

# 男科学手册

*This content is modified from [Healthy Male: healthymale.org.au](http://healthymale.org.au). This information has been provided for educational purposes only. It is not intended to take the place of a clinical diagnosis or proper medical advice from a fully qualified health professional. Healthy Male and International Society of Andrology both urge readers to seek the services of a qualified medical practitioner for any personal health concerns.*

*Translated by*

*Chenwang Zhang MD MS*

*Department of Andrology, Shanghai Key Laboratory of Reproductive Medicine, Shanghai Jiaotong University School of Medicine, Shanghai, 200080, China*

*Eugene Y. Xu PhD*

*Cellular Screening Center*

*The University of Chicago*

*Chicago, IL 60637*

本文是基于澳大利亚healthymale委员会的健康男性网页改编而成。其内容仅供科普教育，并非用来代替医护人员的医嘱和临床诊断。澳大利亚健康男性委员会和国际男科学学会督促任何有个人健康问题或疾病的读者寻求有合格的医疗专业人士的帮助和治疗。

本文由美国芝加哥大学徐宇君博士和上海交通大学医学院张辰望医师翻译校对。

## 龟头炎和龟头包皮炎

什么是龟头炎？

龟头炎是医学术语，指龟头（阴茎头部）的炎症。龟头包皮炎是指阴茎头和包皮同时发炎。

龟头炎不同于硬化性苔藓，后者也称为 BXO（干燥闭塞性龟头炎）。

三分之一到十分之一多一点的男性在一生中的某个阶段会患上龟头炎。龟头包皮炎仅影响未接受包皮环切的男性，发病率约为十七分之一。

龟头炎最常发生在 4 岁以下的男孩（每 25 个男孩中就有 1 个）和未受割礼的男性（每 30 个男孩中就有 1 个）身上。

龟头炎的症状

如果您患有龟头炎或龟头包皮炎，您可能会感到阴茎疼痛、阴茎头肿胀和/或发红。

龟头炎的病因

真菌感染是龟头炎最常见的病因，但阴茎头刺激是该病轻度病例最常见的病因。

龟头炎中最常见的真菌是白色念珠菌，这种真菌很常见，但并不总是会引起问题。未接受包皮环切的男性如果卫生习惯不良，也可能导致龟头炎相关的感染。

龟头炎的其他原因包括：

- 其他真菌、细菌和病毒感染
- 化学刺激物
- 过敏
- 心力衰竭、肥胖症和糖尿病等健康状况。

未接受包皮环切的男性患龟头炎的几率比接受包皮环切的男性更高，这表明包皮环切可以预防这种疾病。

### 龟头炎的诊断

龟头炎和龟头包皮炎通常通过检查阴茎来诊断。在某些情况下，可能需要进行活检以确定潜在病因。诊断过程中需要排除或治疗的龟头炎病因包括湿疹、牛皮癣和皮炎等皮肤疾病。

### 龟头炎的治疗

涂抹抗真菌药膏几周是治疗龟头炎的常规方法。医生也可能建议使用温和的类固醇药膏。

对于较为严重的龟头炎或龟头包皮炎病例，可能需要开口服抗真菌药物。

如果您的龟头炎看起来与细菌感染有关，您的医生可能会开抗生素。

对于某些男性来说，龟头炎或龟头包皮炎可能会复发或在治疗后持续存在。

如果您患有持续性或复发性龟头炎，医生可能会建议您考虑进行包皮环切术。

### 预防龟头炎

保持良好的卫生习惯是降低患龟头炎风险最简单的方法。但如果患有龟头炎，过于频繁地用肥皂清洗可能会加重病情。

### 龟头炎的健康影响

确定龟头炎的根本病因至关重要。很多情况下，只需简单改善卫生习惯，就能在成功治疗后预防复发。

尽早就医可以最大程度地减少龟头炎并发症的发生，并发症包括：

- 溃疡
- 尿道狭窄
- 包茎和嵌顿包茎等潜在的严重包皮问题
- 癌症的发展。

如果您的免疫系统因年龄、艾滋病毒或其他原因而受损，则引起龟头炎的微生物可能会导致严重感染。龟头炎与阴茎癌的风险高于正常水平有关，但风险仍然很低。

## 龟头炎该怎么办

如果您的阴茎疼痛、发红或肿胀，请尽快就医，以排除潜在的严重原因，接受有效治疗并避免并发症。引起龟头炎的微生物可以在您和您的性伴侣之间传播，因此您也应该鼓励他们去看医生。

# 精液中带血(血精症)

精液里带血是什么？

血精症是一个医学术语，指精液中带血。它通常无痛，但看到精液中带血可能会令人恐惧。一次血精症通常无需担心。

血精症究竟有多普遍，很难确定，因为人们在射精后并不总是会观察自己的精液。即使注意到了，也可能因为尴尬或害怕而不愿与医生讨论。

在接受前列腺癌筛查的26,000多名美国男性(40岁或以上)中，只有0.5%患有血精症。这种疾病在40岁以下的男性中可能更为常见，但现有数据并不可靠。

## 精液带血的症状

精液中的血液可能呈现为鲜红色的血点，或者整个精液可能带有颜色。

鲜红色的血液是新鲜的，是由于最近出血造成的，而棕色或黑色的血液是旧的，表明出血已经过去了一段时间。

如果您超过 40 岁，并且长期出现血精症，则可能是需要治疗的问题的症状，尤其是当您有其他症状，例如疼痛或下尿路症状 (LUTS) 时。

## 精液带血的原因

生殖系统感染、炎症或小结石是血精症最可能的原因。损伤和创伤也是血精症的其他常见原因，有时也由诊断或治疗其他疾病的手术引起。癌症是血精症的罕见病因。

患有凝血问题或正在服用血液稀释药物的人，精液中带血的可能性比没有凝血问题的人更高。严重的高血压也可能导致血精症。

大多数情况下，血精症并非由任何危及生命的疾病引起。很多情况下，血精症的病因不明，通常会自行消失。

## 精液带血诊断

当您因精液中带血而去看医生时，他们会进行身体检查并询问问题以排除血液来自其他地方的可能性，例如您的尿液或性伴侣。

医生可能会测量您的血压，并要求您提供尿液或精液样本。如果他们认为需要进一步检查，可能会将您转诊给泌尿科医生。

其他检查可能包括血液检查、超声波或核磁共振成像以及膀胱镜检查。

## 精液带血的治疗

血精症的治疗取决于潜在病因。如果是感染引起的，正确的抗生素或其他治疗方法应该可以治愈。如果血精症可能是由更严重的疾病引起的，则应优先识别并治疗该疾病。

伤害或创伤会随着时间而自行愈合。

## 精液中带血对健康的影响

血精症可能会提醒您和您的医生注意一些可能影响您健康的潜在问题，但通常不会对您的健康和福祉

产生影响。

精液中带血怎么办

如果您发现精液中有血, 您应该去看医生。

# 乳腺癌

什么是乳腺癌？

乳腺癌是由构成乳腺组织的细胞异常生长引起的。男性乳腺组织较少，因此也有可能患上乳腺癌，但男性患乳腺癌的几率远低于女性。

重要的是要记住，男性出现的大多数乳房肿块并不是癌症。

男性乳腺癌与女性乳腺癌有一些相似之处，但也存在一些生物学差异，这些差异可能会影响治疗的选择。

每年澳大利亚每百万男性中约有 12 人患乳腺癌，每 170 个新发癌症病例中约有 1 个是乳腺癌。

澳大利亚男性乳腺癌发病率正在缓慢上升，预计2021年将新增约165例。

## 乳腺癌的症状

男性乳腺癌通常表现为乳头和乳晕(乳头周围的色素皮肤环)后面的无痛肿块，因为乳房组织位于那里。

男性乳腺癌的其他症状包括：

- 乳头回缩
- 开放性溃疡
- 乳头出血(这种情况很少见)。

大多数情况下，乳腺癌仅发生在一侧乳房。

## 乳腺癌的病因

罹患乳腺癌的几率受遗传和年龄的影响。

男性患乳腺癌的风险因以下因素而增加：

- 有乳腺癌家族史
- 辐射暴露
- 年龄增长
- 影响雄激素和雌激素平衡的疾病(包括克莱恩费尔特综合征、肥胖症以及前列腺癌或性别确认的雌激素治疗)。

## 乳腺癌的诊断

如果医生担心您胸部的变化可能是乳腺癌，他们通常会让您去做X光或超声波扫描，有时还会做活检。

## 乳腺癌的治疗

手术切除乳房组织、乳头和乳晕通常是治疗男性乳腺癌的第一步<sup>9</sup>。

通常建议术后至少五年使用他莫昔芬(一种影响雌激素作用的药物)治疗。如果癌症扩散的可能性很大，有时也会使用化疗或放射疗法。

## 乳腺癌对健康的影响

由于存在复发风险，所有乳腺癌患者都需要接受长期监测<sup>9</sup>。

男性乳腺癌确诊时往往已是晚期，因此男性的预后可能比女性更差。然而，如果将患者的年龄和病情严重程度进行匹配，不同性别死于乳腺癌的风险并无差异<sup>7</sup>。

#### 乳腺癌该怎么办

如果您发现胸部发生变化，特别是乳头或乳晕内或后方出现肿块，请立即就医，因为早期诊断乳腺癌将帮助您获得最佳治疗效果。

您不应假设乳房组织的任何变化都是良性的。

# 心血管疾病

什么是心血管疾病？

心血管疾病是指影响心脏和血管的一组疾病。

这些包括：

- 冠心病：心脏供血血管的疾病
- 脑血管病：脑供血血管的疾病
- 外周动脉疾病：为手臂、腿部和全身器官供血的血管疾病
- 动脉粥样硬化：导致动脉壁上形成脂肪斑块等疾病过程，可导致血管变窄和/或动脉壁破裂
- 风湿性心脏病：由风湿热期间心肌和瓣膜受损引起
- 先天性心脏病：因心脏发育异常引起的问题
- 深静脉血栓形成（血栓）和肺栓塞（肺部血管阻塞）
- 心律失常（心律异常）
- 心力衰竭（心肌无力，无法正常向全身泵血）
- 高血压

心脏病发作和中风是由潜在心血管疾病引起的。心血管疾病是全球疾病和死亡的主要原因。

总体而言，每 17 名澳大利亚男性中就有 1 名患有心血管疾病，但随着年龄的增长，这种疾病会变得更加常见。

心血管疾病占澳大利亚住院人数的11%，主要发生在55岁以上的人群中。澳大利亚超过四分之一的死亡是由心血管疾病引起的。

澳大利亚原住民和托雷斯海峡岛民因心血管疾病死亡或需要住院的可能性比非原住民澳大利亚人高出 50%。

## 心血管疾病的症状

心血管疾病可能没有任何症状，所以您甚至不知道自己患有这种疾病，直到心脏病发作或中风。

男性心脏病发作的症状通常是剧烈的胸痛、左臂或下巴疼痛以及呼吸困难。

中风的症状是面部肌肉和/或手臂无力以及说话或理解困难。

根据您所患的心血管疾病的类型，症状可能包括：

- 胸部疼痛、紧绷、有压力或不适
- 手臂和/或腿部疼痛、无力或麻木
- 手臂、颈部、肩部、下巴或背部疼痛或不适
- 气促
- 活动时容易疲劳
- 心律异常
- 头晕、头昏或昏厥
- 全身无力或疲劳
- 手、腿、脚踝或脚肿胀
- 发烧
- 皮肤上出现皮疹或斑点
- 干咳或持续咳嗽。

## 心血管疾病的病因

人体内导致心血管疾病的机制尚不完全清楚，但血管结构和功能异常似乎是首发征兆。高血压和血液中胆固醇水平异常肯定会加重心血管疾病的症状，而成功治疗这些问题可以降低心脏病发作或中风的风险。

心脏病发作是由一条(或多条)供应心肌的动脉阻塞引起的。血流不足会导致心肌细胞死亡，造成永久性损害。

中风是由脑部供血动脉阻塞或脑出血引起的。一系列生活方式和健康因素会影响您患心血管疾病的风险，其中包括九个可改变的风险因素(您可以改变的因素)，它们占全球心脏病发作风险的90%以上<sup>5</sup>。与降低心脏病发作风险相关的因素有：

- 进行足够的锻炼
- 吃足够的水果和蔬菜
- 饮用适量酒精

与心脏病发作风险增加相关的因素包括：

- 胆固醇水平异常
- 糖尿病
- 肥胖
- 高血压
- 吸烟
- 压力和抑郁。

研究发现，还有其他一些因素与心血管疾病风险高于正常水平有关，但这些因素并不总是被医疗专业人员考虑。例如，各种炎症蛋白的水平和牙周(牙龈)疾病。

男性特有的心血管疾病的一个重要危险因素是勃起功能障碍<sup>7</sup>。与勃起功能正常的男性相比，勃起困难或维持勃起困难的男性更容易患心血管疾病，且与其他因素无关。

勃起功能障碍通常发生在冠心病发作前三至五年。这意味着勃起功能障碍出现后，男性还有时间采取行动预防心脏病发作和其他心血管疾病的影响。我们出生前的发育方式似乎会影响患心血管疾病的风险。<sup>8</sup>例如，低体重出生的人成年后的血压往往高于体重正常出生的人。这并不意味着您在出生后就无法降低患心血管疾病的风险。这确实意味着您可以通过保持自身健康来帮助降低孩子患心血管疾病的风险，因为您的健康会影响精子的健康。

## 心血管疾病的诊断

为了诊断心血管疾病，医生会查看您的病史和家族史，进行一些测试(例如血液测试)并对您进行检查(例如测量您的血压)以调查您是否有任何已知的风险因素。

您的医生可能会使用在线风险评估工具(如澳大利亚绝对对心血管疾病风险计算器)来评估您患心血管疾病的风险。

根据您的初步检查、检查和风险评估的结果，您的医生可能会要求进行更多检查，包括<sup>10</sup>项：

- 压力测试
- 胸部X光检查
- 心电图(ECG)
- 超声心动图
- CT扫描
- MRI扫描
- 冠状动脉造影。

## 心血管疾病的治疗

心血管疾病的处理方式取决于问题的类型、病因以及严重程度。

对于大多数心血管疾病患者，治疗包括改变饮食和运动。对某些人来说，这可能足以逆转或减缓病情进

展。戒烟对于预防心血管疾病至关重要。帮助应对压力也可能是心血管疾病治疗的一部分。降低血压、胆固醇、凝血和血糖水平以及调节心跳强度和频率的药物通常用于治疗心血管疾病。心血管疾病可能需要手术或其他侵入性手术来绕过阻塞或打通动脉或修复患病或受损的心脏组织或血管。

心血管疾病对健康的影响

心血管疾病对我的健康意味着什么？

心血管疾病是渐进性的。它会随着时间的推移缓慢发展，没有任何症状，直到严重到足以让您察觉。解决疾病风险因素对于降低发生心脏病发作或中风等严重事件的风险至关重要。

如果您曾心脏病发作或中风，您可能需要一段时间的康复才能恢复正常的活动水平。在某些情况下，您可能无法完全康复。

心血管疾病是一种危及生命的疾病，其死亡人数比任何其他疾病都多。改变生活方式、药物治疗和其他干预措施虽然有效，但预防心血管疾病才是您的首要目标。

心血管疾病对我的性生活意味着什么？

心血管疾病和勃起功能障碍之间的关联表明您的性生活会受到影响。

心血管疾病的症状，例如全身乏力或疲劳，可能会降低您的性欲(性冲动)。如果您患有心血管疾病，您可能会担心性生活的安全性，但如果您的病情得到控制，性生活可能是安全的。如果您正在从心脏病发作、中风或其他心血管事件中恢复，您应该咨询医生，确认性生活是否安全。

心血管疾病该怎么办

如果您发现任何心血管疾病的症状，请预约看医生。

医疗保险 (Medicare) 专门针对 20 分钟的心脏健康检查提供退款，这可能适合您。

定期去看医生，了解患心血管疾病的风险，并寻找心血管疾病的迹象，有助于及早发现心血管疾病。

适量饮酒与心血管疾病低风险之间的关联可能不适用于您，因此您应该与医生讨论饮酒问题。

# 割礼

什么是割礼？

包皮环切术是通过手术切除包皮（覆盖阴茎末端的皮肤套）以露出龟头（阴茎头部）。

在澳大利亚，大多数包皮环切手术的对象都是男婴。大约每10个男婴中就有1个会接受包皮环切手术。20 世纪 70 年代之前，大多数男婴都接受过包皮环切术，因此在澳大利亚老年男性中，包皮环切术比年轻男性更为常见。

割礼的原因

进行割礼是出于医疗、文化和宗教原因。

进行包皮环切的医学原因包括持续存在的尿路感染问题和包皮问题，例如包茎。

包皮环切可以减少某些性传播感染（如艾滋病毒）的传播，因此可能对某些高危人群的公共健康有益。

包皮环切对健康的影响

与未接受包皮环切的男性相比，接受包皮环切的男性患尿路感染、包茎、嵌顿包茎、龟头炎或阴茎癌的可能性较低。然而，许多未接受包皮环切的男性从未出现过这些问题。

如果您的包皮问题反复出现，包皮环切术通常是一种有效的治疗方法。包皮环切术是一种常见且通常简单的外科手术，但并非没有并发症。与任何医疗或外科手术一样，包皮环切术的潜在益处需要与潜在的危害进行权衡。这些危害包括手术事故、麻醉并发症以及术后感染。

