上一種更安全、有效的抗氧化藥物，能幫助此類男性徹底擺脫性障礙問題。

特加達教授目前正在研究綜合療法，希望通過合併服用壯陽藥和抗氧化藥物的方法，來解決此類患者的性問題。不過，這個新療法的臨床研究估計要7-10年完成。

壯陽藥其實並不是好東西

性保健店壯陽藥一般都是強力壯陽型的，藥效非常霸道，即壯陽又催情。有時候為了縮短起效時間，還會加入西藥成份。

而這類所謂的壯陽藥，基本都是食或健字型大小，並不是藥准字型大小。並不是規範的藥品。

這些藥由於壯陽過於霸道，會損傷腎陰，久傷腎陰，津液虧損到一定程度，就算再吃壯陽藥也沒有用了這是其一。其二是會產生依賴性，會產生無藥不舉的心理問題。第三，由於不是藥准字，所經過的審核也不如藥品嚴格，其中有沒有違規成份，你並不知道。

少吃為妙，如果覺得自己不行，建議找個老中醫幫你號個脈，分清楚是腎陰虛，腎陽虛，腎氣虛或者陰陽雙虛等，再對症下藥。

小心壯陽藥讓你更軟弱

小心壯陽藥讓你更軟弱

私用壯陽藥與己不利，醫生判定為陽痿、早洩等ED者才有服用的必要。還得遵醫囑，根據自身病史。尤其心腦血管疾病患者，某些品牌壯陽藥成分可能與治療用藥相互作用，危害人體。

調查資料顯示：40歲以上的男性人群中，患有不同程度的男性勃起功能障礙症，而到醫院就醫的不超過10%。許多人摸不開面子諱疾忌醫，寧願四處找“偏方”，更把壯陽藥當成重振雄風的法寶。

如身體確實有“不舉”問題，被醫師診斷為陽痿或早洩等勃起問題的人，吃壯陽藥是必要的。但既然是藥，就有個適應症的問題。自行購藥，把握不準自己身體狀況，可能反受其害。

吃藥——有ED的人

“勃起時間不是太長，吃點威爾剛”？其實，服用威爾剛不能引發性慾，也不能使正常人出現勃起時間延長、勃起加堅挺等超常現象。它僅能在性慾衝動出現之後，幫助有ED（勃起功能障礙）問題的男性恢復正常。如果正常人把威爾剛當春藥吃，首先可能誘發陰莖異常勃起，甚至引發嚴重的陰莖炎。

要需要者吃壯陽藥是為了性能力達到正常點，不是“火越燒越旺”才好。

選藥——瞭解身體狀況

合格的壯陽藥本身沒有問題，而服用卻應該先瞭解自身身體狀況，看引發陽痿的原因是什麼，在醫師的指導下選擇合適的“威爾剛”。

比如病人脈搏紊亂、心力不展，用藥則需要請心血管醫生鑒，還要結合基礎病的治療。像含有西地那非成分的壯陽藥，在服用時禁忌與硝酸脂類的冠心病藥同時服用，不然會高危險。

中藥壯陽藥——不是絕對地“更好”

市面上打著“純中藥”的壯陽藥更能捕獲人心。如果確實屬於“純中藥”，它的化學毒性更弱，是用藥的好選擇。但其實不少中藥壯陽藥含中成藥成分，是有使用禁忌的，要根據自身疾病背景進行選擇。

況且，壯陽藥物市場混亂的情況下，有些產品打著純中藥旗號，其實添加了西藥。像在新加坡和中國香港檢查出有問題的“動力一號核桃素片”，就是聲稱為純中草藥，實則含有大劑量西藥處方藥，以至危害服用者生命。

作用全面更加可疑

另外，壯陽補腎的保健食品或中藥的作用往往比較緩慢，如果這個中藥產品打著“速效補腎，20分鐘內見效”之類，或說明書吹得天花亂墜，增大，增粗，延時，防陽痿早洩，無所不能的藥品也值得懷疑。

還有一個判定方法：壯陽補腎的保健藥品或中藥的作用往往比較緩慢，如果你服用後立即有“反應”，則高度懷疑添加了西藥或中成藥。

性無能是可以治療的

你能想像一個堂堂大醫師，當著所有人的面顯現自己那根又直又硬的寶貝嗎？這件事真的發生了，而且還成為男性醫學發展史的重要里程碑！

1983年，57歲英國醫師Giles Brindley在賭城拉斯維加斯的醫學會中，當眾脫褲子展示陰莖注射藥物治療性功能障礙的功效。Brindley之所以這麼作，是為了證明性無能是可以治療的，而結果也真的讓全世界大吃一驚。

Brindley在1982年就開始實驗，將降血壓藥物注射到陰莖上，可以讓其挺立數小時。

1985年，紐約大學教授Adrian Zorgniotti也利用降血壓藥物混合注射治療法，達到同樣的效用，同時也減低陰莖挺立過久的副作用。在這兩個著名的研究成果發表之後，世界各地的泌尿科專家就開始忙著找出更多更有效的性功能障礙治療藥物。

第一個治療性功能障礙的口服藥已經在1998年上市。

小心你吃的就是偽劣壯陽藥！

小心你吃的就是偽劣壯陽藥！

性用品是一種特殊的商品。性用品較為普遍地出現，本來是件好事，它反映了一個民族觀念的進步。但如果不加規範地任其蔓延、氾濫，勢必對社會造成極大的危害。

日前，一起壯陽藥致人陽痿事件震驚了性保健品市場！

被網站大肆宣傳、熱賣的壯陽藥“美國VP-RX男性強效陰莖增大膠囊”經查它是沒有任何批准文號和銷售許可。更為嚴重的是，長期服用該藥有嚴重的副作用，曾經有網友服用後導致陽萎的現象。

編者網上看到了VP-RX膠囊的廣告，廣告中宣稱是“高科技保健品”，具有“純天然性、高效性，無副作用，每瓶都經過生產廠家嚴格的核對總和測試”。

但是，偏偏就是這個“無副作用”的產品卻給服用者帶來了身體上的巨大摧殘。

就在這起案件鬧的沸沸揚揚之時，該產品在網上的銷售非但沒有停止，反而登上了銷售排行榜首位！

名目繁多，眼花繚亂

近年來，在中國北京專營成人性保健品的商店越來越多，掛有“成人保健”、“男女保健”招牌的店鋪隨處可見。

不僅店鋪越開越多，性保健品種也越來越豐富，經營的種類涉及避孕藥具及妊娠試紙、男女交歡延時助性品、滋陰壯陽保健品、男女健慰

品及理療器、潤滑劑、消毒劑和功能藥品、豐乳瘦身等七大類幾百個品種。

隨意走進一家性保健品小店，貨架上花花綠綠的包裝就會讓人眼花繚亂——什麼“金槍不倒”、“神油”之類的商品多達幾百種。有的冠以“宮廷秘方”、“神奇藥物”，有的吹噓為“某某權威機構推薦”。僅以“萬艾可”為噱頭的相似產品如“威哥王”、“為哥”、“美國威爾剛”等藍色小藥丸就占了整整一層貨架，還有一些像“夢幻芳草園”、“泰粉膠囊”、“一滴鍾情”、“夏奇如意調情套裝”等通過名字無法知其內容的產品。

在網路商店中，此類商品更有大行其道之勢，產品描述也更為露骨得多。由於網路獨有的隱蔽性讓很多消費者的“面子”得到了保護，所以網上銷路十分看好，大有後來者居上的架勢。

差價懸殊，利潤驚人

此類商品在價格方面也相當混亂，從幾十元到幾千元不等，有的甚至更貴。像自稱是國外進口的“VIMAX增大週期裝”標價是888元，“VP-RX強效陰莖增大膠囊”售價高達1480元，而具有同樣功效的國產北極狼濃縮片卻僅售78元。

不僅如此，即使同一商品，在不同的小店，售價也相差甚多，如國產的“猛男”男用延時神油，同一規格的，有的店賣價為200多元，有的店卻僅為60多元。（以上說的是人民幣唷）

不禁疑問：這類產品到底值多少錢？利潤到底有多大呢？

自己沒有亂搞，為什麼還會得性病呢？

自己從來沒有在外面“亂搞”，怎麼會得性病呢？

這幾天，葉先生的生殖器越來越紅腫、發癢，尿道口還有黏性分泌物，並起了兩個水皰，自然而然地想到自己可能得了性病。

但到醫院做了尿道分泌物化驗後，並沒有發現性病的病原體，再加上葉先生一直否認自己有不潔性交史，醫生判斷他得的並不是什麼性病。

醫生又追問葉先生最近服用了什麼藥物，葉先生回想起，他一直在用複方新諾明。這下醫生基本弄清楚了，葉先生的“性病”就是此藥引起的。醫生讓葉先生立刻停止服藥，一周後，葉先生的“性病”不治自癒。

複方新諾明屬磺胺類，是人工合成的抗菌藥物。磺胺類藥物副作用很多，其中皮膚黏膜症狀較為常見，如表現在生殖器上，患者就會懷疑是不是性病的表現。有些到皮膚科就診的“性病”患者，往往是因磺胺類藥物不良反應所致，而不是得了性病。

這類患者如果剛剛發現症狀，且沒有出現生殖器潰爛等表現時，一般不需要進行任何治療，停藥一周後就可自愈，不會留下後遺症。但是患者以後不能再用這類藥物，否則仍會出現同樣症狀，可改換其他療效相似的藥物。

性病一般是因性行為傳播的，醫院皮膚科醫師表示，在其20年的工作經歷中，只碰到過一位患者，沒有不潔性生活而感染性病。因此，只

要沒有“亂搞”，基本上不會得性病。如果“無緣無故”出現了性病症狀，應該先想想是否最近服用了什麼藥物，在就診時要把自己的用藥情況告訴醫生，因為有可能是所服藥物引起了“性病”的症狀。

男人應該怎樣提升性慾呢

男人應該怎樣提升性慾呢？

對性能力的關注是不分國界、不分年齡的。自古以來，男人就把性當作是一種自我能力、成就的表徵。

從小開始，男孩們便被培養出這樣的概念：如果一個男人在性上失敗、不能吸引並獲得女人，就會被看作是徹底的失敗者。

而為了讓自己在性方面永葆青春，男人們可謂費盡心思。讓我們為你們講述各國男性獲得完美性愛的“秘訣”。

吃羊肉壯陽補氣，滿大街都賣威爾剛

阿拉伯人最重性愛品質

過去，曾聽人說阿拉伯人在房事中個個“猛如虎”，但不以為意。然而，到埃及生活了一段時間後才發現，他們的性能力真是“驚為天人”。

自古以來，阿拉伯人都性慾很強，且以此為榮。記者去過很多阿拉伯國家，發現當地人並不避諱談論自己的婚姻及性生活。無論小夥子還是中年人，都會直言不諱地自誇能與妻子“夜夜笙歌”，口氣中充滿了難以抑制的自豪。

曾有人做過統計，阿拉伯男性在20歲到40歲間，一天有5次性生活是普遍現象；到50歲可能降為4次；50歲到60歲，為一天三、四次；60歲以後或許是一天3次左右；即使是80歲老人，每天也有1次以上。

這個統計或許有些誇張，但有一點可以確定，阿拉伯人一旦發現自己“性”致闌珊，或“硬”不起來了，肯定會擔心自己出了問題。

阿拉伯人能如此享受性福，與先天遺傳、後天飲食、自然氣候、民族特性和觀念等都有關係。從飲食結構看，牛羊肉對促進阿拉伯人的性慾可謂功莫大焉。

中國著名醫典《本草綱目》中也說，羊肉能“補虛勞，益氣力，壯陽道，開胃健力”。現代醫學和保健研究則發現，將羊肉煮熟，吃肉喝湯，可治男子五勞七傷及胃虛陽痿等，並有溫中祛寒、溫補氣血、通乳治帶等功效。

中國人都習慣冬季進補羊肉，而阿拉伯人是四季都吃，甚至每天都離不開。正因如此，他們才能身體強壯、性慾旺盛。

此外，阿拉伯人對性愛品質的要求也很高，每一次性生活都希望“盡善盡美”。而有了西地那非等治療勃起功能障礙的現代藥物，更是讓阿拉伯人的性能力如虎添翼。

在開羅大街小巷的藥店，這類藥物賣得很火，消費者中有老年人、中年人，還有不少年輕人。

當地人買這類藥物並非是“那話兒”不行了，而純粹是“精益求精”，為了讓性生活上個層次。“服藥以後，男性的勃起品質會大幅提高，堅挺的時間也會更持久，這都是飲食無法短時間改善的。”

阿拉伯人注重性保健，也為他們享受性福提供了必要條件。當地人上廁所後，幾乎不用手紙擦拭，而是直接用清水沖洗。不管是老百姓家裏，還是公共衛生間，便池附近都能看到一根細長管子，會定向噴出清水來。也正是這個原因，阿拉伯人患痔瘡的非常少，很多人甚至不知道痔瘡為何物。

