

# 从性表现看健康状况 男人养生

性高潮快感,两性灵与肉结合的杰作,是“造物主”神工鬼斧的精心设计。而男人在床上的表现,能透露出他的许多健康状况。南京建国男科医院的丁学刚接触了很多有性困惑的男性同胞,他结合数百例临床流行病学调查实验,对男人性表现所反映出的几种健康问题展开了分析。

## ■性爱次数骤减

可能疾病:雄激素偏低

分析与对策:雄激素是男人最重要的代谢激素,一旦该激素水平偏低,就会导致多种疾病危险增加,比如骨质疏松、2型糖尿病、冠心病、代谢综合征、早亡等。其唯一的表现症状就是性欲低下。专家建议,上午10点前通过血检可查雄激素最高水平。补充激素就可以治疗。

## ■性趣寡然

可能疾病:抑郁症或抗抑郁药物所致

分析与对策:失去性趣是抑郁症的典型临床症状,百忧解、帕罗西汀和舍曲林等抗抑郁药物也会导致性欲降低或无法得到高潮。专家建议,出现上述情况,应立即就医。一旦确诊抑郁症,应立即治疗。如果是药物惹的祸,可与医生商量更换药物。

## ■勃起越来越困难

可能疾病:心血管疾病

分析与对策:勃起功能障碍(ED)大多发生于中年微胖的男性身上。研究发现,2/3的心脏病男性患者存在ED问题。专家建议,检查血脂,同时积极锻炼、减肥。

## ■性爱时突然“软”了

可能疾病:血管堵塞

分析与对策:泌尿学专家亚当迪尔尼博士表示,如果以前没有问题,现在突然不行了,同时伴有腿痛(特别是小腿),行走或锻炼时,疼痛加重,可能是血栓堵塞,帕金森氏症和糖尿病患者是高危人群,必须及时就医。

## ■射精时感觉疼痛

可能疾病:肌肉痉挛或前列腺炎

分析与对策:最新研究认为,高潮阴茎疼痛多发生于生活压力巨大的年轻男性中。还可能是前列腺炎的预兆。专家说,“高潮疼痛”通常很难治疗,要求助于泌尿科专家,尝试多种不同治疗方法。

## ■睾丸发现异常肿块

可能疾病:睾丸癌

分析与对策:睾丸癌没有症状,不会发生疼痛,但通常能发现一个无痛包块或者睾丸肿胀,一般每月一次自我检查可以发现。专家建议,睾丸癌早期治愈率接近100%,因此,发现睾丸包块,应立即就医。淋浴时,肌肉放松,可自检睾丸是否正常。