与年龄较大的男孩和男性相比，男婴包皮环切手术的复杂程度较低。如果包皮环切手术是为了预防疾病，而不是为了治疗现有疾病，并发症的发生率也会更低。

就性功能而言，包皮环切似乎不会带来任何好处或优势。

关于包皮环切该怎么办

如果医生建议因现有的健康问题进行包皮环切，那么这个建议很可能是有充分理由的。你应该与医生讨论你可能存在的任何顾虑。

包皮环切术对新生儿的预防作用是否值得由父母在医疗保健专业人员的指导下决定。

# 射精延迟

什么是延迟射精？

射精与性高潮相关，但这是两个独立的生理过程。虽然有可能达到性高潮而不射精，但如果没有达到性高潮，就不可能射精。

延迟射精是通常用于描述导致男性难以达到性高潮和射精的情况的术语。

我们确实不知道有多少男性存在射精延迟的问题，但大概在五分之一到五十分之一之间。

如果您有特定的健康状况或服用特定类型的药物，则更容易出现延迟射精的情况。

射精延迟的症状

如果您需要很长时间才能达到性高潮或根本无法达到性高潮(即使您想要并正在尝试)，并且因此感到不安或出现感情问题，则可以诊断为延迟射精。

射精延迟的原因

性高潮和射精都由神经系统控制，因此影响必要神经活动的心理和生理因素都可能导致射精延迟<sup>3</sup>。

示例心理原因治疗射精延迟的方法包括：

- 表现焦虑
- 宗教冲突
- 害怕怀孕、亲密关系或被抛弃。

身体原因射精延迟的症状包括：

- 生殖系统发育异常
- 糖尿病或手术造成的神经损伤
- 老化
- 荷尔蒙问题。

一些男性自慰的方式会影响他们与性伴侣达到性高潮和射精的能力。

抗抑郁药和帮助控制血压的药物属于可能延迟射精的药物。

你的健康问题越多，出现射精延迟的可能性就越大。压力和疲劳也会增加射精延迟的几率。<sup>5</sup>

射精延迟的诊断

射精延迟的原因因人而异，而且可能相当复杂。医生可能需要进行体格检查、询问一些问题并进行一些测试，以找到治疗射精延迟的最佳方法。

射精延迟的治疗

有多种药物可用于治疗延迟射精，但阴茎振动刺激和咨询通常是有效的。

如果您射精延迟的原因是心理因素，那么与性健康治疗师等人交谈可能会有所帮助。

延迟射精对健康的影响

延迟射精会使您感到沮丧或焦虑，并会对您与伴侣的关系产生负面影响。

射精延迟可以成功治疗，但由于这是一个非常复杂的问题，因此很难知道需要多长时间以及治疗效果如何。

射精延迟怎么办

如果你有时需要很长时间才能达到高潮并射精，但这不会对你或你的伴侣造成困扰，那么你可能不必太担心。但你仍然应该向你的医生告知，以便他们能够全面记录你的健康状况。

如果您受到性高潮或射精问题困扰，最好尽早去看医生。

# 糖尿病

什么是糖尿病？

糖尿病是指血液中糖分(具体来说,是一种称为葡萄糖的糖)过多的一种疾病。

胰岛素是一种降低血糖水平的激素。当胰腺(分泌胰岛素的腺体)无法分泌胰岛素,或者身体对胰岛素没有反应时,就会引发糖尿病。如果没有足够的胰岛素,血糖水平就会升高,从而导致糖尿病。

如果未被发现或未得到控制,糖尿病可能会导致严重的短期和长期健康并发症。

糖尿病有哪些不同类型？

糖尿病主要有两种类型。

1型糖尿病可在任何年龄发病,但通常始于儿童期或青年期。如果您患有1型糖尿病,您的身体无法产生足够的胰岛素,因此您必须每天注射额外的胰岛素。

约85%的糖尿病患者患有2型糖尿病。2型糖尿病与饮食、缺乏运动、超重和家族病史有关。如果您患有2型糖尿病,您的胰腺无法产生足够的胰岛素,而其产生的胰岛素也无法正常工作。这意味着您的身体无法控制血糖水平。

我怎样才能预防糖尿病？

1型糖尿病无法预防。然而,2型糖尿病可以通过健康的生活方式来预防,包括规律的运动、均衡的饮食以及将体重保持在健康的范围内。

糖尿病会引起哪些健康问题？

如果糖尿病未被发现或未被控制,它就会缩短您的寿命。

糖尿病会导致失明、肾衰竭、神经损伤、血液循环减慢,并增加心脏病发作和中风的风险。如果您患有糖尿病,您出现性健康和生殖健康问题的风险也会更高,包括:

- 勃起功能障碍
- 睾丸激素水平低
- 性欲低下
- 精液回流至膀胱(逆行射精)
- 阴茎头发炎(龟头炎)。

我能做些什么？

如果您患有糖尿病,与医生讨论性健康和生殖健康问题尤为重要。您可以与医生讨论改变生活方式或其他控制血糖水平的方法。如果情况合适,医生可能会将您转诊给专科医生或性治疗师。

糖尿病和勃起功能障碍

如果您难以勃起或维持勃起,则称为勃起功能障碍。它不是一种疾病,而是其他问题的症状,这些问题可能是生理上的、心理上的,也可能是两者兼而有之。

勃起功能障碍非常常见。

糖尿病男性出现勃起功能障碍有多常见？

勃起功能障碍在超重或患有心脏病、高血压或高胆固醇的男性中更为常见。这些都是糖尿病患者的常

见症状。

如果您患有糖尿病，您出现勃起问题的可能性会增加一倍。

如何预防糖尿病引起的勃起功能障碍？

血糖水平控制不佳时更容易发生勃起功能障碍。保持血糖和血脂(胆固醇和甘油三酯)正常对于预防阴茎神经和血管损伤至关重要。

不吸烟、少喝酒也有助于预防勃起问题。

糖尿病患者如何治疗勃起功能障碍？

首先，您需要关注您的糖尿病和任何其他相关疾病，例如高血压。

一旦你的糖尿病得到妥善控制，勃起问题的首选治疗方法通常是口服药物，例如伟哥。如果你患有糖尿病，这种药物的起效率约为50%。如果口服药物无效，你可以尝试其他治疗方法，包括阴茎注射和手术。

糖尿病和低睾酮

睾酮水平低(或睾酮缺乏)是指您的身体无法产生足够的睾酮来维持正常功能。睾酮是一种关键激素，对正常的生殖和性功能至关重要。

如果您患有2型糖尿病，睾酮水平低是一个常见问题。如果您同时患有糖尿病和超重，则更容易出现睾酮问题。

精力不足、情绪波动、易怒、注意力不集中、肌肉力量下降以及性欲低下都可能是睾酮水平低的症状。这些症状通常与其他疾病的症状重叠。

糖尿病如何导致睾酮水平低？

大脑会产生一种叫做促黄体生成素(LH)的激素，睾丸会利用它生成睾酮。糖尿病男性的高血糖会影响大脑释放的LH量，这意味着睾丸无法生成足够的睾酮。

可以预防男性糖尿病患者睾酮水平低吗？

保持健康的体重并定期锻炼以控制血糖水平可以使您的睾酮水平保持正常。

如何治疗男性糖尿病患者睾酮水平低？

如果您患有糖尿病和睾酮水平低，您应该首先治疗糖尿病和任何其他疾病，因为这可能会使您的睾酮水平恢复正常。

如果您超重，减肥可能会有所帮助。

对于患有糖尿病并且因遗传性疾病或其他疾病导致睾酮水平低的男性，医生可能会建议进行睾酮治疗。

糖尿病和性欲低下

性欲低下(性欲低下)是用来描述对性缺乏兴趣的术语。

每个人的性欲都不同，并且可能会随着生活状况的变化而变化。有些人并不担心性欲低下。但是，如果您无缘无故地对性失去兴趣，并且为此感到担忧，咨询医生可能会有所帮助。

糖尿病如何导致性欲低下？

糖尿病会导致睾酮水平低下，从而导致性欲低下。此外，糖尿病有时还会引起其他问题，例如勃起困难，也会降低性欲。

如何治疗男性糖尿病患者的性欲低下？

糖尿病患者性欲低下的治疗方法因人而异。

控制血糖水平有助于提高性欲。如果您因为睾酮水平低而性欲低下，那么您可能需要睾酮治疗。心理咨询也有助于找出是否存在心理或人际关系问题，从而影响您的性欲。

了解如何解决性欲低下的最佳方法是咨询医生。

糖尿病和逆行射精

逆行射精是指膀胱开口处的肌肉（通常在性高潮时阻止精液进入膀胱）无法正常闭合。这会导致精液回流到膀胱。

如果你在性高潮时射精量很少或没有射精，那么逆行射精可能就是问题所在。性高潮后第一次排尿时，尿液也可能浑浊。

糖尿病如何导致逆行射精？

如果您患有糖尿病，高血糖会损害控制膀胱颈部（外括约肌）开合的神经和肌肉。外括约肌通常会在您性高潮时阻止精液进入膀胱——因此，如果它不能正常闭合，精液就会回流到膀胱，而不是射精。

男性糖尿病患者逆行射精如何治疗？

如果逆行射精是由糖尿病引起的，控制血糖水平和改变生活方式可能会有所帮助。通常情况下，您不需要治疗。但是，逆行射精会使您生育更加困难。如果您患有逆行射精并且正在尝试怀孕，您可能需要辅助生殖技术的帮助，例如体外受精 (IVF)。

糖尿病和龟头炎

龟头炎是一种常见的感染性疾病，会导致阴茎头部（龟头）发炎。任何年龄段的人都可能患上龟头炎。

有哪些症状？

如果您患有龟头炎，您可能无法将包皮拉回阴茎头。您可能会出现瘙痒、皮疹、发红、肿胀或阴茎分泌物。由于这些症状也可能预示着其他问题，因此务必咨询医生。

糖尿病怎么会引起龟头炎呢？

有时排尿后，尿液会滞留在包皮下。如果您患有糖尿病，尿液中的糖分会促进细菌在包皮下潮湿区域生长，导致感染（龟头炎）。

用于治疗糖尿病的一类药物也可能增加患龟头炎的风险。

有哪些治疗方法？

用肥皂和温水清洗阴茎和包皮内侧很重要。咨询医生如何控制血糖水平，他们可能会开抗生素或抗真菌药物来帮助清除感染。

# 附睾炎

## 什么是附睾炎？

附睾炎是由附睾(位于睾丸后方的细长弯曲的管道)感染、刺激或损伤引起的。附睾是精子在射精前储存和成熟的场所。

附睾炎是阴囊疼痛最常见的原因之一，可影响任何年龄的男性。

有时附睾炎可能与睾丸炎同时发生，导致一种称为附睾睾丸炎的疾病。

## 附睾炎的症状

附睾炎会导致阴囊一侧或两侧疼痛和肿胀。您可能会出现排尿疼痛、憋不住、尿急或尿频等症状。附睾炎还可能导致阴茎分泌物增多或发烧。

## 附睾炎的病因

附睾炎最常发生在20至40岁之间的男性身上，通常与性传播感染有关。对于老年男性来说，胃肠道细菌感染是导致附睾炎的更常见原因，会导致排尿困难。

对于尚未进行性活动的男孩和年轻男性，附睾炎最可能的原因是体力活动期间附睾反复受到刺激。

## 附睾炎的诊断

医生需要对您进行检查以诊断附睾炎。他们会检查您的阴囊是否有肿胀和发红。您的阴囊可能会感觉温热，触摸时会感到不适。

您的医生可能会要求提供尿液样本来检测细菌。

在某些情况下，医生可能希望您对阴囊进行超声波扫描，以排除疼痛和肿胀的其他可能原因。

## 附睾炎的治疗

多喝水有助于清除泌尿系统中的某些细菌，并有助于缓解附睾炎。

附睾炎通常用抗生素治疗。医生可能会立即给您开抗生素，但您可能需要根据检查结果调整抗生素的种类。

## 附睾炎的健康影响

如果您的附睾炎是由性传播感染引起的，则在感染消退之前，您不应进行性活动。您还应该告知您的性伴侣进行检查。您可能需要改变您的性活动，以避免附睾炎复发。

罕见的是，附睾炎可能会影响您的生育能力。

附睾炎的抗生素治疗通常可以治愈该病，但如果您没有完成整个疗程的抗生素治疗或遵循医生的其他建议，附睾炎可能会复发。

## 附睾炎该怎么办

如果您的阴囊有任何疼痛或肿胀，您应该立即去看医生，以防止病情恶化并排除可能严重的问题。

# 勃起功能障碍

什么是勃起功能障碍？

大多数 45 岁以上的澳大利亚男性都患有某种形式的勃起功能障碍，但如果您身体健康，那么患勃起功能障碍的几率要比患有慢性疾病、超重、吸烟或不运动的人低得多。

随着年龄增长，勃起功能障碍的发生率会更高。如果您未满 40 岁且患有勃起功能障碍，那么您就属于同龄男性中高达 10% 的受累人群。如果您年满 85 岁且患有勃起功能障碍，那么您几乎和所有同龄男性一样。

勃起功能障碍的症状

如果您患有勃起功能障碍，您可能会：

- 勃起困难或难以维持勃起
- 由于阴茎硬度不够，导致性交困难。

勃起功能障碍的原因

健康问题会增加勃起功能障碍的风险。例如，患有糖尿病的人患勃起功能障碍的可能性是不患有糖尿病的人的两倍多。其他会增加勃起功能障碍风险的健康问题包括：

- 帕金森病
- 心脏病
- 糖尿病
- 中风
- 癌症
- 抑郁和/或焦虑
- 血液凝固问题
- 骨质疏松症
- 高血压
- 关节炎
- 甲状腺问题
- 哮喘
- 高胆固醇
- 下尿路症状 (LUTS)
- 肥胖
- 缺乏锻炼
- 睡眠呼吸暂停
- 长期饮酒
- 吸烟

前列腺癌治疗会大大增加出现勃起功能障碍的可能性，85% 的前列腺癌患者会出现勃起功能障碍。

勃起的形成和维持与阴茎内血流响应神经刺激的变化有关。如果血管或神经传递的功能受到干扰，就可能导致勃起功能障碍。

控制阴茎血流的机制也控制着全身的血流。这就是为什么勃起功能障碍通常是心血管疾病的征兆。事实上，如果您患有勃起功能障碍，您患冠心病、中风和死亡的风险会比正常人更高。

其他可能导致勃起功能障碍的因素包括：

- 睾丸激素水平低
- 某些药物(例如抗抑郁药、降压药)
- 一些娱乐性药物(例如尼古丁、海洛因)
- 心理因素, 如抑郁或焦虑, 或人际关系问题。

### 勃起功能障碍的诊断

勃起功能障碍的诊断基于您对勃起和维持勃起的能力的满意度。

您的医生将找出您勃起功能障碍的原因, 以便找到适合您的治疗方法。

### 勃起功能障碍的治疗

只要更好地照顾自己, 你或许就能恢复正常的勃起功能。健康饮食、规律运动, 以及避免酗酒、吸烟和吸毒, 不仅可以改善你的勃起功能障碍, 还能有益于你的整体健康。健康的生活方式可以帮助你避免导致勃起功能障碍的疾病以及许多其他健康问题。

如果您的勃起功能障碍是由心理原因造成的, 那么与心理学家或性健康治疗师交谈可能会有所帮助。

治疗勃起功能障碍的药物通常是一种被称为5型磷酸二酯酶 (PDE5) 抑制剂的药物, 例如西地那非(伟哥)或他达拉非(希爱力)。如果您正在使用硝酸盐类药物治疗心脏疼痛, 则不应使用 PDE5 抑制剂。

如果您的勃起功能障碍是由睾丸激素水平低等激素问题引起的, 医生通常会建议您首先治疗该问题。

如果药物无法成功治疗您的勃起功能障碍, 医生可能会建议使用前列地尔, 即用小针或真空装置将其直接注射到阴茎中。

如果没有其他方法可以改善您的勃起功能障碍, 则可以通过手术植入阴茎植入物。

一些市面上销售的治疗勃起功能障碍的疗法, 例如富血小板血浆 (PRP) 注射和声波疗法, 尚未得到证实。需要更多研究来确定这些疗法是否有效且安全。

### 勃起功能障碍对健康的影响

勃起功能障碍会严重影响您和伴侣的感受, 因此寻求帮助至关重要。然而, 勃起并非获得令人满意的性生活的必要条件。即使没有勃起, 您也能达到性高潮并射精。

勃起功能障碍通常是潜在健康问题的征兆。如果忽视勃起功能障碍, 可能会错失预防更严重疾病的机会。

### 勃起功能障碍怎么办

如果您对勃起功能有任何担忧, 请预约去看医生。

# 福代斯斑点

什么是福代斯斑点？

福代斯斑点是一些小的(1-5毫米)浅色斑点，常见于阴茎和阴囊。它们也可能出现在嘴唇和脸颊内侧。福代斯斑点通常在皮肤拉伸时更加明显，因此当您勃起或温暖且阴囊松弛时，您可能会更加注意到它们。

福代斯斑点是一种皮脂腺(通常与毛囊相关的小腺体，负责分泌皮脂，皮脂是一种有助于保护皮肤的油性物质)。它们是身体的正常组成部分。

大约五分之四的人生殖器和/或口腔上会出现福代斯斑点。这些斑点通常在青春期首次出现。

福代斯斑点的成因

福代斯斑点是人体的正常现象，并非疾病的起因或后果。福代斯斑点不具传染性。

福代斯斑点的诊断

人们常常将福代斯斑点误认为是性传播疾病的征兆，而某些性传播感染在感染早期可能看起来像福代斯斑点。

您的医生将能够区分福代斯斑点和可能出现在您的阴茎和阴囊上的其他肿块和肿块。

福代斯斑点的治疗

福代斯斑点不需要治疗，因为它们是身体的正常组成部分。

如果您对福代斯斑点的外观感到困扰，可以通过手术、冷冻、烧灼或激光治疗将其去除。

福代斯斑点对健康的影响

福代斯斑点与任何健康问题无关。它们的出现可能令人担忧，但您可以放心，它们是完全正常的，大多数人都会有。

福代斯斑点怎么办

一些性传播感染一开始可能看起来像福代斯斑点。如果您发现新的斑点或斑点外观发生变化，请立即就医，以便进行正确诊断(并在必要时进行治疗)。

# 阴茎骨折

## 什么是阴茎骨折？

当你勃起时，血液会充满阴茎内两个管状腔室（称为阴茎海绵体）。这会导致阴茎海绵体膨胀，拉伸其周围的纤维组织（称为白膜）。正是由于阴茎海绵体充满血液，以及白膜的拉伸，你的阴茎才会变硬。如果勃起的阴茎受到撞击或被迫弯曲时，一个或两个阴茎海绵体穿过白膜破裂，就会发生阴茎骨折。阴茎骨折罕见。阴茎骨折的具体人数尚不清楚，但发生率大概是每1万到10万分之一。