此外，阿拉伯國家的男孩在成年前都要進行割禮，即割包皮。這保證了清潔衛生。所以，當地人很少因為包皮過長而患生殖系統疾病，也從未聽說有人因這一問題而影響了夫妻生活。

韓國男人睡覺都不忘壯陽

世界上很少有哪個國家的男性，會像韓國男人那樣癡迷於靠飲食保持性能力。只要聽說什麼東西對身體好，即使是睡到半夜三更，也會一躍而起弄來吃。

蛇肉湯、海狗腎、熊膽、人參、覆盆子和各種滋補的中藥材，都是韓國男人養精蓄銳時常提到的食物。韓國男人聚在一起，交流各種壯陽、滋補的方法，也就成了常態。

只可惜韓國男人雖然在保養方面做足功夫，效果卻不理想。據美國輝瑞制藥有限公司2005年10月至2006年3月，對韓國、日本、美國等27個國家1.25萬餘人所做的調查顯示，韓國人每月平均只有4.65次性生活，遠遠低於世界平均水準的6.48次。

此外，只有9%的韓國男人對性生活滿意，在女性中這一比率更是僅有7%，這在所有調查國家中是最低的。據韓國《今日亞洲》網站9月11日援引一份調查報導說，韓國40歲以上的男性中，49.8%的人患有勃起功能障礙。

但隨著西地那非等PDE5抑制劑藥物的問世，有人表示，這使更多韓國男性找到了知音，看到了改善性愛的希望。

有一次，一位韓國朋友去另外一個已經離婚的朋友家做客。席間，兩人多次談及年齡對性生活的影響。

朋友無奈地說：“現在是心有餘而力不足了。”正說著，主人就從抽屜裏拿出兩盒“威爾剛”，讓他帶回去試試。

實際上，自從西地那非上市後，食物補腎的熱度明顯降了溫，它也在一定程度上改變了人們對於性愛的追求。

“以前，我覺得有精力過性生活就是好事，是否能讓妻子滿意則是後話。現在，我明白了性愛是兩個人的事，只有彼此都獲得滿足才算成功。服藥後，妻子明顯更享受其中，對性愛也更有興趣。”

為什麼吃豆腐會傷精子呢？

為什麼吃豆腐會傷精子呢？

愛吃豆腐等大豆製品的男性要當心了。據美國多家媒體近日報導，美國哈佛大學公共衛生學院的一項最新研究再一次明確，如果每天都食用大豆製品，會讓男性的精子數量明顯下降。

豆腐可能導致腎功能衰退

這項研究由哈佛大學公共衛生學院的喬治·查瓦羅博士完成。從2000年到2006年，研究人員跟蹤調查了99名男性。

研究結果令人吃驚：每天都吃大豆製品的男性，其每毫升精液中只有4100萬個精子，明顯低於少吃大豆製品的男性。

據瞭解，每毫升精液中精子數量少於2000萬個就屬於精子濃度過低，容易不育。此外，這一聯繫在肥胖男性身上體現得更為明顯。

查瓦羅認為，大豆製品對男性生殖系統，尤其是精子的生成有不利影響。大豆及其製品中含有豐富的異黃酮類植物雌激素，若攝入過多，自然會影響到男性體內雄性激素的水準，從而導致一系列不良後果。

吃大豆製品過多會影響男性精子數量，常吃大豆製品的男性，發生勃起功能障礙的幾率是不常吃者的3.46倍。

但據英國《衛報》報導，代表英國大豆食品加工業的大豆蛋白協會稱，目前還沒有確鑿的證據表明，大豆對人體健康有害，而且日常生活中的大豆食用量根本不會讓男性出現雌激素增高的危險。

適量吃大豆製品，是避免男性出現健康隱患的最好方法。所謂“適量”，是指一周吃3次以下，每次100克左右。

為什麼男性在春季不宜服春藥呢？

為什麼男性在春季不宜服春藥呢？

醫學專家提醒，男性春季保健要堅持平和調理的原則，否則會使身體受到損害。

一般而言，“熱”是壯陽產品的基本特點，其中多含有茸、鞭、雄蠶蛾、肉蓯蓉等各種熱性成份及動物雄性激素，陽虧者冬季適量服用確實會有一定效果。

而春季人體新陳代謝逐步活躍，加上氣候反復無常，會因難以適應而產生各種疾病，故在保健上應該幫到將排、疏與平補結合，而不應繼續攝入熱性之物。

然而，不少廠商無視時序更替，不講利弊、忌宜，依然在大力宣傳壯陽類產品，以期推銷產品，此舉使不少消費者陷入了誤區。

專家說，在春季，如依然像冬天那樣服用壯陽品，不僅會使人體受到內熱與外熱的夾擊，而且會使藥性滯留體內難以排泄，並導致頭暈目眩、心熱胸悶、焦躁不安，有的則會流鼻血。情況嚴重者，還會從根本上傷及機體，並為疾病的產生留下隱患。

因此，依據傳統中醫理論，男性春季保健要堅持平和原則，而枸杞等中藥材，由於藥食同源、性味平和，能激發性激素，平衡內分泌，調節下丘腦，提高免疫力，此類食品能夠在整體上提高男性功能，而且無傷身之害。

威爾剛讓你成為真“萎哥”

威爾剛讓你成為真“萎哥”

男人到了中年大部分要靠威爾剛保持性能量，但是威爾剛並不是萬能的，小心威爾剛的副作用會讓男人變“萎”哥！

威爾剛，一半是天使，一半是魔鬼。既是救世金丹，更是害人禍水。奉勸中國男人，尤其是年輕的中國男人，為了自己和家庭，為了社會和未來，請不要為了娛樂而盲目使用威爾剛！

不可否認，威爾剛為一些陽痿患者帶來了性福，改變了他們的生活。但是，使用者都是有勃起障礙的患者嗎？

當然不是，事實上，有大批正常男性，尤其是一些年輕人正在以娛樂的心態嘗試著使用它。但是，這種嘗試會埋下很多隱患。有些已經凸顯，有些還沒有引起人們注意。

壯陽藥“源遠流長”！

壯陽藥“源遠流長”！

近來在中國各地出現了眾多的“宮庭秘方、皇室補品”。它們的宣傳廣告如水銀潑地、無孔不入，如果你沒有被動地接受過它們的宣傳就簡直是怪事了。

用皇帝“御用”補品來作宣傳最容易收到最大的效果，只要想一下，皇帝後宮佳麗三千，如果沒有“秘方”、“補品”叫皇帝老兒如何消受...

這只是普通人想當然的看法。實際上，中國宮庭歷史中，相信“煉丹術”、“壯陽藥”的皇帝並不多，而許多“煉丹術”“術士”的下場都很可悲。由於道家煉的“外丹”實際上是水銀，它會損害睪丸組織，這只會加重皇帝的性功能損害！他們中的不少人最終多以“迷惑聖上”被大臣上諫，結局往往是身首異處的。而皇帝“寵信方士”也是史家對皇帝的貶評之一。

《趙飛燕外傳》有一段對話，可以很好地說明問題。

譯成白話就是：皇后對飛燕（環肥燕瘦中的燕瘦、據說能在人的掌上起舞）說...皇帝老哥陽痿很久了，吃了很多秘方藥、丹藥都沒有用。但一摸小妹你的香足就衝動、勃起，這是上天給小妹你天大的福氣啊...。

可見，“宮庭秘方”、“皇室補品”還不及趙飛燕的一對纖足！

不用講太多道理，故宮博物院存有完整的清宮皇室醫案。如果真的有“壯陽”“國粹”藥，它早就為我國創造大量的外匯了。那裏輪得到“威爾

剛”來賺中國人的錢！現在仍然有一些中國人相信“壯陽”藥的奇效，難道，這些人不應該好好地思考一下嗎？

因為歷史的原因，中國人的性知識是較為缺乏的，再加上現代人生活節奏緊張、而對性生活品質的要求又有了提高，許多人在性生活中感到力不從心、體驗不到滿意的性生活感受，這是事實。

這就要求人們學習正確的性知識、性保健原則、性生活技巧方法。但這絕不是“腎陰虛”、“腎陽虛”，而“壯陽”、“補腎”也不是治療性功能障礙的正確方法。

“腎虛”是中國人特有的概念。學過中醫的人都知道，“腎虛”的範圍是如此廣泛，幾乎所有身體機能下降的情況都可以稱之為“腎虛”。這種過於籠統的名稱對人們認清事物的本質並無幫助。任何人都知道，要治療疾病，必須找出病因才能進行治療。簡單地作出“腎虛”的診斷就近於欺騙！

中醫是中華民族的寶貴遺產。但由於時代的局限性，中醫也有它本身的缺陷。我們要在前人的基礎上不斷發展、完善中醫，這才是科學正確的態度。

世界衛生組織（WHO）將“腎虛”定為“民族概念病”範疇，現代醫學、世界上其他民族是沒有“腎虛”的概念的。

換句話說，即使在中國，也是你相信了“腎虛”的概念，你才會有“腎虛”的可能！我想，沒有人願意讓自己不明不白地相信一個“診斷”吧。

要改善性生活品質、改善自己的性能力。唯一的方法是學習正確的性知識、掌握正確的性技巧方法、性生活保健原則。

如果不幸出現了功能性性功能障礙，也必須在治療中樞神經紊亂、內分泌失調的同時通過科學的性行為治療方法作行為治療，重建正常的

性生理反射。這是歐美性醫學研究者經過數十年研究總結的經驗，是經受了歐美數百萬病例驗證的，是科學可靠的功能性性功能障礙治療方法。

每每看到“壯陽藥”的廣告就在腦子出現“騙子”的笑面。今天他們比他們的前輩好多了，起碼他們不用擔心什麼時候腦袋會搬家，而他們的錢袋也裝滿了“冤大頭”的錢，他們活得比他們的前輩開心、快樂得多。大概，沒有人願意當“冤大頭”吧？

隨意濫用“補藥”會導致性慾下降

隨意濫用“補藥”會導致性慾下降，ED患者要有信心到正規醫院向醫生諮詢、看病，不要私自濫用所謂的“補藥”。貪圖見效快、貪便宜的僥倖心理，結果只有一個：被假藥傷害健康，甚至累及生命。

據瞭解，不少宣稱增強性功能、壯陽補腎的產品為了吸引消費者，擅自誇大宣傳，同時利用國人認為中藥溫和沒有副作用的心理，一邊大打純中藥旗號，一邊暗中卻添加西藥成分，以達到宣傳中號稱的“快速見效”。

專家表示，西地那非（昔多芬）、他達那非、伐地那非等都是近年來治療ED藥品市場上的常見西藥，有一定的療效，被不法商家加入所謂的中藥產品中，這些藥品都是處方藥，需要在醫生的嚴格指導下使用。

專家介紹，像西地那非這樣的藥品，在服用時有些禁忌，不能與硝酸脂類治療冠心病藥同時服用，否則會有生命危險，西地那非的副作用包括低血壓、頭痛、嘔吐、暫時性視力模糊等。

不當使用西地那非可對健康構成危險，對有心臟問題人士的影響尤其嚴重。而現在一些中年男士患有高血脂、高血壓而導致ED，在不知病因的情況下私自服用非法摻加西藥的中藥壯陽補腎品，更會出現嚴重後果。

對症才能下藥，專家提醒，不少人因被虛假宣傳誤導而誤認為腎虛和ED有關，事實上目前治療ED要根據每個人的具體病因來針對治療，有些心理ED根本就不需要用藥，即便要用藥物的患者，必須經醫生處方後在醫院藥房領取。

ED患者要有信心到正規醫院向醫生諮詢、看病，不要私自濫用所謂的“補藥”。

切忌，切勿亂用性保健品！

切勿亂用性保健品

隨著生活水準的不斷提高，及觀念的更新，性保健品（情趣用品）行業在國內興起，成人用品可以給性健康帶來同正面效果，性保健品要在醫生指導下使用，不可亂用。尤其是夫妻性保健品。

性保健品（情趣用品）在當今思想，顯然是突出了它對恢復性功能和增強夫妻感情和諧起輔助作用的一面；而在西方國家則普遍稱為性玩具，主要是強調它極具娛樂的一面。稱呼上的差異恰恰全面體現了性保健品的特性，正確使用它，可以達到自娛、自慰、自療的作用。

古今中外的性保健器具、藥品所見頗豐，泰國正春、東洋思春、中國猛男等類似的春藥，國際流行過百種之多。

春藥--指性催慾藥物。

使用春藥催慾是為了提高夫妻間的性生活的品質，增強性生活的滿意度，對加深夫妻間的感情起到了積極的作用。對於春藥，應讓其在醫療機構、在專業醫師的指導下，為了保健療疾和提高性生活品質而因需施用。

