

<<前列腺疾病家庭防治与调养>>

图书基本信息

书名：<<前列腺疾病家庭防治与调养>>

13位ISBN编号：9787509160237

10位ISBN编号：7509160235

出版时间：2012-12

出版时间：人民军医出版社

作者：王强虎

页数：161

字数：171000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<前列腺疾病家庭防治与调养>>

### 前言

前列腺疾病是当今社会生活中男性常见的一种疾病。由于前列腺是男性的重要器官，因此，成年男性要做好前列腺疾病的预防工作，这对于抵抗前列腺疾病侵袭是非常重要的。

因为前列腺疾病病变不仅影响男性的身体健康，严重者甚至性生活也就此终止。

有关资料显示，近十年来，国内因前列腺增生症住院治疗的病例占泌尿外科住院人数的14.1%，高于前十年的10.1%。

71岁以上高龄组的住院比例在十年间从原来的19.7%增加到29.7%。

但发病年龄仍以61~70岁组为最高。

城市居民前列腺增生症的增长速度明显高于农村，但又远低于发达国家的增长速度。

男性尸检显示，我国男性前列腺增生发病率从1936年的6.6%增加到1992年的36.6%。

半个世纪的时间增加了5倍多。

从许多流行病学的资料统计结果不难看出，前列腺增生症的发病率随着年龄的增长而递增，但临床以61-70岁人群症状最明显。

此外，工业化程度高、生活水平高、动物蛋白摄入多的国家或地区的发病率亦高，因而，有人认为本病的发生与环境 and 饮食等因素有关。

从职业来看，脑力劳动者的发病率明显高于体力劳动者。

由此可见，普及前列腺疾病的防治知识时不我待。

本书从疾病概述（包括病因、临床表现、诊断、鉴别诊断、检查、危害与并发症等）、饮食宜忌、日常生活起居宜忌、运动宜忌、治疗宜忌等方面对前列腺疾病的预防作了全面、准确、通俗易懂的介绍。

同时，为了向患者提供更细致贴心的帮助，书中还介绍了前列腺疾病的家庭自我疗法，以及现代医学中的音乐、心理调护的治病方法等，以便使患者掌握更多的自我治疗方法。

本书内容丰富，文字深入浅出，条理清晰。

书中介绍的方法具有自然性和保健实用性强的特点，使读者易读、易懂、易掌握，在家中就可进行自我治疗和保健。

本书力求成为一本极具实用价值且便于操作的家庭保健及医学防治工具书，让你体会亲切温暖的关怀和照护，权威可靠，就像您的家庭医师，随时随地答疑解惑。

希望通过本书的阅读，让更多的读者和患者朋友走出前列腺疾病的困扰，健康快乐地生活。

## <<前列腺疾病家庭防治与调养>>

### 内容概要

本书从前列腺疾病的基本病因、临床表现、诊断鉴别、检查等方面入手，就前列腺疾病的饮食宜忌、日常生活起居宜忌、经穴按摩的养护宜忌、运动宜忌、防治就医宜忌等作了全面、准确、通俗易懂的介绍，内容涵盖了现代医学中的音乐、心理调护等治病方法，为患者提供了更多自我治疗的途径。

本书条理清晰，重点突出，实用性强，所介绍的方法读者易于掌握，在家中就可进行自我治疗和保健，是一本极具实用价值且便于操作的家庭保健医学图书。

## <<前列腺疾病家庭防治与调养>>

### 作者简介

王强虎主任医师，国内著名养生学专家，健康类畅销书作者，现为全国针灸临床研究中心陕西中心副主任。

出版著作8余部，其主要著作不但畅销于大陆，且多部图书的版权输出到港、台地区，5种图书获全行业优秀图书对外输出奖，28年《拯救猝死》一书获全行业畅销书图书奖，21年主持的《中国针灸对外交流通鉴》获国家出版基金资助。