## 阴茎骨折的症状

阴茎骨折时，会发出“啪”的一声或“啪”的一声，并立即出现疼痛。通常很快就会出现瘀伤。

## 阴茎骨折的原因

剧烈的性活动通常是导致阴茎骨折的原因。

## 阴茎骨折的诊断

需要进行检查来诊断阴茎骨折。可能需要进行超声波扫描来确定损伤部位和大小，并检查阴茎内其他结构是否受损。

## 阴茎骨折的治疗

阴茎骨折通常需要手术修复，越早越好。医生可能会建议在此期间服用药物来预防勃起。

## 阴茎骨折对健康的影响

阴茎骨折手术修复后，您需要大约六周内不能进行性活动。有些人会担心阴茎骨折再次发生，这会影响他们的性欲。

手术修复骨折后，阴茎形状可能会发生变化，或者勃起质量可能不如以前。这些并发症是可以治疗的。

## 阴茎骨折怎么办

如果您认为阴茎骨折，应前往当地医院的急诊室就诊。

# 生殖器疣

什么是生殖器疣？

生殖器疣通常表现为阴囊、阴茎体或尖端的一组凸起的小肿块。但也可能出现单个疣。肛门内或肛门周围也可能出现疣。

生殖器疣的颜色和大小各不相同，可能是圆形或扁平的，光滑的或粗糙的。

25-29岁的年轻男性是尖锐湿疣的发病率最高的人群。

2010年，澳大利亚25-29岁男性中，每135人中就有1人患有生殖器疣，总体发病率约为每500人中就有1人。自那以后，生殖器疣的发病率至少下降了50%。

生殖器疣的症状

除了疣本身之外，生殖器疣通常不会引起任何症状，但有些人可能会感到瘙痒。

生殖器疣的病因

生殖器疣是由人乳头瘤病毒引起的。人乳头瘤病毒有很多种类型，但大多数情况下，6型和11型是导致生殖器疣的病毒。

人乳头瘤病毒很容易通过皮肤接触在人与人之间传播。

生殖器疣的诊断

医生通常只需观察就能诊断出生殖器疣。

生殖器疣的治疗

生殖器疣可以通过冷冻、“烧灼”或医生切除的方式治疗。有些药物可以直接涂抹在疣上，或许有助于消退疣体。

即使不治疗，生殖器疣最终也会自行消失。

目前已有疫苗可预防与人类疾病最相关的9种人乳头瘤病毒感染，包括6型和11型。疫苗不能治疗现有感染，因此必须在接触病毒之前接种才能有效。

在澳大利亚，疫苗接种是国家免疫计划的一部分，免费提供，建议以下人群接种：

- 所有9至18岁的青少年
- 免疫功能较差的人
- 男男性行为者。

生殖器疣的健康影响

生殖器疣通常通过性行为传播，因此如果您患有生殖器疣，则有感染其他性传播感染的风险。

大多数疣病毒感染是无害的，但少数类型的病毒可能会导致严重的健康问题。生殖器疣有可能消失后再次出现。

即使没有生殖器疣，也有可能感染人乳头瘤病毒，而且感染可能持续数年。这意味着您或您的性伴侣可能在不知情的情况下被感染，并传染给他人。您和伴侣之间也可能互相传染。使用避孕套可以降低人乳

头瘤病毒感染的传播风险，但并不能完全预防。

某些类型的人乳头瘤病毒可致癌。最常导致生殖器疣的人乳头瘤病毒类型与通常导致男性和女性生殖系统癌症的类型不同。然而，患有生殖器疣的人患某些癌症的几率似乎高于未患过生殖器疣的人。

生殖器疣该怎么办

如果你怀疑自己患有生殖器疣，应该去看医生。你也应该告知你的性伴侣，因为他们可能已被感染。

# 男性乳房发育症

什么是男性乳房发育症？

男性乳房发育症，有时也被称为“男性乳房发育症”，是指男性乳房组织比正常情况下增大，导致乳头周围和后方出现橡胶状肿块。男性乳房发育症通常发生在胸部两侧。

假性男性乳房发育症看起来与男性乳房发育症相似，但它是由于胸部脂肪增加而不是乳房组织增加引起的。

男性乳房发育症在婴儿中很常见，每 10 个新生男婴中就有 9 个患有此病，通常持续在出生后约一个月。

大约有一半的男孩在青春期会出现一段时间的男性乳房发育症，而超过 50 岁的男性中，多达三分之二的人也可能患有这种疾病。

男性乳房发育症的症状

对于某些患有男性乳房发育症的人来说，除了乳房组织生长之外，乳房组织本身也会变得疼痛。

男性乳房发育症的病因

男性乳房发育症是由雌激素（体内促进女性特征的激素）作用于乳腺组织细胞引起的。促进雌激素水平或作用，或降低睾酮（体内促进男性特征的激素）水平或活性的因素都可能导致男性乳房发育症。

新生男婴的乳房发育可能是由于其母亲在怀孕期间转移了雌激素，或出生后激素水平平衡的调整所致。青春期雌激素和睾酮平衡的变化是青春期男性乳房发育的常见原因。

随着一些男性年龄的增长，他们的睾丸激素水平会下降，导致雌激素效应增强。

虽然大多数男性乳房发育症是解剖学上的正常变异，但也可能由以下原因引起：

- 某些遗传状况或疾病
- 某些药物或其他药物
- 使用一些膳食补充剂或传统或补充药物。

四分之一的男性乳房发育症患者病因不明。

男性乳房发育症的诊断

您的医生通常可以通过检查来诊断男性乳房发育症。

根据您的病史和检查结果，医生可能需要进行一些检查，以找出男性乳房发育症的病因，或排除其他可能改变您乳房组织的疾病。这些检查可能包括超声波检查、X光检查或血液检查。

男性乳房发育症的治疗

由于大多数男性乳房发育症都是身体结构的正常变化，并且可能会自行消退（尤其是对于婴儿和青少年），因此通常不需要治疗。

如果您的男性乳房发育症是由于药物、其他健康状况或其他原因引起的，您的医生可能会建议您做出改变以消除男性乳房发育症。

这些变化包括：

- 改变生活方式
- 更换药物
- 治疗潜在疾病。

可以进行手术切除乳房组织以达到美容的目的,但通常不需要。  
如果您担心自己的乳房发育症的外观,那么在衬衫里面穿一件紧身上衣可以使其不那么明显。

### 男性乳房发育症的健康影响

如果您患有男性乳房发育症,这可能是疾病的征兆,或者需要您对生活方式做出一些改变。  
男性乳房发育症不会增加男性患乳腺癌的风险(尽管患有克氏综合征的男性乳房发育症和乳腺癌的患病率较高)。  
虽然男性乳房发育症很常见,但有些人会因为自己的胸部感到尴尬或焦虑。如果您感到不安,可以与家人、朋友、伴侣倾诉,或者咨询心理医生或咨询顾问。

### 男性乳房发育症该怎么办

婴儿和青少年的男性乳房发育症通常会自行消失,如果没有消失,您应该咨询医生。  
如果您注意到乳头周围或后面有任何变化,最好请医生检查一下,以确保没有什么可担心的。  
许多患有男性乳房发育症的男性并不会因此而感到困扰,但还是值得请医生进行监测,因为任何变化都可能是其他疾病的征兆。

# 脱发

什么是脱发？

男性型脱发(也称为雄激素性脱发)是导致逐渐脱发并导致秃顶的最常见原因。

脱发通常发生在头部的前部和两侧,以及头部后部的中间部分。

雄激素性脱发影响着大约一半的白人男性,这是衰老的正常现象。随着年龄的增长,这种情况会越来越常见(例如,大约20%的20岁男性和60%的60岁男性会出现不同程度的脱发)。非白人男性的脱发情况则相对少见。

脱发的原因

男性脱发,通常称为“秃顶”,是由于睾酮影响头部毛囊造成的。

毛囊会经历生长周期,毛发会变长,然后进入休息期,最后脱落。

毛囊中的细胞将睾酮转化为双氢睾酮(DHT),后者作用于毛发生成细胞,缩短生长期。这会导致毛囊萎缩,生成的毛发逐渐变短变细,直至完全停止生成毛发。

头皮不同部位的毛囊对睾酮的敏感性不同,这解释了常见的脱发模式。

男性脱发具有家族遗传性。如果你的父亲或外祖父秃顶,那么你比父亲和外祖父都秃顶的人更容易秃顶。如果你的父亲和外祖父都秃顶,那么你秃顶的可能性比只有他们其中一人秃顶的人更大。

导致雄激素性脱发的基因有很多,这些基因可能遗传自您的母亲或父亲,或两者兼而有之。

脱发治疗

治疗男性脱发的方法有很多种,包括药物治疗。

米诺地尔是一种直接涂抹在头皮上的药物,通过增加毛囊的血流量起作用。它必须每天使用两次,一旦停止使用,脱发就会再次发生。

非那雄胺是一种片剂形式的药物,可以阻止睾酮转化为DHT。

降低体内DHT水平可减少其对毛囊的影响。

非那雄胺有许多副作用,有些甚至很严重,包括:

- 焦虑
- 沮丧
- 有自杀念头
- 头痛
- 性欲减退
- 勃起功能障碍
- 男性乳房发育症。

即使您停止使用非那雄胺,这些副作用仍会持续存在,因此如果您正在考虑这种治疗,请务必咨询您的医生。

与米诺地尔一样,如果停止使用非那雄胺,脱发仍会继续。

米诺地尔和非那雄胺联合治疗似乎比单独治疗更有效。

对于大多数男性来说,植发是一种令人满意的治疗方法,可以有效逆转脱发。

对于一些男性来说,戴假发或假发套来掩盖脱发是令人满意的。

激光疗法、微注射、前列腺素、丙戊酸、锯棕榈提取物以及使用富含血小板的血浆是治疗雄激素性脱发的新兴方法,但没有太多证据支持它们的使用。

### 脱发对健康的影响

我们无法预测自己是否会脱发，也无法预测脱发的程度。

脱发会导致一些男性，尤其是年轻男性，缺乏自信和自尊，甚至出现抑郁。因此，治疗对一些男性可能有益，但寻求治疗的男性数量相对较少。

### 脱发怎么办

如果您担心脱发，请咨询医生，找到适合您的方法。

# 克莱恩费尔特综合征

什么是克氏综合征？

克莱恩费尔特综合征是指男性因拥有两个或多个 X 染色体而出现的一系列特征。

生物体细胞中染色体的集合称为核型。通常，人类核型由22对常染色体(男性和女性的常染色体相同)和一对性染色体(共46条染色体)组成。通常，女性有44条常染色体和两条X染色体(记为46,XX)，男性有44条常染色体和一条X染色体和一条Y染色体(记为46,XY)。

克氏综合征最常见的核型是47,XXY，80%-90%的男性患者都患有这种疾病。因此，该病有时也被称为“XXY综合征”。

患有克氏综合征的男性人数尚不清楚。大约每100个男性人类胚胎中就有1个是47,XXY，每1000个新生男婴中就有1-2个被诊断患有此病。

克氏综合征的症状

克莱恩费尔特综合征的症状因男性而异。有些患者的克莱恩费尔特综合征症状可能非常轻微，以至于他们本人、他们的父母和医生甚至可能都没有意识到他们患有这种疾病。

严重受影响的男婴可能出生时患有：

- 隐睾
- 阴茎比正常小
- 尿道下裂。

儿童时期的症状包括：

- 睾丸较小
- 长腿和高身材
- 体内脂肪含量高于正常水平
- 说话、学习、行为和社交困难。

患有克氏综合征的男孩可能会进入青春期，但随后停止。他们可能出现以下症状：

- 睾酮水平低的迹象，例如男性乳房发育症(乳房组织生长)
- 睾丸和阴茎生长减缓
- 外表缺乏男子气概(例如面部和体毛生长减少，肌肉和骨骼发育减少)。

在儿童中观察到的克莱恩费尔特综合征的影响会持续到成年。

有些患有克氏综合征的男性直到准备生育时才被确诊。这是因为即使症状轻微，大多数克氏综合征男性也只能产生少量精子或完全不产生精子，导致不育。

克氏综合征的病因

克莱恩费尔特综合征虽然是一种遗传性疾病，但它并非遗传。它是由于卵子或精子发育过程中性染色体未能分离所致。

克莱恩费尔特综合征的症状源于睾酮生成低于正常水平，以及额外的 X 染色体对身体发育和功能的影响。

克氏综合征的诊断

克莱恩费尔特综合征的诊断是通过检查某人的核型进行的，检查需要使用少量血液或其他组织样本。

### 克莱恩费尔特综合征的治疗

患有克莱恩费尔特综合征的婴儿和儿童应至少每两年接受一次医生检查，以监测其身体发育情况。他们可能需要专家的支持来处理任何与言语、学习、行为或精神方面的问题。对于阴茎较小的克莱恩费尔特综合征男孩，医生可能会开睾酮治疗。

在青春期前监测患有克莱恩费尔特综合征的男孩的生长和激素功能有助于指导有关睾酮治疗的决策，这可能是必要的。

许多患有克氏综合征的成年人被推荐接受睾酮治疗。如果您患有克氏综合征且尚未接受睾酮治疗，则应每12个月检查一次您的激素功能。

### 克莱恩费尔特综合征的健康影响

克莱恩费尔特综合征除了对发育和生育能力的影响外，还与许多健康问题有关，主要是由于睾酮水平降低。

患有克氏综合征的男性比未患此综合征的男性更容易出现以下情况：

- 性心理和社会问题
- 肥胖
- 代谢疾病(例如 2 型糖尿病)
- 心血管疾病
- 某些类型的癌症
- 自身免疫性疾病(例如多发性硬化症、狼疮)
- 视力不佳
- 牙齿问题
- 血栓。

通过睾酮治疗达到与没有克莱恩费尔特综合征的男性相同的水平，可以最大限度地降低健康问题的风险。

如果您患有克氏综合征并想要建立家庭，生育专家可能会使用辅助生殖技术 (ART) 来帮助您。

### 克氏综合征怎么办

虽然克莱恩费尔特综合征无法治愈，但您可以采取一些措施来尽量减少该病对您的健康和福祉的影响，包括：

- 监测您的健康和发育
- 必要时寻求适当的护理
- 维持正常的睾酮水平。

同样，如果您是一名患有克莱恩费尔特综合征症状的男性，医生进行的准确诊断和持续的专科治疗会对您有所帮助。

如果您是患有克氏综合征症状的孩子的父母，确诊后医生将能够提供护理，为您孩子的健康和福祉提供最好的结果。

# 硬化性苔藓

什么是硬化性苔藓？

男性硬化性苔藓，也称为干燥闭塞性龟头炎(或BXO)，是一种皮肤病，其特征是阴茎头部和包皮上出现白斑。

硬化性苔藓影响着大约每 250-1000 名男孩(平均年龄 7 岁) 中的 1 名，以及每 1000 名男性中的 1 名。

硬化性苔藓的症状

如果您患有硬化性苔藓，您可能没有任何症状，或者您可能会遇到：

- 阴茎感觉改变
- 瘙痒
- 排尿时疼痛。

通常包皮末端呈白色且变硬，可导致包茎或嵌顿包茎。

硬化性苔藓的病因

硬化性苔藓通常由包皮和阴茎头的长期刺激和炎症引起。随着时间的推移，刺激和炎症会导致疤痕组织的积聚。

与龟头炎和龟头包皮炎类似，硬化性苔藓更常见于未受包皮环切的男性。这表明，包皮和阴茎头之间积聚的皮肤分泌物和细胞(包皮垢)会导致刺激和炎症，从而引发疾病。

对于未受割礼的男性，尿液可能会滞留在包皮和阴茎头之间，这也可能导致皮肤刺激。

硬化性苔藓与肥胖、吸烟和心血管疾病有关。遗传因素也可能是硬化性苔藓患病风险的一部分。

硬化性苔藓的诊断

硬化性苔藓通常根据包皮的外观进行诊断。如果需要进行包皮环切术，则可在术后进行包皮实验室检查以确诊。

硬化性苔藓的治疗

硬化性苔藓的治疗通常需要涂抹类固醇乳膏两到三个月。如果此方法无法改善或治愈您的硬化性苔藓，您可能需要进行活检以进一步诊断。

如果您的硬化性苔藓导致包茎或嵌顿包茎，则可能需要进行包皮环切术。

硬化性苔藓的健康影响

硬化性苔藓很少会自行消退。如果不及时治疗，硬化性苔藓可能会恶化，并导致包茎、嵌顿包茎、勃起疼痛和泌尿问题，通常需要手术治疗。

硬化性苔藓与阴茎癌风险增加有关，患有该疾病的男性中，有 4-8% 会患上阴茎癌。

您的医生需要每年进行一次检查，以观察您的硬化性苔藓是否复发或进展。

### 硬化性苔藓该怎么办

如果您的包皮或阴茎头出现白色硬化皮肤区域，则需要请医生进行评估。如果忽视硬化性苔藓，可能会出现严重的并发症，影响您的性功能、泌尿功能以及更广泛的健康。

# 性欲低下

什么是性欲低下？

当您感觉不适或有压力时，性欲下降是正常的，但如果长期无明显原因的性欲低下，或对性缺乏兴趣而影响到您的人际关系，则可能令人担忧。

当出现持续性欲低下、性想法或幻想、或性行为欲望低下，并导致一定程度的痛苦或影响性关系和恋爱关系时，就会诊断为男性性欲低下症。

重要的是要记住，就性欲而言，没有临床或科学上公认的“正常”定义，男性性功能并不像色情片和好莱坞电影让我们相信的那样简单。

60岁以下的男性中，约有四分之一到七分之一的人会在人生的某个阶段经历性欲或性兴趣的下降。60岁以后，许多男性的性欲都会下降。

## 性欲低下的症状

如果您的性欲低下，您可能会注意到您想到性的次数减少了，不再像以前那样容易被激起性欲，或者感觉您根本无法被打扰。

## 性欲低下的原因

性欲低下可能由多种因素造成，包括：

- 关系问题
- 包括甲状腺功能减退症和睾酮水平低在内的医疗状况
- 抑郁和压力等心理健康问题
- 一些药物，包括许多用于治疗抑郁症和焦虑症的药物
- 使用娱乐性药物和酒精。