亂用性保健品會對身體造成嚴重損害，在購買或服用性保健品前，應聽取醫生的意見，確保對症治療且不傷身體。

專家分析：利用“威爾剛”存在的誤區

利用“威爾剛”存在的誤區

勃起功能障礙（以下簡稱ED）是成人男性常見疾病，中老年男性發病率50%，青年男性也有5%-10%。隨著“威爾剛”進入國市內場，為不少患者解除了痛苦，不過在臨床中發現，很多患者在使用藥物中存在著不少誤區。

誤區1：服用“威爾剛”後等待自然勃起

很多人以為，只要服藥就會有勃起，實際上並非如此，服藥後還要有足夠的性刺激，藥物才能發揮功效。不少患者由於不知道“威爾剛”的這一特點，口服藥物後等待勃起，或性生活時間掌握不好影響了療效。

誤區2：服用“威爾剛”時缺乏時間觀念

“威爾剛”和其他藥物一樣，口服後需要30-60分鐘左右的胃腸道吸收時間，療效持續時間4小時以上。最佳性生活時間在服藥後1-4小時，不少患者由於時間掌握不好而影響療效。

誤區3：不瞭解可能發生的副作用

“威爾剛”對周圍血管有輕度血管擴張作用，敏感的病人（占15%左右）可能發生一過性顏面潮紅、輕度頭痛頭暈、鼻塞或胃腸道反應，不會影響性生活，更不影響心血管功能。

如果不瞭解可能發生的副作用，一旦出現輕度副作用，感到緊張或焦慮不安的話，會影響療效。

誤區4：不了解禁忌症

“威爾剛”如果與心血管疾病常用藥物硝酸酯類藥物（如硝酸甘油、消心痛等）同時服用，可能顯著降低血壓而引起心血管危險，因此，近期服用硝酸酯類藥物的病人嚴格禁忌使用“威爾剛”。

而且，性生活本身消耗體力，因此心血管疾病患者如果心功能處於失代償期，或中重度心血管疾病患者不宜服用“威爾剛”嘗試性生活。

誤區5：盲目尋求治本

“威爾剛”只能臨時改善勃起功能，不能治癒ED，因此，患者只能靠需要時服藥來過性生活。

此外，“威爾剛”並非100%有效，臨床總體有效率為80%左右，重度器質性勃起功能障礙患者，由於陰莖海綿體組織結構或神經功能嚴重損壞，這些患者對口服藥物治療效果不佳，需要手術植入人工勃起裝置才能有效。

男性注意！滋陰比壯陽更重要

男性注意！滋陰比壯陽更重要一說男人保健，十有八、九會認為男人需要壯陽。滋陰？笑話！那是女人的事情。讓男人滋陰，男人會說：“你才需要滋陰呢？”沒聽說過嗎？女人是睡的動物，男人是吃的動物。但是，這個觀點錯了。從中醫角度說，男人滋陰比壯陽更重要。

好的吃多代謝不掉

打個比喻，如果有一個容器，把它視作人體代謝系統的話，不停地往裏塞好食物，越塞越多，結果怎麼樣？人體代謝不掉，因為它遠遠超過了人體的需要，這時，它就會在體內沉積，產生濁氣，演變成內熱，內熱化為邪火，邪火往上走，人就會感到頭暈腦漲，不舒服，邪火往下走，就會影響到男人的前列腺。

此時，如果男人還不停地往這個容器塞好東西的話，只能是火上澆油。

調理脾胃就是滋陰

有這樣一個病例。一位45歲的中年男人，成年累月吃補品，越補越沒精神，臉色鐵青，身體虛弱。

最後，他很生氣，感覺這些花高價錢買的好東西都白吃了，一氣之下，他把所有的補品都扔了，每天吃粗茶淡飯。

結果，一年之後，他身體出奇地好，渾身也有勁了。

一位中醫化解了他的疑惑，補品不是一點也不能吃，而是你脾胃運化不好，吃了補品也不能吸收，在體內產生郁火，鬱火灼傷了你的津

液，讓你整個身體像燒焦了一樣。當然就沒精神。粗菜淡飯養脾胃，脾胃調理好了，身體自然強壯了。

陰是陽的物質基礎，陽是陰的功能表現。可想而知，如果沒有了物質，哪談上功能？

男人這樣來滋陰

滋陰其實很簡單，這一點男人要向女人學習。每天和老婆婆學學，早晨喝點蜂蜜水，晚上喝點紅棗粥。天天堅持喝薏米水，去除脾胃的濕氣。經常吃山藥，健脾。脾的功能好了，男人自然就強健了。

試試這個方：茯苓、白術、黨參、山藥各10克，大棗5枚，一塊都煮水，開鍋20分鐘後就可以。一天早晚喝兩次。

不敢相信，淋浴竟可以壯陽

不敢相信，淋浴竟可以壯陽日常生活中，淋浴是很多人每天的必備要做得事情。但是，很多人可能不知道：淋浴有一個特殊的保健作用：壯陽！

利用淋浴來增強性功能，是一個非常有效的壯陽偏方，這裏的秘訣就在於，冷熱水對性器官周圍穴道的交替的刺激，達到有效增強性能力的目的。

其實冷熱水交替浴壯陽法，是一種很古老的增強男子性功能的鍛煉法了，在中國古代很早就有了，具體方法如下：

先在澡盆內用溫水充分浸泡身體，等到身體充分溫熱後再出澡盆，對外生殖器部位及周邊部位施以冷水，等到陰莖、陰囊收縮後再進入澡盆繼續溫熱浸泡，就這樣反復往回的四至五次即可，養成這個習慣，長久保持下去，是一個非常有效的壯陽妙方，不得不佩服，我們的老祖先真是高明！

最先要注意的是：

使用淋浴噴頭將溫水淋至陰莖根部周圍，這樣對於恢復睪丸的性能量有非常不錯的增進作用，由於性生活中，陰莖的勃起使支持陰莖勃起的神經和韌帶都相當疲勞，勃起時間越長則倦怠感越嚴重，而溫水撫慰則會使血液循環流暢起來，因而，能儘快地緩解睪丸和陰莖的疲乏感。

淋浴與渾身泡在澡盆裏不同的，淋浴能對局部的穴位起到匯合加熱的疏通作用，淋浴的水壓較強效果最好，因為這樣可以更有效的刺激穴位。

淋浴的時候，不要忘了，大腿根內側的腹股溝也是主要的淋浴刺激部位，腹股溝的作用是向睪丸輸送血液和神經出入主要通道，這裏的血液循環對男性的性能力說起的作用非常重要，利於刺激這裏的同時，用兩個手指從上向下撫摩腹股溝，對增強男子的性功能也很有益處的，因為這個部位周圍，有著豐富的神經末梢和與性功能相關的穴位，長期對這一部位淋浴加撫摸的按摩和疏通可以很有效的增強性功能，達到壯陽的效果。

哪幾類藥物影響人們的性功能呢？

哪幾類藥物影響人們的性功能呢？

對引起男性勃起功能障礙（ED）的病因，有一個重要的因素“潛伏”在我們的生活中，卻又經常被我們忽視甚至遺忘，它就是藥物。究竟哪些藥物會引起ED呢？

心血管藥物

抗高血壓藥物導致ED的報告最多，現在一般認為在抗高血壓藥物中，最常引起ED的主要有利尿藥和 β -受體阻滯劑。

治療高血壓病時常用的利尿藥，一是噻嗪類利尿藥，主要有雙氫克尿噻；二是螺內酯，又名安體舒通，它具有抗雄激素作用，抑制雄性激素的生物合成，引起男子性慾減退、乳房發育和勃起功能障礙。

此外，除了高血壓藥物以外，抗心律失常藥物胺碘酮（商品名可達龍）、抗心衰藥物地高辛等等也能引起ED。

胃腸道藥物

西咪替丁、雷尼替丁、尼紮替丁是一類使用得非常廣泛的胃腸道藥物，主要用於治療消化性潰瘍，越來越多的病例報告指出，它們能夠引起性功能障礙。比如長期服用西咪替丁的男性青年可以出現ED、性慾消失和乳房發育。

抗抑鬱藥物

抑鬱症被稱為“精神感冒”，在現代社會已不鮮見。在常用的抗抑鬱藥物中，丙咪嗪、阿米替林、氯丙咪嗪、新型的選擇性5-羥色胺再吸收

抑制劑等等都可以引起勃起功能障礙、射精異常和性慾缺乏等。

精神興奮劑和麻醉劑

最常見的是酒精、尼古丁、可卡因、海洛因、大麻等。人們常常對酒精影響勃起功能產生疑問，“喝酒以後不是更容易性興奮嗎？”這裏我們忽視了性慾和勃起的區別，酒精可以增加性慾，但是卻會影響勃起功能，降低陰莖勃起的硬度。

抗腫瘤藥物

眾所周知，抗腫瘤藥物在消滅癌細胞的同時，還能對正常組織包括胃腸道、肝、腎造成損傷，不過，抗腫瘤藥物對性腺的損害卻很容易被人們忽視。其中環磷醯胺、氮芥、長春新城、阿糖胞苷等藥物都可以引起男性勃起功能障礙或者精子缺乏，女性則會發生月經紊亂和停經。

前列腺藥物

治療前列腺增生的藥物如5- α 還原酶抑制劑也會發生勃起功能障礙和射精量減少的副作用。此外，治療前列腺癌的常用藥物如抗雄激素藥物會通過影響雄激素的分泌而影響性慾、陰莖勃起、射精等。

藥物對性功能的影響一般都是一過性的，也就是說，在使用藥物時或使用後短暫的時間內會有影響，過後會逐漸恢復，所以，大家也不必過分擔心以前使用的藥物會產生永久的後果。

但是，如果需要長期服用的藥物，如降壓藥，5- α 還原酶抑制劑等藥物等，所產生的副作用可能相對持久。

總之，如果發生了性功能障礙，應該從平時所服用的藥物中尋找線索，養成合理的用藥習慣，並和醫生充分探討正確的服藥方案。

威爾剛是為男人準備的還是為女人準備的呢？

威爾剛是為男人準備的還是為女人準備的呢？

威爾剛似乎不是讓男人增強了自我的信心，反而是讓男人感到自己幾乎成為專門讓女人達到性高潮的用具，這一說法得到不少人的認可。

但是也有人以為，男人能夠得到這麼多的性伴，應該是一件值得高興的事情，然後事情並非我們所想像的那麼簡單。

同樣是因為有了威爾剛，男人覺得自己應該隨著女人的感覺，因她們的需求而高興在什麼時候取用就取用。

男人們就會感到威爾剛的出現，讓男人步入了一個由別人為自己製造出的誤區。其實，威爾剛不是為男人準備的，也不是為女人準備，而是為了男人和女人準備的。

因為男人的精液的製造需要一個過程，精液往往不能像情慾那樣隨時就可以生出，男人的性慾需要用自己的身體來製造和完成，同時也就包括男子的精液的製造。

因此當女人在催促男人多多使用威爾剛的時候，要考慮到男人的精液的製造是需要一個過程的。

因為至少現在的男歡女愛使得男人的製造精液的过程在縮短，因而精液量也在呈減少的趨勢。那種以為有了威爾剛就可以對男人的頻繁性愛的觀念是錯誤的。

不讓男人沉浸在縱慾的歡愛，就是為了制止男人的縱慾，而現在以為有了威爾剛就能無休止的得到性愛，那就使得男人真正陷入了誤區。

因為男人不應期的存在，實際上就是為了保存男人的體力和精力而準備的，也是生理的一種自我修復。

可是現在因為有了威爾剛，就讓男人的這些必須的修復稱為一種透支的手段時，那麼會因此而受到身體本身的報復也是自然的事情。

威爾剛是一種什麼藥？

就像一些女人對男人的勃起——甚至提到都感到羞愧的時候，恰恰這是她最需要的男人的一種方式，而現在當女人因為男人的精液而感到褻瀆了女人身體的潔淨時，也恰恰是因為男人的進入，而讓女人的情緒得到的釋放和緩解的真正作用。

自然足量的精液還是讓女人懷孕的必要條件，充分活躍的精射和高品質的運動形式，使得愛情從情感的角度轉到生育的角度，重新對所謂的愛情進行新的理解。

當性愛和生育已經分離，當性愛就是一種純粹的僅僅是滿足為男人和女人的情慾的交媾，性愛對於愛情情感的凝固作用，便會不再為生育的責任而擔憂，但因此便同時也失去了那種意料之中的欣喜。

猜一猜，誰該吃“威爾剛”？

有哪些藥物可以治療性病呢？

有哪些藥物可以治療性病呢？

如何自檢查性病？

一般來說，大多數性病只要能及早發現、及時徹底治療是可以治好的，而且梅毒、淋病、非淋病性尿道炎、軟下疳、性病性淋巴肉芽腫、腹股溝肉芽腫、泌尿道支原體病、滴蟲病、細菌性陰道炎、尖銳濕疣、生殖器疱疹、陰部念珠病、陰虱病、陰部癌疹等都有較好的特效藥。