29年至21年连续两年主持陕西省人力资源社会保障厅《健康送专家》三部图书编写工作，29年著的《孙思邈养生长寿之道》入选陕西历史文化百部丛书。

让每个人都健康的生活是作者的恒久信念。

## <<前列腺疾病家庭防治与调养>>

### 书籍目录

#### 第1章 认识前列腺——四宜五忌早知道

- 一、前列腺的位置与尊容
- 二、前列腺的结构
- 三、前列腺具有双重分泌功能
- 四、前列腺与男性泌尿活动的关系
- 五、前列腺疾病引起排尿异常的表现
- 六、什么样的男性前列腺容易出问题
- 七、前列腺炎为什么好发于青年
- 八、什么是急性细菌性前列腺炎
- 九、什么是慢性细菌性前列腺炎
- 十、什么是慢性无菌性前列腺炎
- 十一、慢性前列腺炎会传染吗
- 十二、前列腺炎对人体有什么危害
- 十三、慢性前列腺炎的治愈标准
- 十四、诊断前列腺炎为什么要查尿
- 十五、B超检查能确诊前列腺炎吗
- 十六、什么是前列腺增生症
- 十七、前列腺增生症的分期
- 十八、前列腺增生为什么多发生于老年男性
- 十九、前列腺炎与前列腺增生的区别
- 二十、老年人可同时患前列腺增生与炎症
- 二十一、前列腺增生症的危害和并发症
- 二十二、前列腺增生患者当心尿中毒
- 二十三、前列腺疾病不治有癌变可能
- 二十四、前列腺疾病确诊需要做哪些检查

#### 第2章 调养前列腺——饮食宜忌把好关

- 一、宜于调理前列腺疾病的食物
- 二、宜于调理前列腺疾病的药茶
- 三、药茶饮用的宜忌
- 四、宜于调理前列腺疾病的汤羹
- 五、宜于调理前列腺疾病的药粥
- 六、熬制药粥的宜忌
- 七、宜于调理前列腺疾病的药膳
- 八、宜于调理前列腺疾病的药酒
- 九、前列腺疾病药酒调养宜忌
- 十、前列腺疾病的饮食宜忌
- 十一、益于调理前列腺的维生素E
- 十二、富含硒的食物益于前列腺健康
- 十三、富含锌的食物益于前列腺健康
- 十四、前列腺疾病患者忌喝水不足

#### 第3章 静养前列腺——调适心理起居有宜忌

- 一、前列腺炎与心理因素有关吗
- 二、前列腺疾病患者要谨记“三忘策略”
- 三、前列腺疾病患者应具有良好的心态
- 四、前列腺疾病患者忌不良心理

## <<前列腺疾病家庭防治与调养>>

- 五、防止将抑郁症误诊为前列腺炎
  - 六、内观静养益于前列腺疾病好转
  - 七、“笑”能改善前列腺患者症状
  - 八、“移情易性”益于前列腺疾病康复
  - 九、音乐是前列腺患者解郁的好方法
  - 十、前列腺疾病患者宜常垂钓
  - 十一、前列腺疾病患者宜常练书画
  - 十二、前列腺疾病患者登山娱乐宜忌
  - 十三、前列腺疾病患者更要防便秘
  - 十四、前列腺增生患者的坐姿有讲究
  - 十五、骑车过久易患前列腺疾病
  - 十六、前列腺也怕冷，天气转凉要注意
  - 十七、前列腺疾病影响性功能
  - 十八、规律性活动有益于前列腺健康
  - 十九、长期禁欲无益于前列腺健康
  - 二十、有手淫习惯者有害前列腺
  - 二十一、新婚期性生活过频有损前列腺
  - 二十二、慢性前列腺炎与性欲亢进
  - 二十三、慢性前列腺炎与不育症
  - 二十四、慢性前列腺炎引起不育症的原因
  - 二十五、男性慢性前列腺炎与女性流产
  - 二十六、如何判断前列腺炎会不会传染
  - 二十七、前列腺切除后是否影响性生活
  - 二十八、慢性前列腺炎患者切勿盲目进补壮阳
  - 二十九、前列腺增生患者性生活宜忌
- 第4章 按摩前列腺——经穴操作谈宜忌
- 一、按摩养护前列腺以经络学说为基础
  - 二、家庭按摩养护前列腺的常用手法
  - 三、家庭按摩养护前列腺的具体操作
  - 四、穴位家庭按摩养护前列腺
  - 五、前列腺疾病患者宜用足部按摩
  - 六、前列腺疾病患者的足浴宜忌
- 第5章 运动防治前列腺疾病——科学宜忌有讲究
- 一、前列腺疾病患者的运动养护原则
  - 二、适度运动有助于前列腺疾病康复
  - 三、前列腺炎和前列腺增生患者要加强骨盆运动
  - 四、宜于前列腺炎和前列腺增生患者的运动
- 第6章 防治前列腺疾病——就医也有宜与忌
- 一、前列腺疾病尽早治疗是关键
  - 二、治疗前列腺疾病强调中西医结合
  - 三、前列腺疾病诊疗时容易被误诊
  - 四、药物对前列腺为什么难以起作用
  - 五、前列腺疾病与日常用药注意事项
  - 六、分期治疗前列腺炎的三个阶段
  - 七、前列腺炎的抗生素治疗
  - 八、前列腺疾病的中医辨证施治
  - 九、淋菌性前列腺炎如何治疗