## 性欲低下的诊断

当你去看医生时，向他们坦诚你正在经历的事情是很重要的。

医生会询问您的性生活史以及您目前生活中的压力因素，例如您的人际关系和工作。他们还会询问您的身心健康状况。所有这些问题都是为了帮助您找出性欲低于正常水平的可能原因。

例如，抑郁症是性欲低下的常见原因，因此医生会想知道您的感受。

## 性欲低下的治疗

如果医生认为您的性欲受到其他健康状况的影响，那么治疗这些问题将是第一步。

如果心理或关系因素导致您的性欲低下，建议您进行个人咨询或与伴侣一起进行咨询。

睾酮治疗可以有效治疗睾酮水平低下的男性的性欲低下，但没有证据表明睾酮治疗可以提高睾酮水平正常的男性的性欲。

目前没有专门治疗性欲低下的药物。

## 性欲低下对健康的影响

性欲低下可能是身体或心理健康问题的征兆，因此务必咨询医生，了解您的具体情况以及身心健康史。

这可能包括讨论任何创伤史。

#### 性欲低下怎么办

与医生沟通可以帮助你了解性欲低下的原因, 并找到解决方法。性欲低下可能会影响你与伴侣的性关系, 因此寻求帮助可能对你和伴侣都有好处。

# 男性不育

什么是男性不育？

如果一对夫妇在一年内频繁且无保护的性交后仍无法怀孕，则被视为不孕不育。当女性伴侣已知具有生育能力时，则以男性不育来定义不孕不育。

男性不育症有多常见？

据估计，澳大利亚有 8-9% 的男性和约 15% 的夫妇患有不孕不育症。

人们普遍认为，对于不孕不育的夫妇来说：

- 大约五分之一的病例是由男性不育单独造成的
- 约三分之一的病例是由女性不孕不育引起的
- 超过三分之一的病例都涉及男性和女性因素。

上述数字是基于旧数据，我们不知道男性不育的确切患病率或夫妇不育中可归因于男性伴侣的比例。

我们确实知道，在尝试 12 个月后仍未怀孕的夫妇中，约有一半在第二年成功自然怀孕，而约有七分之一的夫妇在第二年成功怀孕。

男性不育的原因

男性不育通常由精子发生问题引起。这可能是由于激素问题、睾丸功能不佳或男性泌尿生殖道阻塞造成的。

以下因素可减少睾丸的精子生成：

- 克莱恩费尔特综合征等遗传疾病
- 精索静脉曲张
- 睾丸发炎或损伤
- 重病
- 隐睾
- 由于遗传、感染、癌性或非癌性肿瘤或手术导致的激素功能异常
- 睾酮疗法
- 合成代谢类固醇的误用或滥用
- 使用阿片类药物
- 肥胖
- 一些药物。

精子功能可能因以下因素受损：

- 遗传因素
- 年龄
- 泌尿生殖道感染或炎症，可能由衣原体等性传播细菌或其他微生物引起。

导致男性生殖系统某些部位完全发育不全的异常，例如先天性双侧输精管缺失的男性，可能会阻碍精子的输送。其他男性的生殖系统可能因疤痕、手术期间的意外损伤或不明原因而出现阻塞。

射精问题和勃起功能障碍可能是导致男性不育的原因。

饮酒和吸烟等生活方式因素可能会导致不孕不育，参加高强度运动或可能使睾丸暴露在高温下的活动（如桑拿或职业暴露）也会导致不孕不育。

### 男性不育症的诊断

为了查明不孕不育的原因，医生通常会安排精液分析或血液检查来测量您的激素水平。他们可能会检测感染情况，或让您去做超声波检查，以检查睾丸和其他阴囊内容物的结构。在某些情况下，可能需要进行睾丸活检以进行诊断。

### 男性不育症的治疗

男性不育症的治疗方法取决于其病因。

如果您的不孕不育是由某些生活方式引起的，医生可以帮助您改变行为。如果某种疾病的药物可能导致了您的不孕不育，他们也可以找到替代疗法。

您的医生可能会开激素治疗或其他药物来治疗您的不孕症。

如果精索静脉曲张或泌尿生殖道阻塞是导致您不孕不育的原因，可以进行手术来修复。

如果您的不孕症治疗不成功，辅助生殖技术 (ART) 可以帮助您和您的伴侣怀孕。

### 男性不育对健康的影响

男性不育与睾丸癌以及糖尿病、心脏病和抑郁症等各种慢性疾病引起的健康状况不佳有关。不育男性的死亡风险也高于育龄男性。这些关联并不意味着每个不育男性都会患病或早逝，但提醒您照顾好自己，如果您有任何健康问题，请立即就医。

如果您和您的伴侣尝试怀孕已有一年或一年以上，但一直未能成功，你们都应该去看医生。您仍有可能自然受孕，但最好尽早开始检查。男性和女性的生育能力都会随着年龄的增长而下降。

生育问题可能会给双方带来很大的压力，因此您可能需要与医生讨论夫妻咨询，以便您和您的伴侣能够最好地互相支持。

一些生育服务更关注女性而不是夫妻，但从一开始就应该调查双方的生育能力。

# 男性生殖系统

什么是男性生殖系统？

男性生殖系统是调节身体发育和功能、性能力和生育能力的器官、腺体和其他身体结构和组织的集合。

男性生殖系统的组成部分

大脑

下丘脑是大脑底部一个杏仁大小的区域，它通过接收来自大脑的信息并向内分泌系统（调节身体功能的腺体、激素和组织系统）发送信息来调节身体功能。

大脑的许多其他部分也与性唤起和性高潮有关。

脑垂体

垂体是一个咖啡豆大小的腺体，位于下丘脑下方。下丘脑和垂体由一根组织柄连接，组织柄内含有血管，负责将激素从下丘脑输送到垂体。

睾丸

睾丸是两个卵形器官，位于阴囊的左右两侧，阴茎根部下方，腹部外。

睾丸是精子的来源，也是睾酮的产生地。

附睾

附睾有两个，位于睾丸稍上方和后方。

附睾是一条连接睾丸曲细精管的管道。附睾内含有来自睾丸的未成熟精子。

输精管

输精管有两条，管子粗约 2-3 毫米，从附睾尾部延伸至前列腺。

每根输精管都将精子从附睾尾部输送到前列腺。

精囊

精囊有两个，每个长约5厘米，位于膀胱后下方，左右两侧。

每个精囊在进入前列腺时都会与输精管相连。

精囊产生约 60% 的精液并将其释放到射精管中。

前列腺

前列腺是一个肌肉腺，大小与核桃相当，位于膀胱正下方。

前列腺产生的液体约占精液量的三分之一。

射精管

射精管将精液（精子和精液）从精囊输送到前列腺内的尿道。

尿道

尿道是从膀胱底部延伸到阴茎尖端的管道。

尿道输送来自膀胱的尿液和来自前列腺的精液。

尿道球腺

尿道球腺有两个，大小如豌豆，位于尿道的左右两侧，阴茎根部前列腺的下方。

尿道球腺会产生射精前液体，并将其释放到尿道中。

尿道球腺也称为考珀腺。

阴茎

阴茎包含两根勃起组织“管”，即阴茎海绵体和一根海绵体海绵管。

龟头（头部）位于阴茎末端并环绕尿道口。

龟头被包皮覆盖，包皮是一层保护龟头的皮肤鞘。

## 阴囊

阴囊是位于阴茎根部下方的皮肤囊, 内含睾丸、附睾和输精管的第一部分。

阴囊可以使睾丸的温度低于核心体温, 这对于精子的正常发育是必要的。

## 精子

- 成熟的男性性细胞。

## 精液

- 性活动期间从阴茎射出的液体; 包含精子以及来自睾丸、前列腺和精囊的其他液体。

## 男性生殖系统是如何调节的?

男性生殖系统的成功运作需要适当水平的睾酮和精子的产生。

- 大脑: 为了调节生殖功能, 下丘脑会产生促性腺激素释放激素 (GnRH), 作用于脑垂体。
- 脑垂体: 在下丘脑的 GnRH 控制下, 脑垂体向血液中释放促卵泡激素 (FSH) 和促黄体激素 (LH)。
- 睾丸: FSH(促卵泡激素) 作用于睾丸曲细精管中的塞托利细胞(与睾酮一起), 刺激精子的产生。睾丸塞托利细胞会制造并分泌一种叫做抑制素的激素。LH(黄体生成素) 刺激睾丸间质细胞产生睾酮, 后者作用于睾丸内的塞托利细胞, 支持精子的产生, 并进入血液循环, 输送至全身。
- 反馈机制: 男性生殖系统(睾酮和精子发生) 的输出反馈至大脑和脑垂体以调节自身的水平。

## 男性生殖系统的健康影响

男性生殖系统的每个部分都可能出现问题, 如果一个部分出现问题, 可能会影响另一个部分的功能。例如, 抑郁症(大脑) 和睾丸激素分泌不足(睾丸) 都会影响阴茎的勃起功能。

生殖系统功能异常会影响生殖系统以外的身体部位。例如, 如果睾丸激素分泌不足, 你的情绪和性欲就会低落, 骨骼也会变得脆弱。

发生在生殖系统以外的身体部位的疾病也会影响生殖功能。例如, 心血管疾病会影响勃起功能, 糖尿病会影响睾酮水平。

# 男性生殖系统

什么是男性生殖系统？

男性生殖系统是调节身体发育和功能、性能力和生育能力的器官、腺体和其他身体结构和组织的集合。

男性生殖系统的组成部分

大脑

下丘脑是大脑底部一个杏仁大小的区域，它通过接收来自大脑的信息并向内分泌系统（调节身体功能的腺体、激素和组织系统）发送信息来调节身体功能。

大脑的许多其他部分也与性唤起和性高潮有关。

脑垂体

垂体是一个咖啡豆大小的腺体，位于下丘脑下方。下丘脑和垂体由一根组织柄连接，组织柄内含有血管，负责将激素从下丘脑输送到垂体。

睾丸

睾丸是两个卵形器官，位于阴囊的左右两侧，阴茎根部下方，腹部外。

睾丸是精子的来源，也是睾酮的产生地。

附睾

附睾有两个，位于睾丸稍上方和后方。

附睾是一条连接睾丸曲细精管的管道。附睾内含有来自睾丸的未成熟精子。

输精管

输精管有两条，管子粗约 2-3 毫米，从附睾尾部延伸至前列腺。

每根输精管都将精子从附睾尾部输送到前列腺。

精囊

精囊有两个，每个长约5厘米，位于膀胱后下方，左右两侧。

每个精囊在进入前列腺时都会与输精管相连。

精囊产生约 60% 的精液并将其释放到射精管中。

前列腺

前列腺是一个肌肉腺，大小与核桃相当，位于膀胱正下方。

前列腺产生的液体约占精液量的三分之一。

射精管

射精管将精液（精子和精液）从精囊输送到前列腺内的尿道。

尿道

尿道是从膀胱底部延伸到阴茎尖端的管道。

尿道输送来自膀胱的尿液和来自前列腺的精液。

尿道球腺

尿道球腺有两个，大小如豌豆，位于尿道的左右两侧，阴茎根部前列腺的下方。

尿道球腺会产生射精前液体，并将其释放到尿道中。

尿道球腺也称为考珀腺。

阴茎

阴茎包含两根勃起组织“管”，即阴茎海绵体和一根海绵体海绵管。

龟头（头部）位于阴茎末端并环绕尿道口。

龟头被包皮覆盖，包皮是一层保护龟头的皮肤鞘。

## 阴囊

阴囊是位于阴茎根部下方的皮肤囊, 内含睾丸、附睾和输精管的第一部分。

阴囊可以使睾丸的温度低于核心体温, 这对于精子的正常发育是必要的。

## 精子

- 成熟的男性性细胞。

## 精液

- 性活动期间从阴茎射出的液体; 包含精子以及来自睾丸、前列腺和精囊的其他液体。

## 男性生殖系统是如何调节的?

男性生殖系统的成功运作需要适当水平的睾酮和精子的产生。

- 大脑: 为了调节生殖功能, 下丘脑会产生促性腺激素释放激素 (GnRH), 作用于脑垂体。
- 脑垂体: 在下丘脑的 GnRH 控制下, 脑垂体向血液中释放促卵泡激素 (FSH) 和促黄体激素 (LH)。
- 睾丸: FSH(促卵泡激素) 作用于睾丸曲细精管中的塞托利细胞(与睾酮一起), 刺激精子的产生。睾丸塞托利细胞会制造并分泌一种叫做抑制素的激素。LH(黄体生成素) 刺激睾丸间质细胞产生睾酮, 后者作用于睾丸内的塞托利细胞, 支持精子的产生, 并进入血液循环, 输送至全身。
- 反馈机制: 男性生殖系统(睾酮和精子发生) 的输出反馈至大脑和脑垂体以调节自身的水平。

## 男性生殖系统的健康影响

男性生殖系统的每个部分都可能出现问题, 如果一个部分出现问题, 可能会影响另一个部分的功能。例如, 抑郁症(大脑) 和睾丸激素分泌不足(睾丸) 都会影响阴茎的勃起功能。

生殖系统功能异常会影响除生殖系统以外的身体部位。例如, 如果睾丸激素分泌不足, 你的情绪和性欲就会低落, 骨骼也会变得脆弱。

发生在生殖系统以外的身体部位的疾病也会影响生殖功能。例如, 心血管疾病会影响勃起功能, 糖尿病会影响睾酮水平。

# 传染性软疣

什么是传染性软疣？

传染性软疣是由传染性软疣病毒引起的一种皮肤病，通常会导致皮肤上出现多达30个(2-5毫米)的圆顶状小肿块。肿块颜色可能是淡白色、黄色或粉红色，中间有“凹坑”或“酒窝”。

对于免疫功能较差的人(例如正在接受免疫疗法或患有狼疮、艾滋病毒感染或癌症)，身体上可能会出现更多斑点，这些斑点可能会扩散到全身，或者斑点会连接在一起形成非常大的病变<sup>1</sup>。

传染性软疣影响着大约五十分之一的澳大利亚人。生殖器及其周围皮肤的感染最常见于年轻、性活跃的人群。

传染性软疣是全球 50 大疾病原因之一，每年影响超过 1.22 亿人。

## 传染性软疣的症状

传染性软疣通常因直接接触而导致儿童的脸部、颈部、身体和手臂上出现斑点。

成人传染性软疣通常发生在性交过程中皮肤接触后，出现在生殖器及其周围区域。这些斑点通常无痛，但可能会发痒。

## 传染性软疣的原因

传染性软疣病毒通过人与人之间的直接接触或通过共用毛巾或洗澡或游泳时使用的其他物品传播<sup>2</sup>。

抓挠病变部位可能会感染附近的皮肤，导致肿块扩散。

## 传染性软疣的诊断

您的医生通常会根据斑点的外观和您对他们问题的回答来诊断传染性软疣。

## 传染性软疣的治疗

传染性软疣会自行消失，但大约需要 6-12 个月。

传染性软疣斑点可以通过冷冻、“烧灼”或医生切除的方式治疗，但这些治疗方法很痛苦，而且斑点可能会复发，需要多次治疗。有些治疗方法可以直接涂抹在斑点上(例如过氧化氢、碘、茶树油、咪喹莫特乳膏)，但目前尚无确凿证据表明这些方法有效。

## 传染性软疣对健康的影响

感染传染性软疣期间，您需要防止将其传染给他人或扩散到身体的其他部位。这意味着您应该遮盖患处，并且不要共用毛巾或其他接触患处皮肤的物品。

性接触时使用避孕套并不能防止传染性软疣的传播。

传染性软疣的免疫反应会导致斑点周围发红，斑点本身也会变成鳞屑状。这种疾病被称为传染性软疣皮炎，会导致斑点消退。

## 传染性软疣怎么办

如果您发现生殖器上有任何斑点或肿块，请去看医生，以便他们做出准确的诊断并排除任何严重疾病。

如果您的生殖器上或周围有传染性软疣，最好检查一下是否患有其他性传播疾病。

您还应该：

- 告知任何性伴侣，以便他们接受检查
- 避免摩擦或抓挠斑点，因为这可能会导致斑点扩散
- 遮盖斑点以避免与其他人接触。

# 睾丸炎

什么是睾丸炎？

睾丸炎是睾丸(睾丸)或睾丸(睾丸)的炎症。

睾丸炎通常不单独发生，通常伴有附睾炎症(附睾-睾丸炎)。附睾-睾丸炎是阴囊疼痛和肿胀的常见原因。

每 10 名患腮腺炎的男性中，就有 2 至 3 名会患上睾丸炎。

睾丸炎的症状

睾丸炎会引起疼痛，并可能伴有肿胀和发红。疼痛通常来得很快。

睾丸炎的病因

睾丸炎本身，不伴有附睾炎症，通常是由病毒感染引起的，病毒会通过血液传播到睾丸。其中最常见的是腮腺炎病毒。

附睾睾丸炎通常由细菌感染引起。在青少年男性和年轻男性中，最常见的病因是由引起淋病或衣原体的细菌引起的性传播感染 (STI)。在男孩和老年男性中，最常见的病因是通常引起尿路感染的细菌。