但愛滋病尚無特效療法，一旦發病，死亡率幾乎百分之百。

1.治療性病的外用藥

梅毒、淋病、非淋菌性尿道炎、軟下疳、尖銳濕疣、陰虱、疥瘡等性傳播病在男女外陰部、生殖器官都可引起病變，又癢又痛，難以忍受。

流膿排汗，又腥又臭，很難聞，下列外用藥可以止癢去痛、清汗去臭。

(1) 高錳酸鉀：有強氧化作用，除臭殺菌，可用於沖洗陰部創面及陰道，濃度為0.1%-0.5%。溶液應新配，久置或加溫可迅速失效。

(2) 3%氧化氫溶液（雙氧水）：為強氧化劑，具有消毒、防腐、除臭及清潔作用。可用於消除性病潰瘍糜爛面的膿痂皮。

(3) 洗必泰：本品具有相當強的廣譜抑菌、殺菌作用，無局部皮膚刺激作用，亦不染色，可用於性病局部病灶的清洗消毒，濃度用1：2000

水溶液。

(4) 紫藥水：有較好的殺菌作用，且無刺激性及毒性，可用於性病局部糜爛、潰瘍及皮膚感染。

(5) 1%新潔爾滅溶液：殺菌力強，對皮膚及組織無刺激性，用於洗滌或沖洗外陰；可以止癢、殺菌、消炎（消炎食品）。本品不可與普通肥皂同時應用。

(6) 2%碘酒：有較強的殺菌作用，用於皮膚局部消毒。治療軟厭時可用鑷子夾住丘疹根部，擠出軟覽小體，再塗以2%碘酒。

(7) 10%硫磺霜：主要用於治療疥瘡和陰虱。

2.治療性病的西藥

(1) 青雷素：青雷素對梅毒、淋病、非淋菌性尿道炎、軟下疳、性病淋巴肉芽腫、腹股溝肉芽腫等都有很好的療效，為首選藥物，與其他抗菌藥物聯合用藥效果更好。

常用青雷素製劑有：普魯卡因青雷素C、苄星青雷素、苯哩青雷素、鄰氯青雷素、雙氯青雷素、氨氣青雷素、匹氨青雷素、經氨青雷素、樓節青雷素等。

青雷素的給藥途徑主要是肌肉注射、靜脈滴注等。本品容易出現過敏反應，在用藥以前，要做過敏試驗。

(2) 四環素：對淋病、非淋病性尿道炎、性病性淋巴肉芽腫、腹股溝肉芽腫。梅毒等有較好的療效，為非淋病性尿道炎的首選藥。

四環素是廣譜抗生素，口服每次0.25-0.5克，一日3-4次。四環素不可長期服用。

長期服可使相似內敏感的病原菌和寄生菌都受到抑制，不敏感或耐藥細菌得以滋生，造成新的感染。

一般用藥時間以3-7日為限。口服本品可引起噁心、嘔吐、食欲不振等不良反應，應在飯後服用。服藥期間不要飲酒。

(3) 紅雷素：紅昌素的抗菌譜與青昌素相似，治療非淋菌性尿炎、梅毒、淋病、軟下指療效較好。

每次口服0.2-0.4克，一日4次。

(4) 鏈雷素：主要用於治療腹股溝肉芽腫，軟下疳及淋病，每日0.7-1.0克，分作1-2次肌肉注射。

(5) 壯觀雷素：治療梅毒和淋病有較好療效，尤其對耐青黴素和耐四環素的菌株有效，療效高。

(6) 先鋒黴素：主要用於治療梅毒和淋病，是由頭孢菌等產生的頭孢菌素經過半合成制得的一類抗生素。

目前使用的有頭孢西丁、頭孢D6新頭孢唑肟、頭孢三嗪、頭孢順酮、頭孢噻吩、頭孢尼西等。1-2克頭孢西丁肌肉注射加丙磺舒口服治療淋病療效達95%-100%。

(7) 強力黴素：主要用於治療淋病和性病淋巴肉芽腫和非淋菌性尿道炎，其作用與四環素相似，一般用0.1克，每日4次，共服7日。

強力黴素有胃腸道反應，如噁心、嘔吐、腹瀉等，應在飯後服用。

(8) 淋剋星：是一種廣譜抗生素，使用比青黴素方便，副作用少，病人願意接受，用於治療急慢性淋病有特效。

治療急性淋病用淋剋星800毫克（8片）清晨空腹一次吞服。

慢性淋病用淋剋星200毫克每日2次，連續7天。

（9）磺胺類藥：主要用於治療淋病、梅毒、非淋菌性尿道炎、軟下疳、性病性淋巴肉芽腫、腹股溝肉芽腫等。

磺胺類藥常與抗生素類藥聯合應用，例如用普魯卡因青黴素C治療梅毒時，同時加丙磺舒內服，這樣效果更好，常用於治療性病的磺胺藥有丙磺舒、複方新諾明（丙類淨）、磺胺陞等。

（10）抗病毒類藥：主要用於單純疱疹病毒、巨細胞包涵體病毒、傳染性軟瘡病毒、乙型肝炎病毒、愛滋病毒等病毒感染的性病。

常用的抗病毒藥物有疱疹淨、病毒陞、嗎淋服、蘇拉明、三氮陞核苷、無環烏甘等。

一般來說，大多數性病只要能及早發現、及時徹底治療是可以治好的。

男人服用威爾剛，爽了男人，慘了女人

男人服用威爾剛，爽了男人，慘了女人！

男性在服用威爾剛的同時，你的妻子泌尿系感染的發生率也同時在升高，這是由於其性伴侶服用威爾剛後性交時間延長、性交次數增多所造成的。

專家提醒男性朋友們，要慎服威爾剛，特別是哪些年過半百的，因為在這年齡段之後的婦女的陰道分泌物減少，抵抗能力低於年輕女性。

通常情況下，泌尿系感染是由大腸桿菌或其他細菌感染尿道所致。年輕婦女發病率高於老年婦女，本病的常規治療是使用抗菌素治療，但酸果汁的輔助治療效果也得到了認可。

哈佛大學的研究者通過研究發現：每天服用300ml的酸果汁可以使泌尿系感染的發生率減少到原來的58%。

研究者認為：酸果汁通過阻止細菌停留在泌尿系統，從而達到減少泌尿系感染。

現在市場上可以買到自我檢查泌尿系感染的試紙，使用非常簡便。當試紙顯示尿中有白細胞和亞硝酸鹽時，可以使用酸果汁治療，但是這不意味著酸果汁可以取代抗菌素的治療。如果服用酸果汁24-36小時後，症狀仍不見緩解，則可能存在罕見菌的感染，應及時去看醫生。

專家建議：為治療泌尿系感染，至少每天服用500ml酸果汁，同時應加服有效的抗菌素。如果是為了預防泌尿系感染，可以每天服用

250ml酸果汁。

安眠藥會不會影響人們的性功能呢？

安眠藥會不會影響人們的性功能呢？

刊登於《美國臨床精神病學》雜誌的一篇文章指出，為了治療精神分裂症而經常服用安定藥的病人，其生殖腺分泌的荷爾蒙激素會減少甚至沒有，進而導致生殖功能不良和性功能降低等一系列的性功能併發症。

英國精神病學協會的奧利弗·蒙博士調查了103個患有精神分裂症和精神紊亂的患者的性功能紊亂和生殖功能減退的比率，這些患者服用安定藥均在6個月以上。

這些被調查者要求填寫性功能問卷，分數越高說明性功能的損傷越大。結果發現，服用安定藥一組病人平均分數最高，其中女為9.9，男為7.8。而那些沒有接受治療的人分別為4.1和4.09。接受了性功能臨床治療的人，平均分數：女為7.2，男為9.9。

另外，生殖功能減退也使病人患心血管病和骨質疏鬆患病的風險增加了。因此，經常服用安定藥的其他人比如治療失眠等患者應該引起足夠的重視。

男性靠吃就會有好的性生活

男性靠吃就會有好的性生活

多數男性對蔬菜水果這類“女性化”的食物嗤之以鼻，而更願意稱自己為肉食動物。不過，據報導，英國食物研究所的最新報告指出，只要每星期食用小量西蘭花，就有助預防前列腺癌。

這項研究的受試者被分成兩組，每星期分別食用4份西蘭花或豌豆。

結果發現，吃西蘭花的一組病人體內出現了“抗癌基因”，可以保護男性免受前列腺癌的襲擊。

前列腺癌是僅次肺癌的男性二號癌症殺手，每年全球有68萬人不幸患上，有22萬人因此而死。這個首次以人體試驗的研究報告，近日在《公共科學圖書館期刊》發表。除西蘭花外，同屬十字花科的菜花、紫甘藍，抗癌效果也不差，男性也該多吃。

“值得一提的是，番茄也是一種男性不該錯過的好蔬果。”其中不僅含有豐富的維生素C，所含的番茄紅素還有“疏通”腺體，預防前列腺疾病的作用。

此外，男性還應該學習“大力水手”，多吃些菠菜。菠菜含有的微量元素鎂，能將肌肉中的碳水化合物轉化為可利用的能量，達到增加男性肌肉力量的效果。

當然，對於男性來說，菠菜更顯著的優點是葉酸和鐵能促進紅細胞的合成，提高血液攜氧量，加快血液循環，從根本上能夠提高男性性生活品質。

臭雞蛋變廢為寶——“威爾剛”

我們很難把臭雞蛋的氣味與“催情”二字聯想起來，但義大利的科學家發現，男人性興奮的時候，某些神經細胞釋放的氣體正是那股異味的來源：硫化氫。他們估計這種氣體將可用於研製一種全新的壯陽藥。

據香港大公網報導，義大利那不勒斯費代裏科二世大學一個研究小組在美國《國家科學院學報》上報告，他們對八名男子在變性手術中被切除的完整陰莖勃起組織進行測試，發現該組織的血管舒張充血（相當於陰莖勃起時的過程）時會釋放微量的硫化氫。

研究員由此推斷，硫化氫可以促進陽具勃起，並相信它可以用於研發繼俗稱“威爾剛”後的另一種壯陽藥。

研究主管朱塞佩·奇里諾稱，有了這項發現，科學界將來應該可以研發出運送硫化氫或者抑制人體產生硫化氫的藥物。若製成這種藥物，它所針對的人體生化途徑將會與“威爾剛”不同。

當年“威爾剛”的發明也是來自發現一種氣體的壯陽作用，不過那種氣體是一氧化氮。它和硫化氫同為具有“細胞介導”作用的物質，可以向人體許多部位輸送重要資訊。

“威爾剛”對三分之一的陽痿男性沒有幫助，因此這項研究對陽痿治療具有重大價值。據估計，大約半數的40-70歲男人或多或少會有勃起障礙。

不要太“性”奮，藥物也不可靠

美國聖迪亞哥市性醫學專家倫肖醫生在他剛剛出版的《性藥理學》一書中告誡人們說，有許多普通藥物夠引致性力減弱，為此，應該引起醫生和患者的重視。

鎮靜劑苯甲二氮卓，甲銨二氮和三唑苯二氮卓等幾十種安眠藥和改變情緒的藥物可能對性慾有抑制作用，婦女會喪失性慾、陰道分泌減少、缺乏性高潮，男性可能會引起或射精困難。

控制血壓藥物心得安、甲基多巴、鹽酸氯壓定等降壓藥物，能引起40歲以上的男性高血壓病人勃起障礙。對於女性高血壓的患者，可引起性慾減低或難以達到高潮。

治潰瘍藥物自70年代後期以來，甲氰咪胍一直是流行的治潰瘍的藥物，但它可壓抑男人的性慾，引致無法勃起。對婦女的性慾也有不良影響。

抑制食欲藥物利用藥物減肥弊多利少，有些藥物如鹽酸氟苯丙胺除了會抑制食欲，也會抑制人的性慾。

治偏頭痛藥物偏頭痛患者常用的奈心安，也有抑制性慾的副作用。

其他可能對性慾有不良影響的藥物還有抗抑鬱藥物，如鹽酸氟苯、氧比胺和鹽酸阿米匹林，治療過敏及發炎的類固醇類的藥物如強的松，治療精神過敏病的如氯丙嗪、氯胺丙苯、甲硫達嗪、三氟吡拉嗪和抗抽搐的藥物等等。克倫肖醫生說，總的來講，某種藥物如果標籤上寫明能使人昏昏欲睡，這種藥物就可能對性慾和性能力有壓抑的作用。

當然，藥物對性是否有不良的影響，因個體差異的存在而因人而異，假如某種藥物服用幾年都對性沒有不良副作用，那麼，你就不妨繼續服用。

警告男同志：煙酒“禁性”

煙酒“禁性”

