



中原男性健康日志

媒体支持：郑州晚报
技术支持：郑州阳光男科医院

序：郑州阳光男科医院最近在诊疗中发现，中青年男性因承受的社会和心理压力大，加之生活作息不规律，很容易导致生理功能障碍（ED）、早泄等性功能障碍问题，其中ED尤为突出。如何缓解这类人群的生理压力，并采取行之有效的治疗措施，成为目前医学专家最为关注的男性健康话题之一。

★河南首家男科医院首席专家
★阳光男科医院手术专家顾问
泌尿外科临床40余年，擅长各种男科领域疑难手术，在郑州阳光男科医院长期坐诊。

王胜利
主任医师、教授



成功男士，压力面前不丢阳刚

——中青年男性生理功能障碍与压力过大有关

预防ED应适当“减压”

据男科专家介绍，到男科医院就诊的患者当中，有大约50%的患者存在不同程度的生理功能障碍，其中尤以30~45岁的男性居多。这个年龄段的中年男性，工作压力大，经常加班加点，还有应酬难免烟酒过度，长此以往，对男性性功能会产生较大的影响。

专家认为，很多男人年纪轻轻，但过夫妻生活时却心有余而力不足，只好更加努力挣钱来弥补自己的不足，导致心理压力增大，生理功能更为衰退，男性健康进入恶性循环。其实男人应适度给自己减压，事业、金钱、权威固然重要，但幸福和谐的家庭更重要，男人发现生理功能方面出现问题，应积极找专业医师咨询和解决。

ED成家庭危机导火线

一般来说，很多性功能障碍患者就诊时都会倾诉其家庭危机。夫妻很容易因为长期缺乏和谐夫妻生活，加之男人在这个社会上、家庭中承担责任大，回家后非常疲惫，导致其妻子怀疑他在外面有“情况”，夫妻感情因此日益恶化，面临着离婚的尴尬。其实很多到医院来检查时才发现是由于这些男人患有严重的ED。

据临床统计资料显示，就诊的男性患者中以生理功能障碍为第一主诉的患者占了50%以上，其中不少已经发展到重度才就医。“ED等性功能障碍对男性心理的伤害较其他疾病更大，严重伤害男人自尊心和自信心，成为家庭危机的直接导火线。”专家说。

春天男人严防ED来袭

经过冷冬，人体各项性能在春天开始活跃起来，性腺也不例外。春天回暖，人的活动能力也增强，此时人的性欲也逐渐变得特别旺盛。男人欲望暴涨，性欲亢奋、过分亲昵、房事过度的现象较为常见，以致性神经过度紧张疲惫，性腺受损，引发性功能障碍。所以，春天是男人阳痿、早泄等性功能障碍疾病高发的季节。

男科学普遍把ED看成男性健康的晴雨表。中老年慢性疾病或者健康出现衰退都是导致ED的重要元凶。患有心脑血管、糖尿病、慢性肾功能疾病、脑垂体及前列腺、关节炎等疾病的中老年人，以及生活方式不够健康，经常吸烟、喝酒者，都要对自己可能出现的ED问题有所准备，尤其是经过冷冬来到春天，由于天气的转变，人们身体总会有所不适应，因为体力原因可能身体不适症状表现比较明显，中老年男子要考虑改变自己的生活方式，因为ED症状的出现，表明你的身体已经不能像年轻时那样扛得住这些折腾了。

男性健康日志互动平台

www.ygnk120.com

男科专线：0371-67033333

什么是阳痿(ED)?

ED是勃起功能障碍(Erectile Dysfunction)的缩写，勃起功能障碍是男性常见的性功能障碍疾病，也称阳痿。ED就是指男性在有性需求时阴茎不能正常勃起或者勃而不坚、勃而不坚。

阳痿(ED)男人会有哪些表现?

男科专家表示真正的ED包括三个方面：一是阴茎不能达到或维持足够的勃起硬度和时间来进行性生活；二是性生活时双方不够和谐，满意度不高；三是勃起困难出现时间至少在3个月以上，偶尔一次、两次，一周、两周不能算。

阳痿(ED)男人吃哪些食品好?

郑州阳光男科医院专家表示：阳痿(ED)在一定程度上与肾虚有关系，但是在一定程度上不是起决定性作用，因此，阳痿(ED)男人应该吃些补肾的食品，能起到促进作用，阳痿(ED)男人应该多吃以下食品：

1. 动物内脏由于含有大量的性激素和肾上腺皮质激素，能增强精子活力，促进性欲，属壮阳之品；
2. 壮阳食品还有狗肉、羊肉、麻雀、核桃、牛鞭、羊肾等；
3. 此外含锌食品如牡蛎、牛肉、鸡肝、蛋、花生米、猪肉、鸡肉等。

国际男科前沿技术

微创技术攻克ED“男”题



随着医学发展，性功能障碍的优势疗法与治疗方式渐渐被广大医生研发与应用。如郑州阳光男科医院治疗阳痿早泄的阴茎背深静脉微控技术特色技术。针对男性功能障碍，郑州阳光男科医院采用“阴茎背深静脉微控技术”阻滞阴囊的部分背神经末梢，有效降低男性生殖器的敏感度，延长射精潜伏期，随着医学发展，性功能障碍的优势疗法与治疗方式渐渐被广大医生研发与应用。如郑州阳光男科医院治疗阳痿早泄的阴茎背深静脉微控技术特色技术。从根本上提高夫妻生活质量，康复男性功能障碍，微创无痛，而且恢复快，术后无不适感，无副作用。其安全性一次性治

疗都得到了患者的高度认可。一般情况下，正常的勃起机制是因为从动脉注入阴茎海绵体的血液大于静脉流出的血液，在身体各项机能正常时，阴茎坚挺起来的时候，血液基本已经不从静脉回流。是在堵塞或狭窄的髂腹下动脉至阴茎海绵体动脉床建立动脉旁路，提高阴茎海绵体内动脉灌注压和血流量，以便让阴茎海绵体血液充盈，以达到治疗勃起功能障碍，让男人重振雄风。阴茎背深静脉微控技术与传统治疗方法相比，安全系数较高和可控性比较强，显微镜下手术，精确度高，达到预期效果的时间短，一次性手术，受益终生。



看男科 到郑州阳光男科医院

Cure Male Problems Please Come MaleHospital Of Zhengzhou

河南首家男科医院 / 全国消费者放心医院 / 高精显微男科研究中心

24小时男科专线：0371-67033333

院址：中原路华山路（万达广场）向北100米

门诊时间：早8：00—晚6：00（节假日正常开诊）

官方网站：www.ygnk120.com 咨询QQ:800 018 002



阳光男科医院官方微信

(豫)医广【2012】第05-04-206号

特别关注

近期年后二手患者数量急剧上升，郑州阳光男科医院呼吁当今社会特别关注医疗质量和医疗安全问题。响应十八大号召，构建和谐医患关系和谐诊疗环境，阳光男科医院塑造了现代化男科医院的形象。