睾丸炎的诊断

医生可以通过检查来诊断睾丸炎和附睾睾丸炎。排除睾丸疼痛的其他原因，尤其是睾丸扭转，非常重要。医生可能会安排超声波扫描来排除睾丸扭转。

您的医生可能会分析您的尿液或进行血液检查，以确定哪种感染可能导致您的睾丸炎。

睾丸炎的治疗

睾丸炎的通常治疗方法是缓解疼痛和休息。

如果您患有细菌感染，医生可能会开抗生素。

睾丸炎对健康的影响

睾丸炎会影响睾丸的功能，因此睾酮水平或精子生成可能会在一段时间内发生变化。

如果您的睾丸炎(或附睾睾丸炎)是由性传播感染(例如衣原体感染、淋病)引起的，您应该接受其他可能的性传播感染的检测。您的性伴侣也应该接受检测。

如果您的睾丸炎是由腮腺炎引起的，受感染的睾丸(或睾丸)可能会因感染和炎症造成的损伤而变小。这也可能影响您的生育能力。因此，接种腮腺炎疫苗至关重要。

睾丸炎怎么办

如果阴囊突然疼痛，请立即就医。如果疼痛是由睾丸扭转引起的，则需要立即进行手术。

在很多情况下，睾丸炎的治疗效果并不理想，但如果存在病因，医生可以帮助您找到可治疗的病因。



# 骨质疏松症

什么是骨质疏松症？

骨质疏松症是一种影响骨骼强度和质量的疾病，导致骨骼变得更脆弱、更容易断裂。

大约每16名50岁以上的澳大利亚男性中就有1人患有骨质疏松症。其中，每4人中就有1人会因骨质疏松症而骨折。

骨质疏松症的症状

大约一半患有骨质疏松症的澳大利亚男性并不知道患有这种疾病。这是因为骨质疏松症通常没有症状，除非病情严重并导致骨折。

如果导致骨质疏松症的脊椎骨结构变化足够严重，则脊柱可能会出现明显弯曲或身高下降。

骨质疏松症的病因

骨质疏松症是由于骨骼结构发生变化引起的，导致骨骼变得更脆弱，从而增加骨折的风险。

正常健康的骨骼会不断再生，旧骨会被移除，新骨会被添加。在儿童时期，由于新骨的形成速度比旧骨的移除速度快，骨骼会变得更坚韧、更致密。

青春期时，男性的骨密度会增加，因为睾酮会刺激骨骼生长，增加骨骼中钙的含量。男性的骨密度在20岁出头时达到峰值，然后随着年龄增长而缓慢下降。

如果您20多岁时的峰值骨密度较低，或者您患有疾病或服用影响骨骼健康的药物，那么您患骨质疏松症的风险会高于正常人。老年人的骨骼形成速度会减慢，骨骼流失的速度可能比骨骼生长的速度更快。

半数患有骨质疏松症的男性是由于其他健康状况导致患病，包括：

- 睾丸激素水平低
- 食物中钙的吸收不良
- 过量饮酒
- 糖尿病。

它也可能由治疗健康状况的药物引起，包括：

- 泼尼松龙用于治疗炎症
- 一些治疗癫痫的药物
- 一些前列腺癌的治疗方法。

对于没有这些风险因素的男性，骨质疏松症是由于随着年龄增长(70岁以上的男性)或原因不明(70岁以下的男性)导致的骨矿物质密度逐渐下降，可能与未确诊的原因有关。

骨质疏松症可能会在家族中遗传。

骨质疏松症的诊断

骨质疏松症的诊断是通过双能X射线吸收仪(DEXA)扫描测量骨密度来实现的。如果您出现背痛或轻微创伤导致骨折，X光检查也可能首先发现骨质疏松症。

您的医生可能会询问您的饮食和活动情况，检查您的药物或安排血液检查，以帮助他们了解您骨质疏松症的原因。

医生可以根据您的骨密度测量值和其他健康信息来计算您骨折的风险。如果您的风险足够高，他们可能会建议治疗。

### 骨质疏松症的治疗

如果您的饮食不够均衡，缺乏足够的蛋白质和钙，或者您饮酒过量或吸烟，那么做出改变将有助于控制您的骨质疏松症。

定期进行体育锻炼也会有所帮助。医生可能会建议您去看物理治疗师或运动生理学家，以帮助你增强骨骼和肌肉，并改善平衡能力。

如果您患有骨质疏松症，且钙摄入量和维生素D水平较低，服用钙或维生素D补充剂可以降低骨折风险。服用任何补充剂前，请务必咨询医生，因为如果您的饮食充足，则无需服用钙补充剂。

治疗骨质疏松症的药物有很多种。医生会建议哪种药物最适合您。

如果您的骨质疏松症是由于其他健康状况引起的，那么治疗其他疾病可能对您的骨骼健康有益。

如果您患有骨质疏松症，您可能需要改变您的家居环境或改变您的日常活动，以减少跌倒的风险并避免骨折。

### 骨质疏松症对健康的影响

骨质疏松症会对您的健康和福祉产生重大影响。

在因骨质疏松症而骨折的男性中，约有十分之一的人在出院前死亡<sup>5</sup>，而多达五分之二的人会在一年内死亡。

一些骨质疏松症治疗可能会产生副作用，需要定期监测您的健康状况。医生可能会建议您暂停服药，以最大程度地减少出现不良副作用的可能性。

### 骨质疏松症该怎么办

您可以采取多种措施来降低患骨质疏松症的风险并改善骨骼健康，包括：

- 均衡饮食，摄入足够的钙和维生素 D
- 定期锻炼
- 避免吸烟和饮酒过量。

如果您患有骨质疏松症，请务必遵照医生的建议并按处方服用药物。

您还应该与他们讨论有助于控制骨质疏松症的活动和锻炼类型。

# 射精疼痛

什么是射精疼痛？

射精后的疼痛通常来自身体中与射精有关的部位（前列腺、睾丸、附睾、输精管、精囊、射精管、尿道球腺和/或阴茎）。

我们认为每 10 名男性中就有 1 名会遭受射精疼痛的影响，但实际发生率尚不清楚，因为有些受此影响的男性可能不会提及或寻求帮助。

某些疾病会增加射精疼痛的可能性。患有下尿路症状 (LUTS) 的男性中，射精疼痛的发生率为 1/3 到 1/10，并且症状越严重，出现疼痛的可能性就越大。大约 1/5 的良性前列腺增生 (BPH) 患者会出现射精疼痛，超过 1/2 的前列腺炎患者会出现射精疼痛<sup>1</sup>。患有慢性盆腔疼痛综合征的男性发生率最高（高达 75%）。

接受前列腺手术的男性中，约有五分之一的人会遭受射精疼痛的困扰。

射精疼痛的原因

射精疼痛可能由以下原因引起：

- 前列腺炎
- 神经和肌肉疼痛
- 结石阻塞射精管
- 手术或放射治疗的影响
- 某些性传播感染
- 使用抗抑郁药。

对于一些男性来说，射精疼痛可能有心理原因。

射精疼痛的治疗

有药物可以治疗射精疼痛。

如果射精管阻塞是导致射精疼痛的原因，则通过手术或经尿道手术去除阻塞射精管的结石可以有效缓解症状。

如果神经刺激是导致射精疼痛的原因，那么尽量减少坐着的时间可能会有所帮助。

医生可以帮助您找出射精疼痛的原因并找到适合您的治疗方法。

射精疼痛对健康的影响

约 90% 患有射精疼痛的男性认为这是一个严重的问题<sup>1</sup>。

如果射精疼痛的治疗无效，您应该与医生讨论其他治疗方案。射精疼痛可能会在一到两年后自行消失，但等待这么长时间可能会严重影响您的健康。

射精疼痛怎么办

如果没有医生的帮助，你不可能做任何事情来缓解射精疼痛，所以最好的办法是尽快预约医生。



# 珍珠状阴茎丘疹

什么是珍珠状阴茎丘疹？

珍珠状阴茎丘疹是一种无痛的圆顶状肿块，通常沿着冠状沟（阴茎头与阴茎体交界处的圆形边缘）出现一排或多排。它们可以是肉色或白色，看起来像小丘疹或皮赘。

珍珠状阴茎丘疹是阴茎上常见的肿块类型，影响到七分之一到几乎一半的男性。

珍珠状阴茎丘疹的病因

我们不知道为什么有些男性会长珍珠状阴茎丘疹，而有些男性却不会。接受包皮环切的男性比未接受包皮环切的男性更少见。

珍珠状阴茎丘疹通常出现在青春期末期，随着年龄的增长而减少。

珍珠状阴茎丘疹的诊断

医生通常只需观察或使用皮肤镜即可诊断珍珠状阴茎丘疹。他们也可能会采集少量皮肤样本进行检查，以确诊。

珍珠状阴茎丘疹的治疗

珍珠状阴茎丘疹无需治疗，因为它们是男性生理结构的正常组成部分。即便如此，一些患有珍珠状阴茎丘疹的男性仍然会为此感到困扰，并希望将其切除。

如果您对珍珠状阴茎丘疹感到尴尬，可以通过液氮冷冻或激光治疗将其去除。激光治疗可能会留下疤痕或导致皮肤颜色改变，并且阴茎在激光治疗后大约需要两周才能愈合。

珍珠状阴茎丘疹的健康影响

珍珠状阴茎丘疹并不会引起任何身体健康问题，因为它们是某些人身体结构的正常组成部分。

珍珠状阴茎丘疹可能会引起患者或其性伴侣不必要的担忧，他们可能会将其误认为是性传播感染的征兆。

珍珠状阴茎丘疹怎么办

如果你担心阴茎上有任何肿块、肿块或斑点，最好咨询医生。快速检查可以确保你无需担心，并帮助医生排除任何严重疾病。

# 阴茎癌

什么是阴茎癌？

阴茎癌可发生在包皮、龟头或阴茎体上。

有几种不同类型的癌症会影响阴茎，可能需要不同的治疗方法。

每年，每12.5万名澳大利亚男性中就有1人被诊断出患有阴茎癌。大多数病例(超过95%)为鳞状细胞癌(一种影响皮肤外层(表皮)的皮肤癌)，如果早期发现，很容易治愈。

大多数阴茎癌病例发生在老年男性中。

阴茎癌的症状

阴茎癌的症状包括：

- 包皮、龟头或阴茎体上的肿块或溃疡，两周后仍未消失
- 阴茎或包皮下出血
- 包皮下有异味的分泌物或硬块
- 阴茎或包皮皮肤颜色或厚度的变化
- 阴茎龟头疼痛或肿胀
- 阴茎体疼痛。

阴茎癌的病因

包皮、龟头或阴茎体的细胞异常发育可能形成癌性肿瘤，并扩散到身体的其他部位。

男性阴茎癌的病因通常不明，但已知有些因素会增加患阴茎癌的风险，包括：

- 包茎
- 长期龟头炎
- 卫生条件差
- 性伴侣数量
- 吸烟
- 紫外线 (UV) 照射。

阴茎癌的诊断

医生会询问您一些问题，进行检查，并建议您进行一些检查以诊断阴茎癌。您可能需要进行血液检查、采集组织样本(活检)或扫描。

阴茎癌的治疗

如果您被诊断患有阴茎癌，医生会首先将您转诊给泌尿科医生。

根据癌症的类型和阶段，可以使用手术、放射疗法和化学疗法来治疗阴茎癌。

预防阴茎癌

您可以通过以下方式预防阴茎癌的风险：

- 保持良好的个人卫生

- 接种人乳头瘤病毒 (HPV) 疫苗
- 禁止吸烟
- 避免紫外线照射
- 接受影响生殖器的炎症的治疗。

儿童期或青少年期进行包皮环切可以预防因不注意卫生而可能发生的包皮问题, 从而降低患阴茎癌的风险。

#### 阴茎癌的健康影响

每 10 例阴茎癌中就有 8 例是可以治愈的, 但可能会对生活质量和性功能产生长期影响。

#### 阴茎癌该怎么办

如果您注意到阴茎皮肤有任何变化或感到阴茎疼痛, 就应该去看医生。越早寻求帮助, 就能越早得到诊断并开始治疗。

# 阴茎肿块

如果我的阴茎上有肿块，这意味着什么？

您的阴茎上可能会出现多种不同类型的肿块和隆起。

有时，皮脂腺(皮肤中的小腺体，会分泌油脂保护自身)可能会堵塞，导致阴茎上出现小囊肿或丘疹，几天后会自行消退。如果阴茎上的囊肿或丘疹出现疼痛或肿胀，应立即就医。

阴茎溃疡或开放性溃疡，渗出透明液体或脓液，可能是性传播感染或癌症引起的。阴茎上出现任何溃疡或开放性溃疡，应尽快就医检查。

就像身体的其他部位一样，如果您发现阴茎外观有任何异常，或者感到任何疼痛，就应该预约看医生。

有关不同类型阴茎肿块的更多信息，请访问：

- 福代斯斑点
- 生殖器疣
- 传染性软疣
- 珍珠状阴茎丘疹
- 阴茎癌

什么是阴茎囊肿？

有时，阴茎和阴囊上产生油脂的腺体(称为皮脂腺)可能会被堵塞，变成囊肿(可含有透明液体或脓液的组织囊)。

通常情况下，囊肿无需治疗。但是，如果囊肿持续增大，可能会出现疼痛和感染。如果囊肿出现疼痛或肿胀，最好咨询医生。

什么是阴茎溃疡？

溃疡表现为皮肤上的开放性溃疡，中心通常有透明液体或脓液。

阴茎上出现单个溃疡可能很严重，因为它可能是梅毒、热带疾病或阴茎癌引起的。出现单个溃疡应立即就医检查。

多发性溃疡更为常见。虽然症状不那么严重，但仍应就医检查。疱疹病毒是多发性阴茎溃疡最常见的病因。

什么是丘疹？

珍珠状阴茎丘疹是一种无痛的圆顶状肿块，通常沿着冠状沟(阴茎头与阴茎体交界处的圆形边缘)出现一排或多排。它们可以是肉色或白色，看起来像小丘疹或皮赘。

珍珠状阴茎丘疹是男性生理结构的正常组成部分。即便如此，一些患有珍珠状阴茎丘疹的男性仍然会为此感到困扰，并希望将其去除。

什么是生殖器疣？

生殖器疣通常表现为阴囊、阴茎体或顶端的一组小凸起。但也可能出现单个疣。疣也可能出现在肛门内或肛门周围。生殖器疣的颜色和大小各不相同，可能呈圆形或扁平状，光滑或粗糙。

生殖器疣是由人乳头瘤病毒引起的，很容易通过皮肤接触传播，因此如果您或您的伴侣被感染，使用避

孕套非常重要。

生殖器疣可以通过冷冻、“烧灼”或医生切除的方式治疗。有些药物可以直接涂抹在疣上，或许有助于消退。

目前有一种疫苗可以预防与人类疾病最相关的9种人乳头瘤病毒感染，在澳大利亚，这种疫苗作为国家免疫计划的一部分免费提供。该疫苗不能治疗现有感染，因此必须在接触病毒之前接种才能有效。

# 佩罗尼氏病

## 什么是佩罗尼氏病

佩罗尼氏病是一种阴茎勃起组织周围结缔组织的疾病。该病会导致阴茎勃起时弯曲。

佩罗尼氏病不同于先天性阴茎弯曲，后者是由于阴茎发育过程中两侧生长略有差异而引起的。佩罗尼氏病在男性中的发病率约为3%，且随着年龄增长而增高。

## 佩罗尼氏病的症状

佩罗尼氏病有两个阶段：活跃期和稳定期。

在活跃期，您通常会感到疼痛，通常（但并非总是）在阴茎受到某种损伤后（但并非总是），并且您的症状可能会随着弯曲或弯折而发生变化。

在稳定期（三个月后症状没有变化），您可能不会感到任何疼痛，但通常可以感觉到阴茎中的疤痕组织，并且阴茎的弯曲或曲线不会变得更糟。

## 佩罗尼氏病的病因

佩罗尼氏病最可能的病因是性活动过程中阴茎反复受损，尽管许多男性在注意到这种疾病之前并不记得发生过什么。

愈合过程中可能存在一些基因差异，导致至少部分受影响的男性患上佩罗尼氏病。

## 佩罗尼氏病的治疗

手术是治疗佩罗尼氏病的最佳方法。

胶原酶溶组织梭菌（CCH）是唯一获批的治疗佩罗尼氏病的注射药物，但在澳大利亚已不再可用。

维生素E、秋水仙碱和5型磷酸二酯酶（PDE5）抑制剂等口服药物疗效甚微。冲击波疗法仍在评估其作为治疗佩罗尼氏病的合适方法。牵引装置在矫正佩罗尼氏病患者的阴茎弯曲方面有一定作用。

