

男性生育健康已成社会问题

警惕对精子有害的药物

▲广东省中医院 陈志强



陈志强 教授

某些药物对治病有利，但是对精子却可能不利。在开始计划怀孕前的3~6个月甚至更长时间内，要尽量少用药，以避免引起不良后果。

笔者总结了既往研究报道中，对精子有害的药物：

抗生素类 红霉素、螺旋霉素、麦迪霉素等大环内脂类抗生素，会使睾丸细胞的有机分裂频率减少，精子被杀伤、杀死，存活的精子活力明显减弱。庆大霉素使男子精细胞有丝分裂受阻，生精细胞内的DNA浓度降低，致使生精停止。四环素、新生霉素、呋喃类药物等毒害性腺。

甲氟咪呱、泰胃美等抗溃疡药 可致性冷

淡和阳痿。

复方降压片、利血平、甲基多巴、降压灵等降压药 可影响勃起功能，引起性欲下降、阳痿、不射精。

安眠药 抑制性欲，甚至使性欲丧失，并可使男子睾丸酮生成减少，阴茎勃起困难，不射精。

盐酸阿米替林、盐酸氟苯丙胺等抗抑郁药 对男女性欲均有损害。

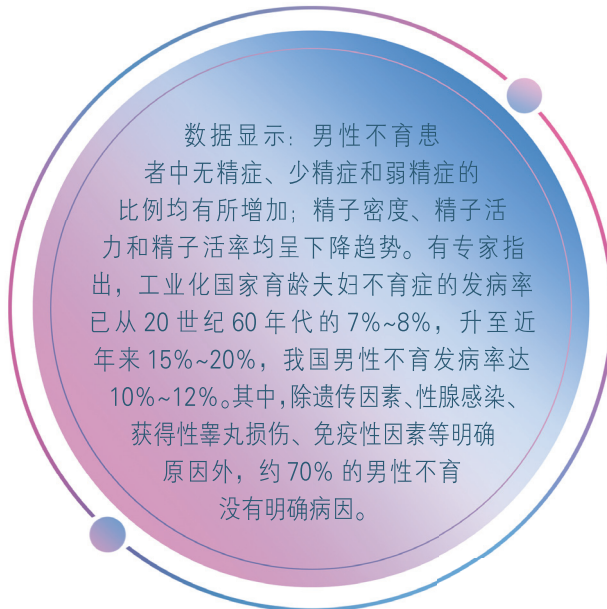
环磷酰胺、甲氨喋呤、秋水仙碱等化疗药 可致精液减少、缺乏、精子活力降低、睾丸萎缩等。

泰尔登、利眠宁、阿托品等 常用可致阳痿。

某些植物中药 如雷公藤、苦参、棉花籽、山慈姑、土贝母、七叶一枝花、油茶籽等对精子有害。

其他药物或中成药 凡说明书上注有对生育和生殖细胞损害的药皆不宜服用。

如果确实需要用药，患者应该主动将生育计划告知临床医生，并在医生的指导下谨慎使用药物，选择对精子无影响或影响最小的药物，以避免引起不良后果。



五子衍宗丸被誉为“种子第一方”

▲广东省中医院 代睿欣



代睿欣 教授

“五子衍宗丸”最早出处是明代张时彻辑著的《摄生众妙方》中的子嗣门中，其组方配比几无改变，一直沿用至今。

五子衍宗丸是目前广泛用于男性不育的处方药，据考证该方雏形最早见于道教的《悬解录》一书，名为“五子守仙丸”，后经发展演变形成了目前所见的“五子衍宗丸”。

“种子第一方”