據說，有的男性為了追求品質更好的性生活而吸毒。結果，成為癮君子難以自拔不說，自己的性功能也受到極大的抑制。

有關專家告訴人們，男性性功能的健康受許多因素的影響，其中不良的生活習慣就是其中重要的一部分。男性要養成良好的生活習慣，不抽煙、不喝酒、不吸毒。

- 煙：據資料報導，吸煙者中正常精子數減少10%左右，若每天抽煙20-30支以上，精子畸變率顯著增高，吸煙時間越長，畸形精子越多，精子活動力越低。

研究結果還表明，吸煙還可以引起動脈硬化，90%以上的吸煙者陰莖血液循環不良，陰莖勃起速度減慢。據統計，陽痿病人中有2/3是吸煙者。

- 酒：酗酒對生殖系統有很大影響，酗酒可加速體內辜酮的分解，贊成雌激素水準相對增高，睪丸萎縮，可能出現陽痿或早洩。

酒精損害精子，引起胚胎發育異常、流產、低能兒，國外這種低能兒為“性期天嬰兒”，是酗酒的結果，不利於優生。

- 毒：吸毒對性功能更不利，大麻、海洛因和美散痛等使血中辜酮降低而影響性功能。

國外資料報導：海洛因嗜好者中，性慾抑制占100%；美散痛嗜好者，性慾抑制為96.5%。兩者均可致射精延遲或不能射精等性功能障礙。

- 藥：不要無故長期濫用藥物，如治療高血壓藥物氯噻嗪類利尿劑、安替舒通、利班平、心得安，鎮靜劑安定、利眠寧、安眠酮等對性功能均有抑制作用。

警惕！治療精神病的藥減緩性功能

吩噻嗪（Phenothiazines）類藥物廣泛用於治療精神病，在慢性精神分裂症治療方面已出現了一場變革，可允許許多病人在醫院以外生活。這些藥物也可用於治療其他各種精神病：對噁心、嘔吐及頑固性呃逆的療效也較好。

吩噻嗪對於感情和運動都產生鎮靜作用，並對神經系統各個水準都有作用。氯丙嗪——此類藥物的原型，具有很強的腎上腺素能阻滯作用，並有較弱的膽鹼能阻滯作用。此藥也具有內分泌活性，通過作用於下丘腦，能使出迴圈中的催乳素增加，並抑制促性腺激素的分泌。

所以，該藥能阻止排卵、引起月經不調：誘致溢乳或男子女性型乳房以及睪丸縮小等。儘管有這些副作用，應用吩噻嗪後性功能障礙並不常見。

陽萎發生，多在氯丙嗪的每日劑量這400毫克或更多。性縮減退更為常見（約占10%-20%的患者），也許是這些藥物鎮靜作用的一種反映。

由於精神紊亂所致的性行為亢進，常需停止應用吩噻嗪類藥物。甲硫噻嗪（Thioridazine）的副作用是抑制射精，據推測是藥物自身分解所致；另據報告，吩噻嗪類藥物也有這種現象。某些吩噻嗪類藥物有抗組織胺作用，激起性興奮時也許可使陰道的潤滑性降低。吩噻嗪類藥物也可能與其他各種藥物相互作用，包括酒精、巴比妥和麻醉藥，聯合應用這些藥的患者，可顯著增加性功能副作用。

氟哌啶醇（Haloperidol）是一種非吩噻嗪類藥物，用於治療各類精神病；該藥對於圖雷特氏病（Gilles De La Tourette綜合徵：運動、全身痙攣性運動以及強迫猥褻行為）特別有效。由於這種藥物阻滯了中樞

神經系統裏的多巴胺，可引起能乳素的增加，因而常見的副作用是溢乳和男子女性型乳房。

服用此藥的男性，10-20%發生陽萎；女性病人可發生月經不調，有趣的是，給予小劑量的氟哌啶醇可使睪丸酮生成增加，但是當給予大劑量時，則可抑制睪丸酮的生成。

單胺氧化酶抑制劑（MAO抑制劑），可用於治療抑鬱症，通常很少用於治療高血壓。應用單胺氧化酶抑制劑之後，腦和其他組織中的多巴胺和去甲腎上腺素水準往往可增高，但是這些生化改變是否系治療效果的作用所致，這尚不清楚。

應用這些藥物，藥物本身的副作用通常與劑量有關，用MAO抑制劑的男性25-30%有射精延遲或不能射精，接受該藥中等或較大劑量的治療後，約10-15%的男性發生陽萎。停藥幾周後，這些典型的不良影響可出糾正。有證據表明MAO抑制劑可能在男性中降低了睪丸酮的生成。

三聯抗抑鬱劑(丙咪嗪、阿米替林（Amitriptyline)和有關的化合物)對治療抑鬱療效很高。在考慮這類藥物出及MAO抑制劑對性功能的副作用時，應該記住，性慾減退和性功能損害是常見的，大部分患者都有此問題。

大多數情況下，很好地醫治精神性疾患，則可使性功能得到改善，但是，約5%的精神抑鬱症患者（主要是那些性功能較好的患者），每當抑鬱症狀加重時，“三聯化合物”均可引起似是而非的性功能紊亂。有時此種反應好象由於這些藥物的阿托品樣效應所引起的，如：口幹、便秘、嗜睡、心動過速、尿瀦留和陽萎等。

這種情況下減少用藥劑量或更換不同的“三聯”化合物，有時可使性功能失調的症狀減輕或消失。此外，應用“三聯”抗抑鬱劑也可出現射精抑制。

碳酸鋰是一種用於治療狂躁、較度狂躁以及狂躁-抑鬱雙向性綜合徵的藥物。已知該藥有各種各樣的內分泌效應，包括誘發輕度甲狀腺腫和輕度甲狀腺機能低下的傾向、干擾抗利尿激素的效應，並抑制成年男性的血清睪丸酮水準。

目前尚難以估計這類藥物對性行為和性功能的影響，原因在於首先對這類藥物尚未進行系統研究，其次由於狂躁症的性功能變化多端，性功能亢進以及性功能低下兩種情況均可發生。但是，由於應用鋰劑可引起內分泌改變，某些人應用該藥後，很可能發生陽萎。

服避孕藥降低性慾影響性福生活

1.嘗試其他避孕藥物或者避孕方法

任何一種避孕藥都會影響到激素水準，作用或大或小。建議使用含有黃體酮的左炔諾孕酮或者炔諾孕酮避孕藥，它是睪丸酮的衍生物，對性慾和性生活過程的影響較小。

另外，含銅的宮內避孕設備與避孕藥一樣有效，且不會對性慾產生影響。

2.性慾缺乏與激素水準密切相關

處於授乳期，並不是唯一能夠破壞女性激素水準的原因；服用避孕藥、即將或正在經歷絕經期，或進行過卵巢切除手術，都可能使其機體微妙的激素平衡遭到破壞，有時甚至更加嚴重。

女性接近20歲時，睪丸酮水準開始下降，40歲左右時顯著下降，會引起性慾減退和陰道乾澀等問題；而進入和結束更年期後，排卵停止和卵巢分泌的雌激素下降，睪丸酮減少，會使性慾缺乏和性交疼痛問題進一步惡化。

3.避孕藥影響性慾

有些女性在口服或注射避孕藥後，可能出現性慾缺乏的問題。造成這種情形的原因可能有：服藥後出現乳房觸痛、溢乳、陰道炎、頭痛、發胖、浮腫等生理變化，易使性慾降低；避孕藥中的外來激素會刺激體內正常的激素平衡，影響性慾和性反應，引起陰道分泌物減少，使性交時陰道過於乾澀而產生不適感。

目前避孕藥物中的激素劑量已大為減少，副作用相對較小，但服用避孕藥的時間不宜過長，最好應在服用3-6個月後更換避孕方法。

科學“整治”藥與性的關係

專家指出：

對男性功能障礙等男科疾病的初期處置不當，出現症狀不去正規醫院科學診斷而進行所謂的“自我判斷病種病情”、“自行購買壯陽藥”等，成為疾病診療延誤、病情加重的主因。那麼，應該如何正確認識男性功能障礙的定義、分類、病因、危害？該如何科學有效地進行診斷和治療？

1 遭遇“障礙”不可怕，科學認識是關鍵

男科疾病並不特殊，更不該被“神秘化”，據世界衛生組織公佈的資料顯示：全世界約有1.5億男性患有不同程度的ED（勃起功能障礙），其中美國就有3000萬ED患者；英國和法國的男性，中度至重度ED的患病率達30%-40%；在中國40-70歲的男性人群中，曾經受到過ED困擾者達50%以上。

可見，ED在世界範圍內都是一種常見病、多發病，患者應以尋常病看之，以平常心待之。遭遇“障礙”並不是可怕的事情，只要精神放鬆、儘早到正規專業醫院並由專科的醫生進行科學的診斷、規範的治療，絕大多數情況下是能夠很快好轉乃至治癒的。

如果不分“障礙”的種類、病因、病情，胡亂“壯陽”，反倒容易引發更嚴重的問題。

2 “壯陽”解障礙，小心適得其反

什麼是男性功能障礙？醫學的解釋是指，男性在性活動中，其中某個階段或幾個階段或整個階段發生異常而影響性活動正常進行。

主要表現為男性生理功能減退甚至消失，它使婚姻生活黯然失色，讓男人身心疲憊。

男性功能障礙同時也是血管瘤、動脈硬化、心肌梗塞、糖尿病等惡性病變的早期表現。

其中，最多見的男性性功能障礙是勃起和射精異常。專家指出：男性性功能是一個複雜的生理過程，涉及各方面，諸如神經、精神因素、內分泌功能、性器官等，其中大腦皮質的性條件反射起著尤為重要的主導作用。

不同的病因導致它有不同的分類：

精神障礙型：因緊張、焦慮、憂鬱及感情不合等精神因素造成的男性功能障礙。

器質病變型：因心腦血管疾病、肝炎、糖尿病、精囊炎、精索靜脈及外傷因素等造成的血管及神經損傷所導致的男性功能障礙。

分泌失調型：睪丸炎、睪丸上皮損傷或睪丸先天畸形等原因，造成的性腺激素分泌不足引起的男性功能障礙。

專家提醒患者：想購買“壯陽藥”改善自己的狀態之前，請問問是否知道自己患的是何種“障礙”？將要購買的藥品是針對自己的疾病、具體病情、病程嗎？這些藥品的“療效”是否有權威、確切的醫學統計資料支援？

3.跨越“障礙”還靠“科學套路”

正因為ED等男性功能障礙的病因眾多、治療複雜，所以對“障礙”的診斷和治療就不能簡單地“頭痛醫頭、腳痛醫腳”，更不能“眉毛鬍子一把抓”，一包“壯陽藥”了之，而應該進行身心“綜合治理”。

專家介紹說，對各種男性功能障礙的治療，首先應該身心並重，然後分類、分步針對性治療。

心因性的問題，需要由專業的醫生進行心理輔導和治療。對器質性問題，各種男性功能障礙適用的治療原則不同，不同的療法效果也不會一樣，患者應在醫生指導下，積極採取科技含量高、見效快、效果好的男科醫學最新成果進行治療。

目前，男科醫學界較多推崇一種堪稱“男性功能障礙治療多面手”的治療方法：“納米脈衝治療+關閉吻合術。”

納米脈衝治療，是通過納米晶片技術，將特有的中藥成分經過皮膚表層，直接滲透到其動脈血管內，從而使海綿體平滑肌正常舒張以及白膜功能正常，達到全面修復神經血管功能，調節內分泌平衡的目的；並輔以特定頻率的電波刺激相關穴位，迅速興奮大腦性活動中樞，恢復男性功能。

“關閉吻合術”，是男性生殖健康論壇推薦的治療男性功能障礙的優選方法，被專家稱為“男性功能障礙治療多面手”。

它可根據患者不同生理結構，對男性生殖系統靜脈實施微創手術從根本上改善微循環，調節內分泌和神經系統，達到恢復男性功能、改善男性功能障礙症狀的目的。

該技術具有：痛苦小、見效快、治療時間短、副作用小等優點——最大特點是：不僅能有效治療ED、射精障礙等，讓男兒雄風快速重現，更令人振奮的是它獨特的原理和特殊手術方法，可以有效地快速治療早泄，被譽為男科醫學的一項新突破。

全面瞭解藥物與性

全面瞭解藥物與性

本篇論述了藥物對於性功能的影響問題。臨床上許多常用的藥物往往對性功能產生很強的抑制作用，例如，降壓藥、利尿劑、激素、安定藥、鎮靜劑、安眠藥、抗膽鹼藥物等等對性功能均有不同程度的影響。

本篇詳細例舉了這些藥物對性功能的確作用，討論了這幾類藥物的作用機理，並報告了一些藥物對性功能影響（包括男性與女性）的臨床研究資料。著重指出藥物對性功能的影響並非小事，不僅影響患者的生活，而且在某種程度上可影響患者的治療。

因此臨床上如何將藥物發揮最大的治療作用，而減少藥物對性影響的副作用，就成了醫務工作者和患者共同關心的問題。

此外，應該強調指出，藥物的作用與副作用，很大程度上是因人而異的，各種因素均可引起種種差異，因而不能生搬硬套，必須具體問題具體分析。

最後還探討了某些嗜好品（如酒類、煙草、大麻等等）對性功能的影響。嗜好品對性功能的影響有許多相反的報導，某些方面尚未很好地研究，因而不能得出明確的結論，但總括說來是利少弊多。