## 佩罗尼氏病的健康影响

佩罗尼氏病常伴有疼痛，并常导致性交困难。该病对大多数男性的心理健康和性关系造成负面影响。

如果您的阴茎一直有一点弯曲，但这并不困扰您，也不疼痛，则无需做任何事情。

杜普伊特伦挛缩是一种影响手部的疾病，与佩罗尼氏病有关。糖尿病和高血压与佩罗尼氏病有关，但两者之间不太可能存在直接的因果关系。

## 佩罗尼氏病该怎么办

如果您的阴茎受伤并且感到疼痛，您应该去看医生，以确保没有严重损伤。

即使你不记得自己受过伤，如果你感到阴茎疼痛（无论是否勃起），都应该去看医生。如果你注意到阴茎形状有任何变化（不仅仅是弯曲，还有肿块），也应该去看医生。

你的医生可能会将你转诊给一位有治疗佩罗尼氏病经验的泌尿科医生。泌尿科医生会进行检查，可能会安排超声波扫描，并会与你讨论治疗方案。



# 包茎

## 什么是包茎

包茎是一种包皮无法缩回到阴茎龟头上的疾病。

包茎可能是生理性的(如婴儿的包茎)，也可能是病理性的(如果它导致性功能或疼痛问题或由其他健康问题引起)。

嵌顿包茎是指包皮从龟头回缩，无法恢复到正常位置。嵌顿包茎会导致包皮和阴茎头疼痛肿胀，因此，如果发生这种情况，应立即就医。

包茎是正常现象，几乎所有新生儿都会出现。随着男孩年龄的增长，包皮会逐渐变得更容易回缩到龟头上。

到了成年期，生理性包茎会影响到每 200 名男性中就有 1 名到每 8 名男性中就有 1 名以上。

成年男性病理性包茎的发病率尚不清楚，但预计未受包皮环切的男性的发病率较高。

## 包茎的症状

如果您的包皮感觉紧绷，难以回缩，则可能是包茎。其他症状包括：

- 排尿时包皮膨胀
- 排尿或勃起时疼痛。

## 包茎的原因

婴幼儿包茎是由于正常的发育造成的。包皮和龟头在发育过程中会融合在一起，出生后会逐渐分离。

因受伤、感染、炎症或皮肤病(如硬化性苔藓(闭塞性干性龟头炎))造成的包皮疤痕会导致包茎。

患有糖尿病的患者比没有糖尿病的患者更容易出现包茎。

## 包茎的诊断

您的医生需要检查您的阴茎来诊断包茎。

## 包茎的治疗

如果您或您的孩子患有包茎，轻轻地将包皮回缩可以帮助解决这个问题。

类固醇药膏可有效治疗包茎，但如果这种治疗无效或包茎复发，则可能需要进行包皮环切术。

## 包茎对健康的影响

如果包茎严重，您可能会出现排尿困难，或勃起时感到疼痛或不适。包茎会增加患龟头炎的风险，龟头炎可能是细菌或真菌感染的结果。长期龟头炎也可能是包茎的一个原因。

包皮和阴茎头之间温暖潮湿的环境容易滋生细菌和其他微生物。因此，如果您没有接受包皮环切，保持良好的卫生习惯至关重要。

包茎比大多数其他相关疾病更能增加患阴茎癌的风险。

### 包茎怎么办

如果您的孩子患有生理性包茎, 且没有并发症, 那么除了保持良好的卫生习惯外, 无需做任何事情。

如果您在排尿或阴茎勃起时感到疼痛或其他问题, 最好去看医生。病理性包茎应进行治疗, 以避免潜在的严重并发症。

如果您患有糖尿病或其他增加包茎风险的健康问题, 请务必尽力控制它们

# 早泄

什么是早泄？

早泄有很多不同的定义。如果你经常性地射精过早，或者在极少刺激的情况下射精，并且这对你和你的伴侣来说都是一个问题，那么你可能患有早泄。

早泄可以是终生的，也可以是后天的。终生性早泄是指从初次性经历开始就存在的早泄。后天性早泄是指先前射精时间较长且令人满意后，才会出现早泄。

它可能是普遍性的（在大多数情况下或大多数场合都会发生，无论伴侣是谁）或情境性的（仅在某些类型的刺激或与特定伴侣在一起时才会发生）。

早泄是全球最常见的性问题，影响着18至59岁男性中至少三分之一到五分之一的人群。然而，由于人们不愿谈论这个问题，因此早泄的发病率可能更高。

早泄的症状

早泄的症状因人而异。您的早泄是终生的还是后天的，是全身性的还是环境性的，这些都是重要的考虑因素，可能会影响您的诊断和治疗。

在一些男性中，早泄伴随勃起功能障碍。

早泄的原因

每个人早泄的原因并不相同。

有些人可能有：

- 与神经之间信号分子相关的遗传原因
- 心理原因
- 其他健康问题（例如激素水平异常）可能导致早泄。

大约三分之一到四分之一的早泄男性也患有勃起功能障碍。

早泄的诊断

无需进行任何特定检查即可诊断早泄，但医生可能会要求进行一些检查以确定病因。

如果您担心性活动中射精的速度太快，医生会问您一些问题，以了解您的顾虑并开始了解原因或问题。

您的医生可能会使用问卷（例如早泄诊断工具）来帮助他们了解早泄对您的影响。

早泄的治疗

勃起功能障碍的治疗取决于其病因。

有多种药物可用于治疗早泄。

与心理学家、性治疗师或其他心理健康专业人士交谈可能会有所帮助。行为疗法，例如“停止-启动”和“挤压”技巧，对某些人有效。

性活动前自慰、戴避孕套、盆底锻炼和针灸可能对某些人有效，但没有太多证据支持这些方法的使用。

如果早泄与勃起功能障碍有关，治疗勃起问题可能会解决射精问题。

您可能希望让您的性伴侣参与有关如何治疗早泄的讨论, 因为这个问题可能会影响他们的性满足感, 并且他们可以采取一些措施来帮助他们。

#### 早泄对健康的影响

早泄治疗的成功率为30%-70%。

终生早泄无法治愈, 但可以通过持续治疗来控制。后天性早泄可以通过成功治疗潜在问题来治愈。

早泄会导致压力、焦虑、勃起功能障碍以及人际关系问题。因此, 寻求帮助至关重要。

#### 早泄怎么办

您应该放心, 早泄非常常见, 并且有有效的治疗方法可以帮助治疗。

您的医生可以帮助您找出早泄的原因并找到合适的治疗方法, 因此如果您担心性功能问题, 您应该去看医生。

# 阴茎异常勃起(长时间勃起)

什么是阴茎异常勃起？

阴茎勃起症是指在没有任何性刺激的情况下，阴茎长时间勃起(持续四小时以上)。

阴茎异常勃起有两种类型：

- 缺血性(低血流)异常勃起
- 非缺血性(高血流量)阴茎异常勃起

阴茎勃起症很少见，但有些因素使其在某些男性群体中更为常见。

据估计，每年约有十万分之一的男性会患上阴茎异常勃起症。在使用阴茎注射治疗勃起功能障碍的男性中，阴茎异常勃起的发病率约为十万分之二。对于患有镰状细胞病的男性，每100人中约有3到4人会在一生中患上阴茎异常勃起症。

缺血性阴茎勃起症比非缺血性阴茎勃起症(不足 5%)更为常见(占 95% 以上)。

## 阴茎异常勃起的症状

阴茎异常勃起症是指在没有任何性刺激的情况下，阴茎仍长时间勃起(持续超过四小时)。这种症状在所有类型的阴茎异常勃起症中都很常见。

缺血性阴茎勃起症是指阴茎体非常硬，但阴茎头却很软。这种情况通常伴有疼痛，并且疼痛会逐渐加剧。

在非缺血性阴茎勃起中，阴茎体通常不会完全变硬。

## 阴茎异常勃起的原因

阴茎异常勃起是由阴茎勃起组织血流异常引起的。当你性欲高涨时，骨盆和阴茎的动脉会放松扩张，让更多血液进入阴茎海绵体。血液随后在高压下被困住，从而导致勃起。当你不再性欲高涨时，血液会从阴茎流出，阴茎会恢复到疲软状态。

缺血性阴茎勃起症是指勃起组织血流受阻，导致流入组织的血液随时间推移而积聚。血流不畅的原因可能多种多样，但通常原因不明。

缺血性阴茎勃起最常见的已知病因是镰状细胞病，该病会导致红细胞形状和功能异常。使用药物(尤其是用于治疗勃起功能障碍的药物，尤其与其他药物合用时)或使用娱乐性或非法药物也可能导致勃起时间延长。少数情况下，某些癌症或导致血液凝血因子增加的疾病可能会增加患阴茎勃起的风险。

非缺血性阴茎勃起最常见的原因是创伤性损伤导致阴茎供血动脉受损。

## 阴茎异常勃起的诊断

医生会询问您一些问题，以帮助他们确定阴茎异常勃起的可能原因，包括：

- 您对药物和毒品的使用
- 您可能患有的其他健康状况
- 是否存在疼痛
- 如果您遭受了可能造成责任的伤害。

体检将帮助医生评估您的阴茎异常勃起的硬度、阴茎头是否受到影响以及是否有任何受伤的迹象。

用针采集血液样本进行分析，有助于判断您是患有缺血性还是非缺血性阴茎勃起，但这并非总是必要

的。您也可以使用超声成像来评估血流。  
根据阴茎异常勃起的可能原因, 可能需要进行其他检查。

## 阴茎异常勃起的治疗

### 缺血性异常勃起

缺血性阴茎勃起会因血流不足而对阴茎造成不可修复的损伤, 因此必须进行放血治疗。服用药片可能是首选治疗方法, 但只有大约三到四例病例中的一例有效。如果药物治疗无效, 可以使用针头和注射器抽血, 但单独使用这种方法, 大约只有三分之一的病例有效。

缺血性阴茎勃起的标准治疗方法是用针头和注射器抽血, 然后注射药物来改变阴茎血流。这种治疗方法在10例病例中, 有4-8例有效。

如果这些治疗无法缓解缺血性阴茎勃起, 则需要手术治疗, 以防止阴茎组织受到不可修复的损伤。目前有几种外科手术可以将血液从阴茎海绵体分流到海绵体, 从而将其从阴茎中排出。

如果所有缓解缺血性阴茎勃起的治疗方法(包括手术)均无效, 由此造成的阴茎组织损伤可能会导致日后勃起功能障碍。如果发生这种情况, 可能需要植入阴茎假体(植入物)才能恢复勃起。

### 非缺血性阴茎勃起

如果您患有非缺血性阴茎勃起, 可以使用冰袋或压迫疗法。

非缺血性阴茎勃起症的另一种治疗方法是阻断为阴茎供血的血管。这种方法可以立即缓解症状, 并且大约有九成的患者有效。然而, 非缺血性阴茎勃起症在十例患者中约有三到四例会复发, 并且有十分之一到两人会出现勃起功能障碍的副作用, 因此您需要咨询医生, 了解这种治疗方法是否适合您。

不建议使用缺血性阴茎勃起症的治疗方法来治疗非缺血性阴茎勃起症。

### 复发性缺血性异常勃起

罕见情况下, 有些人可能会经历复发性阴茎勃起。复发性缺血性阴茎勃起的治疗方案有很多。对于患有镰状细胞病的男性, 通过药物或输血治疗潜在问题可能会有所帮助。

### 阴茎异常勃起对健康的影响

如果您曾经历过阴茎异常勃起, 则再次发作的风险会增加。

勃起功能障碍是阴茎异常勃起的常见并发症, 但勃起持续时间越短, 疗效越好。对于镰状细胞病患者, 在几小时内逆转阴茎异常勃起即可恢复所有勃起功能。然而, 如果阴茎异常勃起持续12-24小时, 则仅有78%的患者恢复勃起功能; 如果阴茎异常勃起持续24-36小时, 则恢复率降至44%。如果阴茎异常勃起持续时间超过36小时, 则勃起功能无法恢复, 因此立即寻求帮助至关重要。

阴茎异常勃起手术的并发症包括感染和勃起功能障碍。

复发性缺血性阴茎勃起可能会使您不愿意进行性活动, 这可能会对您的心理健康、性功能和亲密关系产

生负面影响。

#### 如何处理阴茎异常勃起

如果您出现勃起疼痛, 您应该去看医生。

如果您出现长时间的疼痛性勃起, 请立即就医, 因为越早治疗, 效果越好。

如果您患有镰状细胞病, 请咨询医生, 了解需要注意的事项以及如何最大程度地减少阴茎异常勃起的可能性。

# 前列腺癌

什么是前列腺癌？

前列腺癌意味着前列腺内有潜在有害的细胞生长。

前列腺癌是澳大利亚男性最常见的癌症类型。澳大利亚每年约有19,500例前列腺癌确诊病例，约占澳大利亚男性总数的1/770。

前列腺癌的症状

前列腺癌通常不会引起症状，尤其是在疾病的早期阶段。

如果出现症状，最常见的是下尿路症状 (LUTS)，例如尿流无力或尿频。然而，这些也是前列腺良性增大的症状，因此，如果您出现任何这些症状，并不意味着您患有前列腺癌。

前列腺癌扩散的常见症状包括骨盆、臀部、背部和肋骨疼痛。

前列腺癌的病因

前列腺癌是由前列腺细胞异常生长引起的。这些细胞通常位于产生前列腺液的腺腔内。前列腺细胞癌变的具体原因尚不清楚。

一个人的基因构成会影响其患前列腺癌的风险，有前列腺癌家族史的男性、某些种族和民族的男性以及拥有特定基因的男性患前列腺癌的几率较高。

前列腺癌的发病率随年龄增长而升高。40岁以下男性中前列腺癌发病率较低，但50岁以后发病率会随着年龄增长而急剧上升。

前列腺癌的诊断

医生会进行直肠指检 (DRE)，并安排血液检测以测量您的 PSA 水平。这两项检测都有助于识别有前列腺癌风险的男性。

如果您的PSA水平高于正常值，或直肠指检 (DRE) 显示前列腺内有异常结节，医生会将您转诊至泌尿科医生，进行前列腺MRI进一步检查。如果MRI显示任何疑似癌症区域，您将被送去进行前列腺活检。前列腺癌的确诊需要对使用针头采集的前列腺组织活检样本进行显微镜分析。

前列腺癌的治疗

对于生活不太可能受到前列腺癌影响的男性，例如老年或低度前列腺癌患者，不接受治疗可能是最佳选择。在这种情况下，可以采取“观察等待”的方法，即定期监测癌症进展并治疗任何症状，但要避免癌症治疗可能带来的副作用。

对于病情较为严重但局部性的男性前列腺癌，手术或放射疗法是治疗的有效方法。

如果前列腺癌扩散至身体其他部位，雄激素阻断疗法 (ADT) 通常为一线治疗方案。然而，随着时间的推移，癌症可能会对这种疗法产生耐药性。当转移灶(前列腺癌扩散至身体其他部位)广泛存在时，通常采用 ADT 和化疗药物联合治疗。

### 预防前列腺癌

由于年龄或基因因素的影响不大，因此预防前列腺癌可能并非易事。然而，健康饮食、规律运动和不吸烟有助于保持健康，并降低罹患晚期前列腺癌或死于前列腺癌的可能性。

目前尚无针对所有男性的筛查测试，可以识别出高风险人群或处于前列腺癌早期阶段的人群（例如肠癌筛查）。然而，测量血液样本中的前列腺特异抗原 (PSA) 水平通常有助于确定男性患前列腺癌的可能性。

如果您担心前列腺癌，请与您的医生讨论 PSA 测试，以便了解该测试的含义。

### 前列腺癌的健康影响

几乎所有前列腺癌患者确诊后都能存活至少五年。十年生存率为82-97%，具体取决于前列腺癌的分期。低度前列腺癌患者更有可能死于其他疾病。

如果您被诊断患有前列腺癌，接受诊断结果并积极治疗可能会影响您的身心健康。医疗、心理和行为干预可以帮助您应对这些影响。

### 前列腺癌该怎么办

癌症诊断可能会让人感到不安，因此找到能够帮助您了解癌症及其影响的医疗专业人士至关重要。有很多途径可以提供支持。

如果您出现前列腺癌症状，并不意味着您已经罹患该病。然而，务必咨询医生，以便他们排除前列腺癌的可能性，并帮助您控制引起症状的任何因素。

即使您没有症状，也可能患有早期前列腺癌。如果您担心自己患前列腺癌，请咨询医生是否需要进行 PSA 血液检测，尤其是在您有前列腺癌家族史的情况下。

# 前列腺增大

什么是前列腺增大？

前列腺大小与核桃相当，位于尿道（将尿液从膀胱输送到阴茎末端的管道）的顶部，紧邻膀胱底部。随着男性年龄增长，良性前列腺增生（BPH）会导致前列腺增大。

良性前列腺增生（BPH）引起的前列腺增大与前列腺癌不同。BPH 本身无需担心，但其症状可能会带来相当大的不适、不便，并降低生活质量。

随着男性年龄增长，良性前列腺增生（BPH）的发病率也随之上升。50 岁以上男性中约有 50% 患有 BPH，80 岁及以上男性中则高达 80% 以上。

## 前列腺增大的症状

许多患有良性前列腺增生（BPH）的男性会出现泌尿系统症状，因为前列腺通常受影响的区域位于尿道旁边。随着前列腺增大，尿道会变窄，正常的排尿功能也会受到影响。

BPH 的症状包括：

- 尿流强度的变化
- 排尿困难，或排尿结束时尿液滴落
- 需要比平时更频繁或更少地排尿。

如果您发现任何这些症状，您应该咨询医生。

## 前列腺增大的原因

随着年龄的增长，男性如果患有代谢综合征、糖尿病、高血压、肥胖症或饮食中缺乏水果、蔬菜和豆类，则更容易患上 BPH。

BPH 具有遗传因素，因此一些男性遗传了前列腺增大的风险。

睾酮刺激前列腺细胞分裂，导致前列腺生长。参与炎症的分子也能刺激前列腺细胞分裂。

## 前列腺增大的诊断

医生会询问您一些关于泌尿系统症状的问题，进行检查，并可能进行尿液检测。他们可能会要求您进行血液检查或超声波扫描。

## 前列腺增大的治疗

如果男性对良性前列腺增生（BPH）的泌尿系统症状不太在意，可以选择不采取任何措施或改变生活方式。症状可以通过改变生活方式、药物治疗或手术来治疗。

治疗 BPH 的手术程序包括：

- 经尿道前列腺切除术（TURP）
- 前列腺光选择性汽化术（PVP）
- 钬激光前列腺剜除术（HoLEP）。

水蒸气疗法或前列腺尿道提升术等程序也可用于治疗 BPH。

TURP 是澳大利亚治疗 BPH 最常见且最易理解的手术，但微创技术正变得越来越普遍。

### 前列腺增大对健康的影响

BPH 不会增加患前列腺癌的风险。

虽然良性前列腺增生 (BPH) 可能不会直接威胁您的健康，但其症状可能会对您的身心健康产生重大影响。BPH 的泌尿系统症状可能会给您带来不便，限制日常活动，并造成相当大的压力和焦虑。