## <<前列腺疾病家庭防治与调养>>

- 十、真菌性前列腺炎如何治疗
- 十一、前列腺增生出现血尿如何治疗
- 十二、前列腺炎的腺体注射疗法
- 十三、前列腺疾病常用药物宜与忌
- 十四、前列腺增生患者忌用的药物
- 十五、民间外治法巧治前列腺增生
- 十六、慢性前列腺炎的免疫调理
- 十七、名老中医关于慢性前列腺炎的临床治验
- 十八、前列腺疾病患者足底外敷疗法
- 十九、前列腺疾病患者足底外敷宜忌
- 二十、前列腺疾病患者宜于脐部外敷
- 二十一、慢性前列腺炎与前列腺增生患者的物理治疗
- 二十二、慢性前列腺炎与前列腺增生患者如何进行坐浴治疗
- 二十三、前列腺增生患者如何进行足浴治疗
- 二十四、慢性前列腺疾病的针刺疗法
- 二十五、慢性前列腺疾病的艾灸疗法
- 二十六、慢性前列腺疾病之从肺论治法
- 二十七、前列腺增生的灌肠疗法

## <<前列腺疾病家庭防治与调养>>

### 章节摘录

版权页：插图：大葱是我国最古老的蔬菜之一，原产于中国西部和西伯利亚，和姜、蒜、辣椒、胡椒合称“五辣”。

大葱主产于淮河、秦岭以北和黄河流域中下游。

葱一般分为大葱和小葱，它既是蔬菜，又是很好的调味品，荤、素菜都少不了它，民间有“无葱不炒菜”、“无葱不成席”之谓。

有它可去腥除膻，增加香味；没它，就做不出美味佳肴。

葱主要由以叶鞘组成的假基（俗称葱白）、嫩叶、根须构成。

葱白和嫩叶一般供食用，葱根须供药用。

中医理论认为葱有壮阳的功用，现代医学研究认为葱可促进人性腺的分泌。

事实上在世界各地民间也有用葱增强性欲的方法，据说印度人在婚礼前几天就以“吃葱炒鸡蛋”为主，以保证新婚之夜的性爱美满。

所以，前列腺患者如果伴有性功能障碍者不妨多食大葱。

鸡蛋 鸡蛋是自然界的一个奇迹，一个受过精的鸡蛋，在环境、温度合适的条件下，不需要从外界补充任何养料，就能孵出小鸡，这就足以说明鸡蛋的营养是非常完美的。

鸡蛋不仅是人们所喜欢的一种高营养食物，而且还是一种药物。

中医理论认为鸡蛋是人体性功能的营养载体，是性生活后恢复元气最好的“还原剂”。

阿拉伯人在婚礼前几天，以葱炒鸡蛋为主，以保证新婚之夜性爱的美满。

而印度医生则建议，夫妻在过性生活之前，应多喝由鸡蛋、牛奶和蜂蜜煮成的大米粥。

我国民间也流传着新婚晚餐煎鸡蛋的习俗。

新婚性生活频繁，体力消耗较大，食用鸡蛋可以帮助恢复体力。

之所以如此，从营养角度来看，鸡蛋内含有蛋白质、脂肪、卵磷脂、卵黄素、维生素A、维生素D，B族维生素和铁、钙、磷、钾、硒等，且易被人体吸收，不论是蛋黄还是蛋清，人体利用率均在95%以上。

由此可见，食用鸡蛋对于性功能的增强以及保证性生活后营养的补充十分有益，对前列腺病伴有阳痿、早泄的人大有益处。

蜂蜜 蜂蜜是一种天然食品，味道甜蜜，所含的单糖不需要经消化就可以被人体吸收，对妇、幼特别是老人更具有良好的保健作用，因而被称为“老人的牛奶”。

蜂乳即蜂王浆，是工蜂分泌出来的用来饲喂幼虫和蜂王的食物，营养比蜂蜜高得多。

蜂蜜由于其性味甘平，有润肺补中、缓急解毒、润肠通便的功效，被中医列为健康与保健的上品。

李时珍说：“蜂蜜人药之功有五：清热也，补中也，解毒也，润燥也，止痛也。

生则性凉，故能清热；熟则性温，故能补中；甘而和平，故能解毒；柔而濡泽，故能润燥；缓可以去急，故能止心腹肌肉疮疡之痛；和可以致中，故能调和百药而与甘草同功。

”



## <<前列腺疾病家庭防治与调养>>

### 编辑推荐

《前列腺疾病家庭防治与调养》内容丰富，文字深入浅出，条理清晰。书中介绍的方法具有自然性和保健实用性强的特点，使读者易读、易懂、易掌握，在家中就可进行自我治疗和保健。

<<前列腺疾病家庭防治与调养>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>