關於藥物對性功能影響的問題，歷來被蒙上了一層神秘的色彩。自古到今不少人千方百計地尋找性興奮劑，但是收效甚微。二十世紀以來藥物治療雖然已有了很大的進展，但是卻仍然沒有奇妙的性興奮劑。恰恰相反，一些臨床學家發現許多藥物對性功能產生很強的抑制效

應。遺憾的是，現在很少有人去作系統的研究工作，以探明這些效應的作用機理。

本篇中，藥物對性影響的副作用，均出自臨床上治療患者時所得到的資料。討論某些藥物及其對性功能的影響之前，首先應作些一般性的觀察。藥物的作用，很大程度上是因人而異的。各種生物學因素均可造成這種差異，例如吸收率、代謝率、體重、排泄率、劑量、服用時間以及藥物之間的相互作用等等。此外也受非生物學因素的影響，例如藥物的治療計畫，對病人的暗示等等。

許多文獻上描述了安慰劑的作用，這就是病人受到暗示影響的典型例子。由於存在著以上種種複雜因素，我們應該把本篇作為藥物對性功能影響的指導來閱讀，而不應該當作預測某些性功能變化的依據。

目前研究藥物對性功能的影響，大多數情況下集中於男性患者。顯而易見，這代表了目前流行的科學思潮的某些偏見，但是也反應了這一事實，即估計男性的性功能較為容易，因為男性的陰莖勃起和射精比起女性的陰道潤滑以及性高潮來說，容易觀察得多。

藥物對性功能的影響

一、治療高血壓的藥物

（一）利尿劑

氯噻嗪類利尿劑廣泛用於治療高血壓，常常與其他藥物聯合應用。氯噻嗪類利尿劑的基本藥理機制是增加腎臟對鈉和氯離子的排泄，並且伴有滲透性利尿作用。這些藥物治療高血壓的特異機理是鬆弛血管平滑肌降低周圍循環阻力，但是其確切機制目前尚不清楚。

事實上，噻嗪類利尿劑通常與其他降壓藥合併應用，這就使得分析這些藥物對性功能的影響變得相當複雜了。

但是臨床觀察表明，長期服用噻嗪類利尿劑的男性患者中，約有5%可發生藥物引起的性功能紊亂。利尿劑對射精有無影響目前尚不瞭解。

應用氯噻嗪而引起的陽萎，其機制現在還不清楚，但是在某些情況下，可能是由於這些藥物升高血糖作用（一種副作用，能顯露潛在的糖尿病）的影響；而在另一些病例中，可能與鉀耗竭（低血鉀症）有關，這裏應用氯噻嗪之後常伴有的現象。

（二）利尿酸和速尿

這兩種非氯噻嗪利尿劑的藥理作用相似，臨床上長期應用這些藥物之後，已發現約有5%的男性患者可伴有陽萎。

從理論上講，高血糖和低血鉀的機制也可適用於這兩種藥物，當然大多數病例並非如此。

因利尿劑誘發的低血鉀症而產生的性功能障礙，試驗性補充鉀之後，可迅速改善性功能。

（三）安體舒通

一種醛固酮拮抗劑。醛固酮有潑鉀作用，並有抗高血壓作用。安體舒通有時用於治療頑固性水腫，可單獨使用或與其他利尿劑合用。

該藥可引起男性性慾減退、陽萎、男子女性型乳房；女性可引起月經不調、乳房鬆軟。這些影響似乎與劑量有關，每日劑量100毫克或小於100毫克的病人很少發現上述情況，但是如超過此劑量者，則這些現象發生較多。

有人在一項研究中發現，健康青年男性每日給予400毫克安體舒通後，在24周內三分之二患者發生男子女性型乳房，22%有性慾減退。另外也觀察到精液性質有所改變。一旦停止用藥，服用安體舒通所產生的

男子性慾減退和性功能低下、以及女性月經異常，可迅速得到糾正。而安體舒通引起的男子女性型乳房，通常在停藥之後也會消失，但亦有例外。

安體舒通的這些作用的特異性機制尚未完全搞清楚。在大鼠中，安體舒通通過影響必需的酶系統而妨礙睪丸酮的生成，這就導致了迴圈睪丸酮水準的降低。在人體的研究中，尚未發現安體舒通會使睪丸酮水準降低，提示在組織受體水準可能有一種抗雄激素作用，以此可解釋上述性功能改變。

但是，據最近一項報導，6名男性病人用安體舒通治療後，睪丸酮水準降低，而血液雌二醇水準卻升高。這些改變系由睪丸酮代謝清除率的增加，以及周圍血液中睪丸酮轉變為雌二醇的速度加快所引起的。

另外，已發現安體舒通具有明顯的黃體酮活性，這或許也能解釋所觀察到的性慾問題，因為通常認為黃體酮是一種性抑制劑。

（四）非利尿劑降血壓藥

α -甲基多巴通過抑制在腦和周圍組織中重要的酶代謝途徑，呈現出一種較弱的抗腎上腺素能作用。

α -甲基多巴是目前治療高血壓中最常用的幾種藥物之一，但遺憾的是，此藥也是常見的性功能抑制劑之一。如每日劑量小於1.0克，則10-15%的男性可出現性慾減退和或陽萎，10-15%的女性也可發生性慾減退和或性興奮損害。

如每日劑量1.0至1.5克，則20-25%的男性和女性服用此藥後，可有性功能障礙。

每日劑量2克或超過2克，則50%的人服用該藥後，可產生顯著的性功能紊亂。

劑量再增火，則一些女性有性高潮喪失和性興奮降低，一些男性有射精延遲。產生這些問題的原因目前還不清楚，可能與中樞神經系統中兒茶酚胺的耗竭以及生成一時"偽"神經遞質有關，後者對控制勃起和陰道血管充血的周圍神經有直接作用。

a-甲基多巴不影響男性血循環中的睪丸酮水準。性慾減退的部分原因是由於嗜睡和容易疲勞所致，此是該藥常見的一種副作用，也可能是應用，a-甲基多巴的結果，以致間接影響性功能。

停止服用這種藥物後，一至二周內，a-甲基多巴的副作用可迅速得到糾正。不過應該認識到，有時生物因素引起的性問題，有可能導致焦慮過度，以至在去除發病因素之後，也不能解決性問題。這種情況下，精神療法能夠減少或消除焦慮，並恢復正常的性功能。

由於a-甲基多巴能增加迴圈催乳素的濃度，因而有時能引起男子女性型乳房和泌乳。

（五）胍乙啶

胍乙啶是一種抗腎上腺素能藥物，能阻滯交感神經末梢釋放去甲腎上腺素。由於此藥具有抗腎上腺素能的性質，對性功能主要影響是引起男性射精抑制。抑制程度與藥物劑量有關。

如每日劑量在25毫克以上，約50%到60%的男性則可出現射精延遲或不能射精。雖然有時認為胍乙啶不會引起陽萎，但是少數服用此藥的男性確實可發生勃起困難。

在一組22例服用胍乙啶和氯噻嗪利尿劑控制血壓的男性病人中，有3名（13.6%）產生陽萎，另外13名（59.1%）有性慾減退。

其作用機理很可能反映了藥物對性反應的抑制作用，或許只是心理因素的影響而導致了射精障礙。系統地研究胍乙啶對女性性功能的影

響，尚未能提到日程上來，但是推想服用此藥的女性也會遇到性問題。

（六）肼苯噻嗪

該藥的降壓作用，目前認為是藥物直接鬆弛小動脈平滑肌的結果。除了劑量相當大之外，一般不引起性功能損害。但是每日劑量超過200毫克時，約5%到10%的男性有性慾減退，有時可伴有陽萎。這種性慾喪失，可能是一種類似於全身性紅斑狼瘡綜合徵的作用所引起的。服用大劑量肼苯噻嗪，可發生這種綜合徵。這也可能與用藥引起維生素B6缺乏有關。

（七）利血平和其他蘿芙木生物鹼

這類藥物可使許多組織中的兒茶酚胺耗竭（包括大腦）因而產生顯著的鎮靜作用。這種鎮靜作用可能報強，間接地降低了性慾；由於臨床上患者有顯著的抑鬱表現，因而即使劑量相當小也會降低性慾。一旦出現抑鬱現象，則患性功能障礙及性慾減退的患者的百分率就會相當高。利血平也有一種潛在的內分泌樣作用，可引起催乳素水準升高，因而有時導致男子女性型乳房和溢乳。

（八）心得安

這是一種B-腎上腺素能阻滯劑，最初用於治療心律紊亂，近來還用於治療高血壓等多種疾病儘管有些作者認為服用此藥不會發生性問題，但是最近有人報導了幾例心得安誘發的陽萎。

相對而言，心得安和肼苯噻嗪無影響性功能的副作用，這對於那些因服用其他降壓藥而產生性功能障礙的患者來說，則以應用此二種藥物為好。

但是，由於心得安可降低心率和心輸出量，因而在運動期間可阻斷心臟反應，故患者有充血性心力衰竭傾向時，應用心得安要格外慎重。

（九）可樂寧

一種較新的降壓藥，主要作用機制是通過中樞作用降低外周交感神經的功能。儘管有人聲稱此藥無性功能方面的副作用，但現有證據表明，10-20%的男性服用該藥後可發生陽萎或性慾減退。

最近有人研究了聯合應用可樂寧和氯噻嗪利尿劑的28名男性，發現其中5名（17.9%）有陽萎，4名（14.3%）有性慾減退。

目前已經知道，可樂寧可以影響，B-腎上腺素能受體，因而可強烈抑制血漿中兒茶酚胺和胰島素的作用，導致高糖血症和糖耐量損害。目前對此種代謝變化對性功能可能有何影響，尚不清楚。

以下簡略地討論一下近年採用於治療高血壓的兩種藥物，美多心安（Metoprolol）是一種類似心得安的B-腎上腺素能阻滯劑。其較常見的副作用是疲乏、嗜睡和抑鬱。一般認為，應用該藥很少發生性功能障礙，除非患者已出現抑鬱症狀。已有報導，服用美多心安之後可產生纖維性海綿體炎（佩羅尼氏病）。

呱唑嗪通過擴張周圍血管而降低血壓，服用該藥後，15%的男性和女性可發生性慾障礙，但是很少出現陽萎。對於因為應用其它降壓藥面產生性功能障礙的患者來說，可以改用該藥替代。

（十）神經節阻滯劑

例如安血定和美加明，現已不常應用。服用這類藥物的患者，相當多的人可發生性問題。這些藥物阻滯副交感神經，所以往往會導致尿瀦留，也是該類藥物的副作用之一。

有關高血壓的治療，是一個關係到千百萬群眾健康的重要問題。讓患者遵照醫療常規去執行治療計畫往往是非常困難的。部分原因是因為高血壓常常不為人們所注意---高血壓病患者常常並不感到自己有病，他們對藥物副作用的煩惱，有時後來超過了高血壓病本身。

這一複雜問題雖然需要從多方面加以解決，包括對患者進行必要的教育，這對於更好地治療可能是有益的。

衛生保健人員應該把降壓藥可能對性功能產生的影響及時告訴患者，這是更好地治療患者的重要一步。以下幾點值得推薦：

1、在開始對高血壓患者實施治療計畫前，應瞭解患者的一般性功能情況。這些病史往往十分重要，這樣有助於今後判斷出現的性問題是否與用藥有關，並且也能使病人談論性功能方面的問題。

2、根據一般常識和醫學理論，選擇用藥要因人而異。例如，對過去有抑鬱史的病人不應選用利血平，對準備讓女方受孕的男性，不宜選用胍乙啶。

3、關於是否要把用藥後可能產生的副作用告訴病人，這一點並無絕對準則。有時告訴男性患者服藥後可能會發生陽萎，也會對病人產生壓力，這也許會真的導致陽萎。但是一般而言，治療前進行坦率的討論，是較明智的。

我們可以用這種方式告訴病人："如果你身上發生這個問題，請立即告訴我們，我們很容易調整你的用藥，使性功能恢復正常。"

關鍵在於使病人認識到：藥物引起的性功能問題是可逆的。

4、在病人服用抗高血壓藥物期間，如果有性症狀產生，不能想當然地認為這就是用藥的結果。醫生應追問病人是否還服用其他藥物或者是

否服用了某些禁用藥物。同時要肯定問題的發生並不是婚姻衝突、飲酒、或某種偶發疾病所致。

還要弄清服藥時間與症狀表現，從生理學觀點看是否符合邏輯。例如是不是在增加某種藥物或劑量加大之後就立刻出現症狀了呢？要警惕精神因素引起性功能紊亂的可能性。

5、糾正因服用降壓藥所產生的性功能問題，宜採取下列措施：用另一種藥物充分控制血壓；或酌情減少該藥的劑量；或加用某種新藥；或增加病人已在服用的另一種藥物的劑量。

控制血壓的常用方法是聯合用藥，這樣可允許選擇不同作用機制的藥物，因而可減少藥物的副作用。

6、以後每次隨診時，一定要詢問病人有關性的問題。這些詢問有助於決定患者能夠耐受的特定藥物的劑量，並且有助於在患者因性問題而難以繼續用藥之前，就發現患者的性功能障礙。