BPH 的下尿路症状对男性生活质量的影响与哮喘的影响相当。

由于前列腺会随着男性年龄的增长而不断增大，因此 BPH 的症状可能会随着时间的推移而变得更加严重，但有时症状会随着时间的推移而稳定甚至改善。

BPH 可能引起的并发症包括：

- 尿潴留
- 肾功能受损
- 泌尿道感染
- 膀胱结石
- 尿液中有血。

治疗 BPH 可以预防这些并发症。

### 前列腺肥大该怎么办

如果泌尿系统症状困扰您，请预约看医生。

您的医生可能会：

- 检查您的药物，看看是否有任何药物可能导致您的症状
- 建议您采取一些措施来缓解症状，例如避免摄入咖啡因和酒精，或进行盆底锻炼
- 开药治疗您的 BPH 或将您转介给泌尿科医生进行专科治疗。

## 前列腺炎

### 什么是前列腺炎？

前列腺炎是前列腺的炎症，可分为四种类型：

- 急性细菌性前列腺炎 (I 型)，是短期的，由细菌感染引起
- 慢性细菌性前列腺炎 (II 型)，由细菌感染引起，是长期的。
- 慢性前列腺炎/慢性盆腔疼痛综合征 (III 型)，长期存在且与感染无关
- 无症状炎性前列腺炎 (IV 型)，不会引起疼痛。

前列腺炎是男性盆腔疼痛的常见原因，约有 15% 的澳大利亚男性在一生中的某个阶段会受到前列腺炎的影响。

慢性前列腺炎/慢性盆腔疼痛综合征 (CP/CPPS; III 型) 是最常见的前列腺炎类型，占有病例的 80-90%。细菌性前列腺炎占 5-10%，其中大多数为慢性 (II 型)。约 10% 的前列腺炎病例无症状 (IV 型)。

### 前列腺炎的症状

急性细菌性前列腺炎 (I 型) 的症状包括：

- 泌尿道感染
- 经常有想小便的感觉
- 排尿时疼痛。

有时您还会出现全身症状, 如发烧、肌肉疼痛和全身不适。

慢性细菌性前列腺炎(II 型)的症状与 I 型相同, 但这些症状会复发, 中间会经历一段没有症状但细菌仍然存在的时期。

CP/CPPS(III 型)的症状包括:

- 生殖器和/或腹部疼痛
- 射精疼痛
- 下尿路症状 (LUTS)
- 勃起功能障碍。

CP/CPPS 还与长期盆腔疼痛有关, 尽管其原因尚不清楚。

顾名思义, 无症状性炎症性前列腺炎(IV 型)不会引起任何症状。

### 前列腺炎的病因

急性和慢性细菌性前列腺炎通常由导致尿路感染的细菌引起, 并且当细菌进入前列腺时就会发生。

CP/CPPS 的病因尚不清楚。

### 前列腺炎的诊断

如果您出现前列腺炎症状, 医生会询问您一些问题, 进行检查, 并可能要求您提供尿液样本(用于检测细菌)。检查过程中, 医生可能会进行直肠指检, 轻触您的前列腺。

您的医生可能会使用问卷来评估您的症状的严重程度及其对您的健康的影响。

### 前列腺炎的治疗

急性和慢性细菌性前列腺炎均用抗生素治疗。

对于某些患者, 可能还会开具放松前列腺周围肌肉的药物。

CP/CPPS 可以通过抗炎药物和影响前列腺周围肌肉神经功能的药物治疗。盆底治疗在某些情况下可能有所帮助。

如果 CP/CPPS 影响您的心理健康, 心理治疗或药物治疗可能会有所帮助。

罕见的是, 可能需要手术来治疗 CP/CPPS。

### 前列腺炎对健康的影响

急性和慢性细菌性前列腺炎可以通过抗生素成功治疗, 但在症状消失后可能需要继续服用抗生素一段时间, 以避免感染复发。

CP/CPPS 的治疗可能较为困难, 因为病因有时难以查明。根据 CP/CPPS 引起的症状进行分类, 可以制定针对性的治疗方案, 从而缓解大多数男性的病情。

前列腺炎可能是一种痛苦且令人沮丧的疾病, 但它不会危及生命。慢性前列腺炎通常会导致部分男性生育能力下降, 但目前尚无证据表明其会导致前列腺癌。

前列腺炎并非性传播感染 (STI)，也不会传染。然而，它可能由性传播感染 (STI) 引起，并可能传染给他人。

#### 前列腺炎该怎么办

如果您出现前列腺炎症状，请预约就医。如果您有细菌感染，一个疗程的抗生素治疗可能足以治愈。通过了解您的症状，医生将能够指导治疗，让您获得一些缓解。脑性瘫痪/脑性瘫痪伴有的挫败感和长期疼痛会影响您的心理健康，因此，如果您的症状影响了您的感受，请务必寻求帮助。

# 逆行射精

什么是逆行射精？

逆行射精是指在性高潮时精液向后流动并进入膀胱，而不是向前通过阴茎流出。

逆行射精在所有男性中的患病率尚不清楚，但每 200 名生育问题男性中约有 1 名患有此病。

以下男性更容易发生逆行射精：

- 使用某些类型的药物
- 接受过一些外科手术
- 患有影响神经功能的疾病。

逆行射精的症状

如果你患有逆行射精，你可能会注意到在达到性高潮时射精量很少甚至没有。你还可能注意到性高潮后排尿时尿液浑浊。

逆行射精的原因

通常情况下，当你达到性高潮并射精时，膀胱底部的肌肉会收缩，使尿道中的精液通过阴茎排出。如果没有收缩，或者肌肉没有完全封闭膀胱出口，精液就会“倒流”回膀胱。

造成这种情况的原因有很多，包括：

- 某些药物，包括某些类型的抗抑郁药和用于治疗与良性前列腺增生 (BPH) 相关的泌尿症状的药物。
- 多发性硬化症、帕金森病和中风等神经系统疾病
- 影响与性高潮和射精有关的神经的手术
- 糖尿病导致的神经损伤
- 手术治疗 BPH。

在某些情况下，逆行射精有解剖学原因（例如发育异常）。

逆行射精的诊断

为了诊断逆行射精，医生会询问您一些问题，进行检查，并要求您采集性高潮后的尿液样本。该样本（包括所有精液）将被送往专门的实验室进行检测。

医学成像可用于寻找阻止精液通过的生殖系统阻塞，或精液生成可能受到影响的原因。

逆行射精的治疗

逆行射精通常可以通过服用片剂药物成功治疗，但这些药物可能会引起副作用。手术很少用于治疗逆行射精。

### 逆行射精的健康影响

逆行射精不会对您的健康造成严重影响,但可能会降低您的生育能力。

如果您的生育能力受到逆行射精的影响并且药物治疗无效,则有几种方法可以收集精子用于体外受精(IVF)。

### 逆行射精怎么办

如果您的射精量很少(少于1-2毫升),或者根本没有射精,您应该去看医生。虽然逆行射精本身并不是什么严重的健康问题,但它可能是由需要治疗的疾病引起的。

如果你患有逆行射精,并且难以怀孕,你的医生可以推荐你去找可以提供帮助的人

# 阴囊肿块

## 阴囊肿块

阴囊内或阴囊上可能会出现一些不同的肿块和隆起。

就像身体的其他部位一样，如果您感到睾丸疼痛或发现阴囊外观或内部有任何异常，就应该预约医生。阴囊内发现的大多数肿块并非癌症。阴囊内充满液体的囊肿很常见，尤其是在年龄增长的情况下。阴囊内静脉曲张也很常见。

## 鞘膜积液

什么是鞘膜积液？

鞘膜积液是由于一个或两个睾丸周围积聚液体而引起的阴囊肿胀。

鞘膜积液通常无痛，但可能会增大，变得非常大。鞘膜积液并不危险，但如果变得足够大，可能会妨碍活动或引起不适。

鞘膜积液通常是出生前身体发育的结果，尤其是在婴儿和小男孩身上。对于年龄较大的男性，鞘膜积液可能是由损伤、感染或炎症引起的。在极少数情况下，鞘膜积液可能是年轻男性睾丸癌的征兆。

鞘膜积液有哪些治疗方法？

鞘膜积液可以通过小手术治愈。

## 精索静脉曲张

什么是精索静脉曲张？

精索静脉曲张是指阴囊内排出睾丸血液的静脉异常扩张和粗大。精索静脉曲张看起来或摸起来就像阴囊里有一袋“虫子”。

精索静脉曲张会随着年龄增长而变得越来越常见，通常发生在阴囊左侧。精索静脉曲张有时会引起疼痛，但通常没有症状。

精索静脉曲张常见于有生育问题的男性，而手术治疗精索静脉曲张可以提高部分男性的生育能力。

精索静脉曲张有哪些治疗方法？

有几种手术方法可用于治疗精索静脉曲张，但治疗并非总是必要的。

## 附睾囊肿

什么是附睾囊肿？

附睾囊肿很常见，可发生在任何年龄。它们是附睾（一条细长、盘绕的管道，负责从睾丸输送精子）内的小体积液体。

通常，附睾囊肿感觉起来就像睾丸顶部的豌豆大小的肿块，但它们可能会变大。

经验丰富的医生通常可以通过生殖器检查诊断附睾囊肿。如有任何疑问，最佳检查是超声波扫描。

附睾囊肿并不危险，也并不意味着您患癌症、不孕症或其他疾病的风险更高。通常情况下，囊肿会自行消退。但如果囊肿增大，可能会引起不适或困扰。

附睾囊肿有哪些治疗方法？

附睾囊肿通常仅在引起疼痛或不适时才进行治疗。

附睾囊肿可在局部麻醉下用针头引流，但囊肿内的液体经常会再次回流。引流后再注射药物封闭囊肿内的腔隙通常可以治愈。

## 附睾炎

### 什么是附睾炎？

附睾炎是指附睾(位于每个睾丸后方的细长弯曲的管道)出现疼痛性肿胀或炎症。附睾炎是阴囊疼痛最常见的原因之一。疼痛和肿胀可能难以判断是来自附睾、睾丸还是两者兼而有之。您可能会出现排尿疼痛、憋不住、尿急或尿频等症状。附睾炎还可能导致阴茎分泌物增多或发烧。

附睾炎是由附睾感染、刺激或损伤引起的。年轻男性的附睾炎通常与性传播感染有关。老年男性的附睾炎更常见于胃肠道细菌感染。如果您尚未进行性活动，附睾炎最可能的病因是体力活动期间附睾反复受到刺激。

### 附睾炎有哪些治疗方法？

附睾炎通常用抗生素治疗。医生可能会立即给您开抗生素，但您可能需要根据检查结果调整抗生素的种类。

## 睾丸炎

### 什么是睾丸炎？

睾丸炎是指一侧或两侧睾丸发炎，导致睾丸疼痛、肿胀和发红。

睾丸炎通常伴有附睾炎症(附睾-睾丸炎)。附睾-睾丸炎是阴囊疼痛和肿胀的常见原因。

腮腺炎病毒是睾丸炎的常见病因，但其他病毒和细菌也可能引起该病。腮腺炎会损害您的精子生成能力，尤其是在八岁以后感染。

### 睾丸炎有哪些治疗方法？

睾丸炎的常规治疗方法是缓解疼痛和休息。如果是细菌感染，医生可能会开抗生素。

## 睾丸扭转

### 什么是睾丸扭转(扭曲)？

睾丸扭转是指阴囊内精索的扭转，导致睾丸血流减少或完全中断。睾丸扭转属于医疗急症，需要立即治疗——治疗时间越长，睾丸不可逆损伤的风险就越大。

睾丸扭转会导致剧烈疼痛，通常发生在阴囊内，且会突然发作。在许多情况下，它还会引起腹痛、恶心和呕吐。您可能会注意到受影响的睾丸位置异常或位于阴囊内比正常位置更高。它通常会轻微肿胀，触摸时会感到疼痛。

有时，睾丸扭转是由于睾丸未牢固地附着于阴囊壁而发生的，这使其更容易扭转并阻塞血液供应。剧烈活动或受伤也可能导致睾丸扭转。

### 睾丸扭转有哪些治疗方法？

如果阴囊突然疼痛，请立即就医。睾丸扭转需要立即手术治疗。

# 睾酮

什么是睾酮？

睾酮是一种激素(由体内特定细胞产生的分子, 通过血液运输作用于其他细胞), 由男性的睾丸、女性的卵巢以及两性的肾上腺(位于肾脏上方的小腺体, 分泌对许多身体功能至关重要的激素)产生。睾丸产生的睾酮水平远高于卵巢或肾上腺, 因此成年男性的睾酮水平远高于女性。

睾酮是男性体内的主要雄激素, 负责男性生殖系统在出生前的发育。

在青春期, 睾酮会引起:

- 体毛生长
- 刺激皮肤皮脂腺(可能导致痤疮)
- 喉部和声带生长(导致声音变粗)
- 增加骨骼和肌肉的质量和强度。

在成年男性中, 睾酮调节:

- 骨骼健康
- 红细胞生成
- 情绪和行为
- 性欲(性冲动)
- 生育能力
- 前列腺的生长和功能。

睾酮也是精子发生(成熟精子的产生和发育)所必需的。

对于女性来说, 睾酮负责骨骼强度和性欲。

睾酮是如何调节的？

正常的睾酮水平是维持身心健康所必需的。你的身体有办法确保睾酮水平维持在正常的身体机能水平。下丘脑-垂体-性腺轴控制着体内睾酮的生成。下丘脑位于大脑底部, 连接神经系统和内分泌(激素)系统, 并调节许多身体系统以维持体内平衡——即身体系统和生理过程的稳定状态, 从而在应对环境变化时保持最佳功能。

下丘脑产生促性腺激素释放激素 (GnRH), 该激素被释放到垂体的血液中。GnRH 作用于垂体细胞, 使其释放黄体生成素 (LH) 和促卵泡激素 (FSH) 到血液中。

LH 和 FSH 均作用于睾丸细胞, 分别触发睾酮的产生和精子发生。

睾酮被释放到血液中, 作用于全身的组织 and 细胞。

身体通过负反馈来保持睾酮水平的平衡。睾酮作用于下丘脑和垂体, 减少下丘脑释放的促性腺激素释放激素 (GnRH), 以及垂体释放的促黄体生成素 (LH) 和促卵泡激素 (FSH)。

影响体内睾酮生成和功能的因素有很多, 包括压力、营养和运动。如果这些因素失衡, 或者睾酮系统某些部分功能失常, 就可能导致疾病。

睾酮问题有多常见？

雄激素缺乏症和性腺功能低下是指睾酮水平异常低的疾病。睾酮水平低可能是由于睾丸和/或下丘脑和垂体出现问题, 或睾酮在人体细胞中无法正常发挥作用所致。

克莱恩费尔特综合征是导致睾酮水平低的常见原因, 每 500 名澳大利亚男性中至少有 1 名患有此病。

老年男性血液中睾酮水平较低很常见, 并且会随着年龄增长而升高, 这通常与肥胖或糖尿病等疾病有

关。40-49岁男性中, 约有1/1000出现这种情况, 50-59岁男性中, 约有1/170出现这种情况, 60-69岁男性中, 超过1/30出现这种情况, 70-79岁男性中, 约有1/20出现这种情况。这些男性可能出现与雄激素缺乏症类似的症状, 但需要更多研究来确定睾酮治疗是否适合他们。

许多患有前列腺癌的男性接受治疗以降低睾酮水平。

睾酮水平过高会导致多种健康问题, 包括心血管疾病、不孕不育以及死亡风险增加。约有5%的澳大利亚人在一生中的某个阶段会不恰当地使用睾酮(通常称为雄激素滥用)。

## 健康影响

### 睾酮水平低引起的问题

如果男性胎儿在怀孕早期没有足够的睾酮, 他们的性发育可能会出现障碍, 并带来终生影响。

儿童通常睾酮水平较低, 青春期时会升高。如果下丘脑-垂体-肾上腺轴功能不正常, 青春期发育可能会延迟。

由于睾酮在男性性功能中起着如此重要的作用, 因此睾酮水平低会导致:

- 性欲减退
- 勃起或维持勃起困难
- 精液量减少
- 生育能力下降。

如果您的睾酮水平较低, 您可能还会出现:

- 外表缺乏男子气概(例如体毛减少、肌肉质量下降)
- 情绪低落
- 能量和骨骼强度降低
- 注意力和记忆力差
- 睡眠问题。

随着年龄增长, 睾酮水平降低的可能性在患有其他健康问题的男性中更高。由于睾酮治疗的风险和益处尚不明确, 因此必须关注这些其他健康问题。

### 高睾酮引起的问题

控制睾酮生成的负反馈系统可防止男性体内睾酮水平过高, 除非在极其罕见的情况下, 例如男性患有产生睾酮的肿瘤。

大多数情况下, 睾酮水平过高是由于滥用雄激素造成的, 这通常会导致:

- 攻击性和情绪障碍
- 痤疮
- 男性乳房发育症
- 肾脏和肝脏问题
- 心血管疾病。

# 睾酮缺乏

什么是雄激素缺乏？

雄激素缺乏症是一种由身体产生睾酮能力问题引起的疾病。指示睾丸产生睾酮的激素信号或睾丸产生睾酮的能力出现问题。

雄激素是正常发育、健康和福祉所必需的，因此雄激素缺乏会产生广泛的影响。

睾酮水平低于正常水平并不一定意味着雄激素缺乏。睾酮水平低可能是由短期或长期疾病引起的，例如感染或糖尿病。

每 20 名男性中就有 1 名患有雄激素缺乏症。

## 雄激素缺乏的症状

如果您患有雄激素缺乏症，您可能会：

- 缺乏能量
- 注意力不集中
- 感到沮丧
- 感觉虚弱
- 肌肉质量和力量下降
- 增加脂肪
- 感觉健忘
- 晚上难以入睡或白天困倦
- 勃起次数少于正常
- 性欲低下。