目前大家所關心的一個問題就是病人很少服從治療計畫，而這種治療計畫是可以有效地控制高血壓的。

所以較仔細地注意抗高血壓藥物對性功能的不良作用，肯定將有助於改善患者對治療的態度，因而可減少高血壓的發病率和死亡率。

二、激素

對於內源性睾丸酮分泌功能正常的男性說來，雄激素通常不會增加性慾或性交能力；不過一些有睾丸酮缺乏的男性，用雄激素治療，可使性慾或性交能力恢復到基礎水準。

給予外源性的雄激素，可抑制男性的下丘腦-垂體-睾丸酮。因此長期應用中等量或大劑量的雄激素，可產生睾丸萎縮，並伴有精子生成的

顯著減少。

對於大量應用同化激素的男運動員來說，這種作用可能是個問題。因為這些藥物是作用較弱的雄激素，所以常常可導致不育。

據報告，某些正常人給予睪丸酮後，可輕度增強性慾。但是這似乎是病人對藥物的依賴所造成的，因為雙盲法研究不能證實這種作用。

然而由於這種緣故，雄激素治療有時仍被推薦為輔助性精神療法；但如果運用一種無藥理作用的安慰劑，顯然更為明智。這樣就無需處理因服用雄激素可能產生的危險。

由於一些雄激素在男性血循環中可代謝為雌激素，故男子女性型乳房可由這些激素而產生。應用雄激素的另一危險是引起前列腺肥大，或者可能使前列腺癌加重。

女性應用大劑量雄激素，亦可增強性慾，但是這種效果因下述副作用而變得很有限：多毛、痤瘡、陰蒂肥大和鈉瀦留等，這些都特別令人煩惱。

如果懷孕婦女服用雄激素，則可能有女性胎兒男性化的危險，這與何時服藥，服藥時間長短以及藥物劑量有關。

雌激素用於男性患者（例如：治療前列腺癌）可迅速使性慾減退或消失，並必然導致陽萎。這種作用可能系睪丸酮生成受到抑制所致。

應用雌激素的另一個常見的不良後果是射精功能損害，即使可以射精，精液的量也顯著減少。

應用中等劑量或更大劑量的雌激素時，特別容易發生精子生成抑制與男子女性型乳房，還可以有鬍鬚生長顯著減慢的表現。

雄激素用於女性時，一般對性慾並不發生直接影響，不過，也並非完全如此。當雌激素缺乏時，雌激素替代療法可維持陰道的潤滑和陰道粘膜的完整，並使乳房豐滿。

雄激素拮抗劑具有對抗雄激素的藥理作用。合成類固醇化合物環丙氯地孕酮（Cyproteroneacetate）是雄激素拮抗劑的基本構形。此類藥物的機理是：在雄激素的所有靶器官上（其中包括腦），充當雄激素的競爭性抑制劑；環丙氯地孕酮可模擬等量的睪丸酮，因而可導致下丘腦-垂體-睪丸軸"關閉"。

環丙氯地孕酮可導致男性性慾減退，勃起功能損害及性高潮反應降低。這些並非藥物的副作用，而正是藥物本身的治療作用。故此藥在歐洲用於治療性越軌或性犯罪。

應用此藥一周後可出現這些治療效果；但對子嚴重的性犯罪者，用藥時間可達3-4周，以後可達到一個穩定期。

服用此藥，精子生成可顯著減少；用藥後6-8周之內，典型者可暫時不育。事實上，當前的研究方向是把雄激素拮抗劑的性功能的影響和對生育力的影響分離開來，以便能提供一種男用避孕藥。

應用環丙氯丙孕酮常出現男子女性型乳房。停止用藥後，其所有的不良影響均可恢復。在一到二周內，性慾、勃起、射精功能都可恢復，而男子女性型乳房和不育則需4-6個月後才能得以糾正。

應用此種藥物與精神治療結合，即使在停止用藥後，通常也可能維持已改善了的性行為。

但目前在美國該藥還沒有被批准用於臨床。與這一藥物有關的許多道德方面問題尚需解答，此外，該藥的生理安全問題及有關副作用仍需進一步研究。

醋酸甲基乙醯氧孕酮（MPA）是另一種類型的雄激素拮抗劑，目前用於治療男子青春期早熟和性犯罪行為。MPA能降低睪丸酮的生成並可使性慾減退；雖然垂體-腎上腺軸也受影響，但是對垂體功能的作用以抑制促性腺激素最具有特異性。

長效MPA可戲劇性地降低病理性的性慾狀態，使性幻想（例如狂熱的戀童癖）減退。但是，事實上這類激素廣泛用於治療各種類型的慢性疾病，因而引起臨床上的關注。

長期應用每日劑量超過相當於20毫克的可的松，可明顯抑制下丘腦-垂體-腎上腺軸。

但是如果劑量再增大，可產生更多的可的松副作用，性功能方面可能造成的併發症，包括高血糖、暴露原已存在的隱性糖尿並增加易感性（包括陰道炎）、肌肉軟弱和肌萎縮、抑鬱和其他精神紊亂，以及垂體促性腺激素分泌受到抑制。

已有報導可的松每日劑量達30毫克時，可抑制精子生成而不影響其他睪丸功能，並報導對卵巢也有各種影響。在分析病人的性問題時，必須考慮到需用可的松長期治療的原發疾病，因為慢性疾病本身在男性和女性中也能減低性慾和對性反應產生有害的影響。ACTH或合成促皮質激素的同類物也能降低成年男性的血循環中的睪丸酮水準。

三、安定藥、鎮靜劑和安眠藥

評價減輕焦慮的藥物對性功能的影響是較為困難的。因為減輕焦慮可增強性功能，而鎮靜劑通常又降低性反應和性慾。除此之外，有關這些藥物的性功能方面的副作用，至今仍沒有系統地研究過。

安寧是歷史上首先在臨床上廣泛應用的安定藥，不過目前已不再象過去那樣普遍使用了。其藥理作用在許多方面與巴比妥相似。此藥似乎

對大腦邊緣系統有特異性作用，因而可直接改變性慾或性功能。

不過目前尚無資料可以闡明此問題。當今，苯二氮卓類

（Benzodiazepine）化合物，利眠甯和安定，是最常應用的安定藥。兩種藥物均有鎮靜、抗焦慮及肌肉鬆弛作用。每種藥物都能增強或降低性慾，其原因分別是減輕焦慮和鎮靜的結果。

服用利眠甯或安定可能會發生陽萎，但這僅發生於服用劑量很大的情況下，因而並不常見。

然而，任何性功能不全當初都有焦慮的影響，故這些藥物通過減輕焦慮而對性功能有所裨益。據有人報告，應用苯二氮卓可產生輕度的月經不調和損害排卵，不過後來研究未能證實這些觀察結果。有些服用苯二氮卓化合物的病人中，曾發生溢乳現象。一項報導指出，在妊娠頭三個月內，服用安寧或利眠寧可增加先天性畸形的危險。

巴比妥常用作安眠劑、鎮靜劑或抗驚厥劑。這類藥物可抑制中樞神經系統、周圍神經以及骨骼肌和平滑肌的興奮性。

巴比妥能抑制雄激素對於大腦的性分辯能力；在大劑量時，能抑制垂體促性腺激素的釋放。濫用巴比妥的婦女，月經不調很常見，長期服用巴比妥，可改變血循環中睪丸酮和雌二醇的水準，其機製備刺激肝臟產生代謝這些激素的酶。

巴比妥有時能降低性抑制作用，因而可增強性功能。但是，巴比妥服用者，出現性慾減退、陽萎或性慾高潮反應喪失的現象則更為常見。然而許多長期服用巴比妥者似乎並無性功能的改變。

安眠酮（Methaqualon）為一種非巴比妥類安眠藥，由於其在違法私用者中能增加性功能，因而近來有了很好的聲譽。這種化合物的實際研

究工作尚未進行，根據已發表的調查材料，似乎該藥對性功能的影響變化很大。某些人用此藥後，也可能對性功能產生有害的影響。

四、用於治療精神病的藥物

吩噻嗪（Phenothiazines）類藥物廣泛用於治療精神病，在慢性精神分裂症治療方面已出現了-場變革，可允許許多病人在醫院以外生活。

這些藥物也可用於治療其他各種精神病：對噁心、嘔吐及頑固性呃逆的療效也較好。吩噻嗪對於感情和運動都產生鎮靜作用，並對神經系統各個水準都有作用。

氯丙嗪--此類藥物的原型，具有很強的腎上腺素能阻滯作用，並有較弱的膽鹼能阻滯作用。此藥也具有內分泌活性，通過作用於下丘腦，能使循環中的催乳素增加，並抑制促性腺激素的分泌。

所以，該藥能阻止排卵、引起月經不調：誘致溢乳或男子女性型乳房以及睪丸縮小等。

儘管有這些副作用，應用吩噻嗪後性功能障礙並不常見。陽萎發生，多在氯丙嗪的每日劑量這400毫克或更多。性縮減退更為常見（約占10%-20%的患者），也許是這些藥物鎮靜作用的一種反映。

由於精神紊亂所致的性行為亢進，常需停止應用吩噻嗪類藥物。甲硫噻嗪（Thioridazine）的副作用是抑制射精，據推測是藥物自身分解所致；另據報告，吩噻嗪類藥物也有這種現象。某些吩噻嗪類藥物有抗組織胺作用，激起性興奮時也許可使陰道的潤滑性降低。吩噻嗪類藥物也可能與其他各種藥物相互作用，包括酒精、巴比妥和麻醉藥，聯合應用這些藥的患者，可顯著增加性功能副作用。

氟哌啶醇（Haloperidol）是一種非吩噻嗪類藥物，用於治療各類精神病；該藥對於圖雷特氏病（GillesdelaTourette綜合徵：運動、全身痙攣

性運動以及強迫猥褻行為）特別有效。由於這種藥物阻滯了中樞神經系統裏的多巴胺，可引起能乳素的增加，因而常見的副作用是溢乳和男子女性型乳房。

服用此藥的男性，10-20%發生陽萎；女性病人可發生月經不調，有趣的是，給予小劑量的氟呱啶醇可使睪丸酮生成增加，但是當給予大劑量時，則可抑制睪丸酮的生成。

單胺氧化酶抑制劑（MAO抑制劑），可用於治療抑鬱症，通常很少用於治療高血壓。應用單胺氧化酶抑制劑之後，腦和其他組織中的多巴胺和去甲腎上腺素水準往往可增高，但是這些生化改變是否系治療效果的作用所致，這尚不清楚。

應用這些藥物，藥物本身的副作用通常與劑量有關，用MAO抑制劑的男性25-30%有射精延遲或不能射精，接受該藥中等或較大劑量的治療後，約10-15%的男性發生陽萎。停藥幾周後，這些典型的不良影響可出糾正。有證據表明MAO抑制劑可能在男性中降低了睪丸酮的生成。

三聯抗抑鬱劑(丙咪嗪、阿米替林（Amitriptyline)和有關的化合物)對治療抑鬱療效很高。在考慮這類藥物出及MAO抑制劑對性功能的副作用時，應該記住，性慾減退和性功能損害是常見的，大部分患者都有此問題。

大多數情況下，很好地醫治精神性疾患，則可使性功能得到改善，但是，約5%的精神抑鬱症患者（主要是那些性功能較好的患者），每當抑鬱症狀加重時，"三聯化合物"均可引起似是而非的性功能紊亂。

有時此種反應好象由於這些藥物的阿托品樣效應所引起的，如：口乾、便秘、嗜睡、心動過速、尿瀦留和陽萎等。這種情況下減少用藥劑量或更換不同的"三聯"化合物，有時可使性功能失調的症狀減輕或消失。

此外，應用"三聯"抗抑鬱劑也可出現射精抑制。碳酸鋰是一種用於治療狂躁、較度狂躁以及狂躁-抑鬱雙向性綜合徵的藥物。已知該藥有各種各樣的內分泌效應，包括誘發輕度甲狀腺腫和輕度甲狀腺機能低下的傾向、干擾抗利尿激案的效應，並抑制成年男性的血清睪丸酮水準。

目前尚難以估計這類藥物對性行為和性功能的影響，原因在於首先對這類藥物尚未進行系統研究，其次由於狂躁症的性功能變化多端，性功能亢進以及性功能低下兩種情況均可發生。但是，由於應用鋰劑可引起內分泌改變，某些人應用該藥後，很可能發生陽萎。

五、其他藥物

抗膽鹼能藥物，最初用於治療胃腸道疾病；例如，消化性潰瘍並過敏性結腸炎。由於該藥可抑制乙醯膽鹼，故也能抑制副交感神經系統，因而使陰莖不能反射性充血（此作用通常可引起並維持陰莖勃起），由於存在這些效應，接受這類藥物的男性，常發生陽萎。

應用抗膽鹼能藥物之後，女性則常有陰道滑潤性減退、性興奮障礙，因為這些現象與陰道組織的血管充血性改變有關。

甲氰咪胍（Cimetidine），一種組織胺拮抗劑，用於治療十二指腸潰瘍病，已有報導可引起陽萎。男子女性型乳房是該藥常見的一種副作用，此藥也可妨礙精子生成及引起下丘腦-垂體-性腺軸改變。

冠心平（Clofibrate）用於降低血清膽固醇和甘油三酯的水準，該藥在某些病人中可降低性慾並損害性交能力，其機理不明。

據報導，戒酒硫（Disulfiram）偶可引起陽萎，這是該藥的作用，還是酒精中毒者本身存在嚴重的性功能問題，對此尚不清楚。

洋地黃和其他強心糖苷也能引起陽萎和男子女性型乳房；其作用機理可能與地戈辛能降低血循環中睪丸酮水準有關，不過這種反應主要是由於慢性疾病和血循環動力改變所致，而並非是該藥本身的反應。

抗組織胺藥因為有鎮靜作用，在男性或女性中都可使性慾減退；在應用抗組織胺藥物期間，女性陰道潤滑性可顯著減退。左旋多巴，主要用於治療帕金森氏玻此藥最初在臨床上應用時，相當引人注目；因為該藥不但能有效地減輕震顫、麻痺以及共濟失調，而且有報導指出，應用該藥可使性慾旺盛。

然而，更仔細觀察和分析的結果表明，主旋多巴對內分泌功能有很強的作用，能抑制催乳激素和增加血循環中的生長激素水準，但是在男性中並不能增加睪丸酮的水準。

據推測，患者性慾改善，可能由於接受左旋多巴治療之後病情緩解的緣故。

女人沒有了性慾，難道都是牛奶惹的禍？

女人沒有了性慾，難道都是牛奶惹的禍？

你可能作夢也不會想到，女性性慾的隱藏殺手會是飲食。有關專家提示：如果你常常感到性慾低落，看醫生又找不出原因，那麼就要從你家的廚房下手。

阿月突然發現自己對“那種事”沒了興趣。寂靜的夜晚，面對情緒高潮的丈夫，阿月除了內疚別無他法。後來，她背著丈夫跑到醫院，一番繁瑣的檢查後，醫生的結論使她大吃一驚：“性慾低下竟緣於自己長期飲用牛奶……”

女人的“性”趣剋星

女人偏食是一種很平常的事情，因為女人天生就擅長隨心所欲，可也許這樣就會給自己帶來許多不必要的麻煩。

不信聽聽專家是怎麼說的：

任何食物都含有可能造成過敏的分子——抗原，經人體服食後，抗原會刺激免疫系統，產生抗體。抗體再和其他複合免疫分子結合，如果飲食得當，食物的抗原體間保持恰當的間隔，人體自身“管理家務”的運作系統可能將它們掃除一清。

但如果長期服食一種食物，人體的這種本能就會被掩蓋，複合免疫分子像雪球一樣越滾越大，可能停留在體內的任何地方，阻塞微血管，妨礙血液及體液的流行，導致性能力耗盡。

一般來說，女性的身體對複合免疫分子的抵抗力較低，乳腺、眼下肌膚和陰道等易受感染的細嫩組織，會因此紅腫或發炎。

最新的研究顯示，陰道是最先發生過敏反應的地方，這也是偏好食物過敏併發症與女性關係密切的原因。

牛奶、小麥、蛋、黃豆、蕃茄、一切發酵製品和化學添加劑，都容易造成過敏反應。但是，每個人的體質不盡相同，某人過敏的食物，也許很適合另外的人，也許有人喝了一輩子牛奶也不會產生性慾低落的感覺，這得視個人情況而定。

做個性情女人

如果你對很多食物都不過敏，仍然無法充分享受床第之歡，除了心理上可能有些許原因外，建議你還是查查你的飲食習慣。

研究顯示，飲食中如果缺乏足夠的基本脂肪酸，也會引起性慾降低，造成不孕。有意吃素減肥者，體內可能沒有足夠的脂肪產生女性荷爾蒙——女性荷爾蒙能使陰道潤滑，引起月經，具有生殖力。

蛋白質：

早餐所吃的東西，足可決定你晚上的心情。早餐如果富含蛋白質，可以穩定且和緩地向你的身體提供所需的能量，使體能發揮到最大的極限。牛奶、酸乳酪、蛋類都是極好的選擇。

維生素B：

又稱抗壓力維他命，能把糖轉化成能量，使身心適應疾病、壓力、睡眠不足。如果攝取量不足，會引起煩躁不安、緊張、疲倦，導致性慾低落。

酵母和麥芽富含維生素B，但它們可能引起過敏反應，不如代以糙米、麻油、栗子、菜豆、豬肉、去除脂肪的肝腰等。

維生素C：

性慾主要來自大腦的基部——生殖腺刺激荷爾蒙產生的地方，也就是腦下垂體。根據實驗室對兔子所作的實驗，性交之前，其腦下垂體充滿了維生素C，而性交之後，所有一切消耗殆盡。

柑桔類並非維生素C的唯一來源，甘藍菜、蕃茄、蘿蔔、馬鈴薯、紅綠辣椒、南瓜等，都會有豐富的維生素C。

揭露“春藥”的內幕

揭露“春藥”的內幕

如果性能力是指性交時間的長短，那麼天下人都比不上蒼蠅。在蒼蠅短短的一生裏，性交時間所占的百分比，肯定比任何一對慣於“持久戰”的夫妻要高得多。如果性能力是指“十八般武藝輪番上陣”，那麼人還是比不過蒼蠅。它們在風馳電掣之中、天旋地轉之時，照樣可以卿卿我我，哪一位人類能夠如此這般呢？

如果性能力是說惟我獨尊、以性逞威，那麼蒼蠅還是比人強，因為它們沒有強姦罪，大可以肆意橫行。尤其是，丈夫們怎麼也學不會公蒼蠅那幾招兒。

如果性能力是說傳宗接代的本事，那麼人口再爆炸，也不如蒼蠅多。

不過，要是性能力指的是尋花問柳、攻無不克，那麼蒼蠅就甘拜下風了。因為它們真的是“過把癮就死”，不象人那麼虛偽。可是話又說回來了，這種“性能力”再強，還不是“從牆外強到牆裏（大牆裏面）去了”？

這些戲言是有感而發的。

時下，不知有多少種“進口貨”的商標和廣告上，或明或暗地寫著“增強性能力”的說詞。

凡是能下肚的東西，恨不得都往這兒靠近，大概只剩下自來水公司沒這麼說了。

有的擅長故弄玄虛，用大號黑體字印著：“嚴禁青春男女及幼童眼用，以防性早熟”。

有的一副老實巴交的樣子：“長期服用，方可見效”。

若不是還有人管著，“春藥”二字恐怕早已寫得滿山遍野了。

大的不講，深的不談，只請諸位想想：

性能力，當然要講生理上的能力和行為方面的能力，但是不講心理能力、愛的能力和協調雙方關係的能力，縱有中燒之慾火，又如何能覓得良偶佳人？縱有結婚證作為保險單，又何來魚水交融之歡？縱然是老夫老妻，又如何保得對方不是心如古井？

“春藥”這玩意兒，不屬於性文化，倒是應該歸入“食文化”。似乎只要吃下去一點什麼，就是面對不共戴天之異性，人也會春心大動；就是前清的太監轉世，也會返老還童；就是愛意全無、人面獸心，也會自得其樂……

該結束這種迷幻了。不僅靠知識，還要靠自信，堅信自己的心靈無限豐富，堅信心靈的幸福只能用心靈去尋求，堅信哪個賣假藥的也不能把自己變成“橫路進二”。

中藥消除你的“快槍手”毛病

早洩是指男子在性交時陰莖尚未接觸陰道就自行射精或插入極短時間即行排精的病症。房事不節或頻犯手淫，致腎精耗傷腎陰不足，也會引發本病。素體虛弱或遺精日久，導致腎陰腎陽俱虛亦可有此病。同時一定的心理原因也可發生。

【中藥治療】

1、露蜂房、白芷各10克，烘乾發脆，共研細末，醋調成麵團狀，臨睡前敷肚臍（神闕穴）上，外用紗布蓋上，像皮膏固定。

每天敷1次，或隔天1次，連續3-5次。

2、鎖陽、金櫻子、黨參、淮山藥各20克，五味子15克，小公雞1只。

將雞脫毛開膛去內臟雜物，洗淨，連同藥物一併放入大燉盅內，注入開水八成滿，蓋上盅蓋，放入滾水鍋中，隔水燉四小時即成，食肉飲湯。

3、地龍2克，茯苓3.25克，小茴香0.75克。

諸藥研末，做蜜丸。

此為1次量，1次1丸，1日3次，10日為1療程。

4、地龍2克，茯苓3.25克，小茴香0.75克，熟地、生地各1克，黃連0.5克。

研末混合，用水調糊狀貼在穴位上（辨證取穴，如三陰交、心俞、肝俞、腎俞、湧泉、關元等）用膠布固定。

【名家妙方】

1、取五倍子20克，加水，用文火煎熬半小時，再加入適量溫開水。

乘熱薰蒸陰莖龜頭數分鐘，待水溫降至適度時，可將龜頭浸泡在藥液中約5-10分鐘。

每晚1次，15-20天為1療程，一般1-2個療程。待龜頭皮膚粘膜變厚、變粗即可。

注意：在治療期間禁止性交。

2、雞骨100克，黑豆30克，五味子6克，水煎服，每日1-2次。

3、泥鰍2條，山楂30克，鹽適量，水煎，喝湯吃泥鰍，每日1-2次。

4、豬脊髓、五味子各15克。

水煎服，每日2次。

5、枸杞子30克，乾薑6克，百合30克。水煎服，每日2次。

6、豬腰1對，核桃仁30顧。上2味同燉爛食。

7、核桃仁200克，食油、白糖各適量。核桃仁用食油炸酥，加糖適量研磨，成為乳劑或膏劑，1-2天內分次食完。

或核桃仁100克，同大米煮粥，加糖適量食用。

8、羊腎2個，羊鞭（公羊的生殖器）2條，肉蓯蓉12克，枸杞10克，巴戟天12克，山藥15克，熟地10克。

將前腎、羊鞭剖開洗淨，藥物用紗布包好，加水同燉，開鍋後改文火，吃肉飲湯，日服一次。

9、麻雀4只，花生油、鹽末各適量。

將麻雀去毛及內臟雜物，洗淨、晾乾；將油放入鍋內燒至六成熟，下麻雀炸呈金黃色取出，把油倒出，用原鍋炒鹽末少許即成。

吃麻雀肉蘸鹽，每日兩次，每次兩隻，可連用幾天。

10、仙靈脾60克，燒酒500毫升，鹿茸1.5克，食鹽少許。同煎，每次服2盅。

【宜與忌】

1、新婚初次性交，或夫妻久別重逢所出現的早洩現象，不能作為病態對待。等性生活正常後，早洩現象就會消失。

2、因陰莖包皮系帶過短等原因造成的早洩，應去醫院作手術治療。

3、調整情緒，性生活時要做到放鬆。

4、勿縱慾，勿疲勞後行房。

5、男方患有早洩，女方切勿埋怨責怪，以免加重男方的心理壓力，更不可有性懲罰。

6、加強體育鍛煉，愛好廣泛，戒手淫。

7、採用“壓捏”術可延遲射精。即女方對男方的陰莖給予刺激，快要射精時，婦再緊緊壓捏住陰莖頭與陰莖杆之間的地方約3-4秒，陰莖勃起狀態會減少10%-30%。大約過30秒鐘後，夫婦再恢復包括刺激陰莖在內的性戲。

如果男方又覺得要射精了，女方再重複壓捏陰莖的動作。這樣可使性愛前奏的時間長達15-20分鐘而不致射精。接受這種早洩治療的人，其

治癒率可高達98%左右。

版權頁

Danyang Culture 100

兩性・婚姻 07

壯陽與性

作者 / 艾麗

封面設計 / 牛奶糖

編輯 / 風采個人工作室・將將

排版 / 凱撒

出版者 / 羅達文創有限公司

書友服務信箱 / 台北郵政3104號信箱

統一編號 / 24492390

網址 / <http://www.danyangculture.com>

書友服務專線 / (02) 2358-7893

Email / papapan88899@gmail.com

傳真 / (02) 23030-555

出版日期 / 2013年10月15日初版

定價 / 190元

《版權所有・翻印必究》



作者／艾麗

出版／丹陽文化有限公司

數位出版、發行／聯合線上股份有限公司

udn 讀書吧 <http://reading.udn.com>

E-mail／ebook@udn.com