医生可能会寻找的雄激素缺乏的更具体症状包括：

- 睾丸非常小
- 精子缺乏，导致不育
- 性成熟受损，包括面部和体毛稀疏
- 更加女性化的身体脂肪分布
- 还可能出现男性乳房发育症和乳房组织酸痛。

## 雄激素缺乏的原因

雄激素缺乏症最常见的原因是克莱恩费尔特综合征这种遗传性疾病，多达 75% 的男性患者无法得到诊断。

雄激素缺乏症是由于睾丸的睾酮生成问题引起的。这可能是由于睾丸本身功能不正常（称为原发性性腺功能低下），也可能是由于控制睾丸功能的激素生成出现问题（称为继发性性腺功能低下）。

原发性性腺功能低下可能是由基因异常、隐睾、睾丸损伤、某些类型的感染（例如腮腺炎）或其他疾病（例如血色素沉着症）引起的。

继发性性腺功能低下可能是由某些遗传综合征（例如卡尔曼综合征）、疾病或大脑底部垂体损伤引起的。

### 雄激素缺乏的诊断

医生需要进行一些检查来诊断雄激素缺乏症。通常首先进行血液检查。

### 雄激素缺乏症的治疗

如何治疗雄激素缺乏症取决于其是由原发性还是继发性性腺功能低下引起的。

原发性性腺功能低下症的治疗包括使用胶囊、注射剂、皮肤贴剂、乳膏或凝胶进行睾酮替代疗法，对缓解雄激素缺乏症状非常有效。

继发性性腺功能低下的治疗包括医疗护理以解决根本原因，通常采用睾酮替代疗法。

### 雄激素缺乏对健康的影响

除了上述体征和症状外，长期雄激素缺乏还会增加患骨质疏松症的风险，从而增加骨折的风险。雄激素缺乏还会使您更容易被诊断出患有代谢性疾病，例如糖尿病。

### 雄激素缺乏怎么办

如果您的检查结果表明您患有雄激素缺乏症，医生会将您转诊给内分泌科医生或泌尿科医生以确认诊断。寻求其他专科医生的帮助，可以确保您获得最佳治疗，并降低您所需的药物费用。

# 隐睾症

## 什么是隐睾？

隐睾症的意思是“睾丸隐藏”，是指一侧或两侧睾丸不在阴囊下部的正常位置。通常也称为“睾丸未降”。在出生前的发育过程中，睾丸开始在腹腔内发育，并逐渐向下移入阴囊。睾丸的下降过程在出生后完成。如果该过程不正常，睾丸可能位于腹腔内、腹股沟、阴囊上方或阴囊高处。

足月新生儿中，隐睾症的发生率约为1/100到1/20。对于早产儿来说，隐睾症的发生率高达一半。

隐睾症并非总能在出生时被诊断出来，因为睾丸下降可能在出生时看似正常，但之后就无法继续正常下降。每年约有1/100到1/50的1岁以上男孩被诊断出患有隐睾症。

## 隐睾的症状

隐睾症的唯一症状是无法看到或感觉到阴囊内的一侧（或两侧）睾丸。这种情况可以在出生时或之后发现。隐睾症不会引起疼痛或任何其他症状。

## 隐睾的原因

隐睾的病因尚不清楚。在发育过程中，导致一侧或两侧睾丸无法下降的原因可能有很多。

许多遗传和激素因素都会影响睾丸的发育。

## 隐睾的诊断

医生可以通过检查来诊断隐睾。很少需要医学影像或探查手术来诊断隐睾。

## 隐睾的治疗

如果您患有隐睾，则需要进行手术。这通常称为睾丸固定术，将睾丸移入阴囊并固定到位。在某些情况下，隐睾可能未正确形成，可能需要切除。

患有隐睾症的婴儿通常在六个月左右进行手术。

## 隐睾对健康的影响

为了正常运作，睾丸需要保持比核心体温略低的温度。这就是为什么它们位于阴囊内，腹部外。如果睾丸不在阴囊内，可能会导致其功能出现问题。

隐睾与睾丸癌风险高于正常水平以及生育能力下降有关，但越早治疗，这些后果发生的可能性就越小。

隐睾似乎会导致睾丸尺寸较小，成年期睾酮的产生可能低于正常水平。

### 隐睾该怎么办

如果您无法看到或触摸到阴囊内的一个或两个睾丸，则应就医。您可能需要手术复位睾丸，以最大程度地减少其对睾丸功能的负面影响。问题越早解决，效果越好。

# 泌尿问题(LUTS)

什么是 LUTS？

下尿路症状 (LUTS) 是指排尿时出现的问题。大约 50% 的 18 岁以上男性可能患有 LUTS, 但患病率取决于 LUTS 的定义。澳大利亚及海外的研究表明, LUTS 的患病率会随着年龄增长而增加。

LUTS 分为两类: 储存症状和排尿症状。

储存症状 包括:

- 频率增加: 需要比平时更频繁地排尿
- 增加白天频率
- 夜尿症 (夜间尿频增加)
- 多尿: 排尿量比正常情况下多
- 昼夜多尿
- 夜间多尿
- 膀胱充盈症状
- 膀胱充盈感增强: 膀胱充盈的感觉比平时更快或更强烈
- 尿急: 突然需要排尿, 很难推迟。
- 膀胱充盈感减弱: 膀胱充盈感出现得比正常情况更慢或更弱
- 缺乏膀胱充盈感: 缺乏膀胱充盈或需要排尿的感觉
- 非特异性膀胱充盈感: 异常的膀胱充盈感, 可能感觉像腹胀或引起恶心、呕吐或晕厥
- 尿失禁症状
- 尿失禁: 不自主地漏尿
- 急迫性尿失禁: 尿急时不自主地流出尿液
- 压力性尿失禁: 用力、劳累、咳嗽或打喷嚏时不自主地漏尿
- 混合性尿失禁: 既有急迫性尿失禁, 又有压力性尿失禁
- 遗尿症: 睡眠期间不连续地漏尿
- 持续性尿失禁: 持续不自主地漏尿
- 无意识尿失禁: 意识到尿液流失, 但不知道它是如何或何时发生的
- 体位性尿失禁: 改变姿势或身体位置时漏尿 (例如从坐姿变为站姿)
- 残疾相关失禁: 由于身体和/或精神能力有限而无法及时到达厕所, 导致尿液不自主地流出
- 充盈性尿失禁: 因膀胱过满而导致的尿液流失
- 性唤起性尿失禁: 性唤起或性活动期间不自主地漏尿
- 更年期尿症: 性高潮时不自主地漏尿。

排尿症状 包括:

- 犹豫: 当你准备好排尿时却延迟开始排尿
- 排尿羞怯症: 在别人面前排尿困难, 但独自一人时没有困难
- 间歇性排尿困难: 偶尔无法开始排尿
- 排尿费力: 需要费很大力气才能开始或维持排尿
- 尿流缓慢: 尿流比正常慢
- 间歇性: 尿流时断时续
- 末期滴尿: 排尿结束时尿流减慢至滴尿状态

- 尿流呈喷射状或吐出状(而不是一股尿流)
  - 排尿姿势依赖性:需要保持特定姿势(例如坐着)才能排尿
  - 排尿困难:排尿时疼痛
  - 淋病:排尿困难、缓慢、痉挛性(有时一滴一滴地排尿)并伴有疼痛
  - 血尿:尿液中可见血液
  - 气尿:排尿时或排尿后排出气体或空气
  - 粪尿:排尿时粪便通过尿道排出
  - 乳糜尿:排尿时排出乳糜(乳状液体)
  - 尿潴留
  - 急性尿潴留:膀胱充盈时, 尽管持续努力仍无法排尿, 从而迅速出现不适或疼痛
  - 慢性尿潴留:即使排出少量尿液, 仍持续或反复无法排空膀胱
  - 排尿后症状
  - 膀胱排空不完全:排尿后感觉膀胱没有排空
  - 需要排尿两次:排尿后不久感到需要排尿
  - 排尿后失禁:排尿完成后不自主排尿(包括滴尿)
  - 尿后尿急:排尿完成后有尿急的感觉。
- 在男性中, 储尿症状的发生率是排尿症状的两倍, 其中最常见的是夜尿(几乎每2名男性中就有1名)和尿急(每10名男性中就有1名)。尿末滴漏是男性最常见的排尿症状(每7名男性中就有1名)。

## LUTS 的病因

男性的储存症状与以下因素有关:

- 腹部肥胖
- 血糖和胆固醇水平异常。

排尿症状与以下因素有关:

- 勃起功能障碍
- 良性前列腺增生(BPH)
- 甲状腺功能障碍
- 高能量摄入
- 握力弱, 尿流速慢。

两类 LUTS 均与阻塞性睡眠呼吸暂停有关。

良性前列腺增生 (BPH) 是男性 LUTS 的常见原因, 并且随着年龄的增长而变得更加常见。

男性下尿路症状 (LUTS) 的其他病因包括尿路感染、膀胱肌肉过度活跃以及膀胱或尿道阻塞。盆底肌肉无力也会导致 LUTS。膀胱、肾脏或输尿管(将尿液从肾脏输送到膀胱的管道)内壁癌。

## LUTS 的诊断

为了诊断 LUTS, 医生可能会:

- 向您询问一系列简短的问题, 以评估 LUTS 的存在和严重程度
- 进行体检并检查尿液, 看看您是否患有泌尿道感染
- 要求您记录液体摄入量和尿量, 以帮助评估您的泌尿功能
- 建议进行测试以评估您的前列腺, 因为 BPH 是 LUTS 的常见原因。

## **LUTS 的治疗**

LUTS 的治疗将取决于您的具体症状和其他健康因素。

轻度下尿路症状 (LUTS) 可以通过改变行为来控制, 例如注意饮酒种类和时间。盆底锻炼或“膀胱训练”也可能有帮助。

某些药物可能会导致 LUTS, 因此您的医生可能会检查和/或改变这些药物。

有几种药物可用于治疗 LUTS, 如果病因是 BPH, 其中一些药物针对前列腺。

由于 BPH 引起的 LUTS 对药物治疗没有反应, 可能需要手术。

治疗急性尿失禁的药物可以治愈约一半的患者, 而手术可以治愈超过五分之四的患者。盆底肌肉训练可以治愈四分之一到五分之四的患者。

## **LUTS 的健康影响**

下尿路症状 (LUTS) 对某些人来说可能是一个严重的困扰。LUTS 可能会让您不愿出门或不愿社交, 因为您需要频繁或匆忙地去厕所。

LUTS 会让您感到焦虑和沮丧, 并影响您的人际关系。

对于一些男性来说, LUTS 可能伴随性功能障碍, 例如勃起或射精问题。

尿潴留会引起疼痛, 并可能导致尿路感染和膀胱或肾脏损害。

LUTS 可能是严重潜在疾病的征兆, 因此如果您有任何泌尿系统症状, 一定要去看医生。

## **如何应对 LUTS**

如果您发现任何下尿路症状, 您应该去看医生, 讨论您的症状、它们对您的影响以及您的治疗方案。

如果不进行治疗, 您的 LUTS 可能会发展并恶化, 因此最好尽早就医。

如果您出现急性尿潴留的症状(例如疼痛、膀胱膨胀或排尿困难), 应立即就医。医生可能需要插入导尿管来排出膀胱内的尿液。

# 精索静脉曲张

什么是精索静脉曲张？

当阴囊中排出睾丸血液的静脉异常扩张和增大时，就会发生精索静脉曲张。

精索静脉曲张看起来或摸起来可能像阴囊里的“一袋虫子”。其外观或摸起来的感觉取决于其大小：

- 1 级精索静脉曲张较小，只有在站立、用力、咳嗽或用力时才能感觉到
- 2 级精索静脉曲张程度适中，正常站立时即可感觉到
- 3 级精索静脉曲张较大，站立时可在阴囊内看到。

随着年龄增长，精索静脉曲张的发病率也随之增加。10岁以下人群的发病率很低（不到1%），而健康年轻男性的发病率则上升至15%左右。80-89岁男性中，精索静脉曲张的发病率约为75%。

精索静脉曲张最常发生在左侧。约一半的精索静脉曲张患者仅左侧出现；而另一半患者则大多两侧均出现精索静脉曲张。仅右侧出现精索静脉曲张的男性患者比例不到五分之一。

## 精索静脉曲张的症状

2-10% 的男性精索静脉曲张会引发疼痛，但通常没有症状。少数男性精索静脉曲张会影响生育能力。

寻求精索静脉曲张治疗的男性表示，一天快要结束或长时间站立时，会感到身体沉重、拖拽。这种不适感并不剧烈，通常躺下后就会缓解。

## 精索静脉曲张的病因

精索静脉曲张是由于阴囊内静脉血液回流引起的。

身体左右两侧的解剖结构存在一些差异，导致精索静脉曲张在左侧更为常见。

精索静脉曲张更容易发生在腿部有静脉曲张的男性，或者其父亲或兄弟患有精索静脉曲张的男性身上。

## 精索静脉曲张的诊断

您的医生可以通过检查来诊断精索静脉曲张。

他们可能会检查您的睾丸的大小和硬度，以查看精索静脉曲张是否会对您的睾丸功能造成问题。

有时，在检查不孕不育的可能原因时会诊断出精索静脉曲张。

通常情况下，诊断精索静脉曲张无需额外检查，除非担心生育能力。在这种情况下，可能会进行精液分析。有些医生可能会建议测量睾酮水平，但这不是一项标准检查。

有些男性可能难以对阴囊进行彻底检查，因此可能需要进行超声波扫描。如果超声波检查发现精索静脉曲张，但体积很小，绝大多数情况下无需治疗。

## 精索静脉曲张的治疗

有几种手术方法可用于治疗精索静脉曲张，但治疗并非总是必要的。

大多数情况下，仅在以下情况下进行修复精索静脉曲张的手术：

- 当精索静脉曲张引起不适时
- 如果可能不孕

- 逆转或防止睾丸变小。

#### 精索静脉曲张对健康的影响

精索静脉曲张可能会抑制睾丸精子的发育。睾丸的睾酮生成是否受到影响尚不清楚，但即使受到影响，影响也可能很小。精索静脉曲张手术矫正可以逆转这些问题。

#### 精索静脉曲张怎么办

如果您有生殖器疼痛或注意到生殖器外观有任何变化，您应该去看医生。

精索静脉曲张可能不会对您的健康构成威胁，但值得请医生帮助您密切关注它

# 输精管切除术

什么是输精管切除术？

输精管切除术是一种外科手术，可使男性永久性绝育，使其无法生育。在输精管切除术中，通常会切除一小段输精管，以防止睾丸产生的精子进一步进入生殖系统。阴囊两侧也采用相同的手术方法。

输精管切除术是一种非常安全、可靠且永久的避孕方法。

目前尚不清楚有多少澳大利亚男性接受了输精管结扎术。普遍报道的患病率约为8-15%，40岁以上的澳大利亚男性患病率高达25%。这一数据是基于女性关于避孕措施使用情况的调查结果得出的。

澳大利亚每年进行近29,000例输精管切除术。大多数输精管切除术的患者是已经生育过孩子且不再想要孩子的男性。

谁进行输精管切除术？

输精管切除术由一些全科医生、普通外科医生和泌尿科医生进行。该手术可以在医院进行，也可以在全身麻醉下进行，也可以在诊所进行局部麻醉。

输精管切除术后会发生什么？

与任何外科手术一样，输精管结扎术后也存在轻微的疼痛、出血、瘀伤和/或感染风险。医生会提供建议，指导您如何最大程度地降低风险或治疗这些问题。

输精管切除术在预防怀孕方面有多成功？

精子会在生殖系统中停留一段时间，因此在输精管结扎术后，务必使用避孕套或其他合适的避孕措施，直至确认手术成功。术后约三个月进行精液样本分析，可以确认精液中无精子。输精管结扎术后一年内，约有700对夫妇中1对会怀孕。输精管结扎成功后怀孕（以精液中无精子为确认依据）的情况非常罕见，但每150到200名男性中，可能有1/150在短时间内出现精液中精子数量偏低的情况。

输精管切除术的健康影响

输精管切除术并不能保护您或您的伴侣免受性传播感染。避免这些感染的最佳方法是正确使用避孕套。输精管结扎术后，您可能不会注意到精液的外观或量有任何变化，因为精子只占精液总量的一小部分（5-10%）。输精管结扎术后，构成精液主要成分的液体，包括尿道球腺、精囊和前列腺，其分泌量不会发生变化。

由于输精管结扎术不会影响睾丸或生殖系统的其他部位，因此您的睾酮和其他激素水平不会受到输精管结扎术的影响。输精管结扎术后，您的性生活满意度可能会有所提高。

由于输精管结扎术是永久性的，因此不仅要考虑现在适合你的方案，还要考虑将来可能适合你的方案。例如，如果你正在恋爱中，那么重要的是要考虑如果情况发生变化，你是否可能想要这段关系之外的孩

子。

输精管切除术可以逆转吗？

虽然在决定输精管结扎术是否适合您时，应该将其视为不可逆的，但如果您想恢复生育能力，可以进行输精管重新连接手术。大约四分之三的夫妇在输精管结扎复通术后希望怀孕，但成功率受许多其他生育相关因素的影响，例如年龄、其他健康状况以及输精管结扎术后的时间。对于希望生育孩子的男性来说，输精管结扎复通术的替代方案是使用辅助生殖技术 (ART)。

输精管切除术后该怎么办

您应该与您的伴侣和医生讨论生育和避孕选择，包括输精管切除术。

您的医生可以帮助您考虑和获取多种不同类型的避孕方法。

在决定是否进行输精管结扎术时，一个重要因素是将其与其他长期避孕措施进行比较。输精管结扎术在女性中的对应手术是输卵管结扎术，它比输精管结扎术更复杂、更昂贵、侵入性更强(因此风险也更大)。