五子衍宗丸由枸杞子8g、菟丝子8g、五味子2g、覆盆子4g、车前子2g五味药组成，功效添精益髓、补肾固精，闻其名便知其效，自古有“种子第一方”之称，现多用

于治疗男性弱精症，效果显著。其药效平和，无明显寒热偏颇，有“不问下焦虚实寒热，服之只能平秘”之说，颇受临床医生的喜爱。

临床应用功效多样

本方功效远不止生精育子一项。方中枸杞“强阴”，菟丝子“强阴”，治“精自出”“梦遗精泄”，五味子“强阴，益男子”“涩精气”，覆盆子“主男子肾精虚竭，主阴痿”“治肾伤精竭流滑”“强阴健

阳”，车前子“强阴，益精，令人有子”，故用于阳痿、早泄，遗精也常可取得良好的临床效果。

笔者在临床工作中常加加减应用该方，效如桴鼓。治阳痿，阳虚者则加重覆盆子用量；治早泄则五味子加量；治遗精则据寒热不同加减使用。如阳虚则菟丝子、覆盆子、五味子为主药，等比例用药；如阴虚则枸杞子、五味子、车前子为主药，等比例用药。当然亦可根据病情变化不固守此五味，加加减减。

易造成男性不育的生活细节

▲广东省中医院 吴涛



吴涛 教授

久坐、缺乏锻炼、作息不规律、不健康饮食、抽烟、喝酒等不良习惯是现代男性精子的最大杀手。

久坐和缺乏运动 一方面，睾丸对温度非常敏感，一般需要低于正常体温1℃。而长时间久坐导

致会阴部温度过高，从而影响睾丸的生精功能（温泉、桑拿、紧身裤也是有名的“精子杀手”）；另一方面，长期久坐会压迫前列腺，导致其血液循环障碍，引起前列腺炎，进而影响生育功能。

现代人缺乏锻炼，过于安逸，导致身体整体素质下降，体弱多病，出现过度肥胖、高血脂、脂肪肝、糖尿病、雌激素水平增高等问题，从而影响精液质量。

饮食不健康 现在物质条件极大丰富，人们吃得太多。很多人爱下馆子吃烤串、喝啤酒、吃炸鸡，饮料当水喝，进而引发高

血脂、脂肪肝、糖尿病，从而导致精子质量下降。同时，食物的安全问题也需要特别注意。此外，浓茶和含咖啡因的饮料对生精细胞也是有害的，应避免饮用。

作息不规律 现代人最大的问题是熬夜。睡眠不足会使男性内分泌紊乱、免疫力降低，进而导致性功能下降，性腺炎症频发，精子质量下降。

抽烟喝酒 吸烟者精液中硫氰酸含量增高，抑制精子活力。吸烟可引起精子数量的减少，精子细胞膜和DNA受损伤，畸形精子数目也明显高于不吸烟者。此外，吸烟影响

性功能，会导致性欲下降，勃起功能障碍。

酒对精子质量的影响现在已经被普遍认知，酒精会导致内分泌紊乱，诱发前列腺炎，并且直接影响精子的产生和发育，导致精液质量的下降。

其他 性生活频率太高会降低单次射精的精子浓度，影响整体质量，还易诱发前列腺炎。

情绪对内分泌有着直接的影响，保持健康乐观的生活态度，有助于精液质量的提高。

此外，要洁身自爱，远离不洁性生活，避免传染衣原体、淋病、梅毒等传染疾病。

阳痿不一定要补肾 治疗需阴阳平衡、标本兼治

▲广东省中医院 雷振华



雷振华 教授

阳痿即男性勃起功能障碍，是指在性交时阴茎不能勃起，或虽勃起但勃起不坚，或勃起不能维持，以致不能完成性交全过程。

不可拘泥于补肾壮阳

是不是阳痿就一定需要补肾呢？其实并非如此，阳痿之病涉及五脏六腑，治疗不可拘泥于补肾壮阳。

中医对于阳痿的认知至今已有几千年的历史，形成了较为完整的诊治体系，肾虚只是其中一个常见的类型而已。以“心”对阳痿的影响为例，《素问·解精微论》曰：“心者，五脏之专精也”；心藏神，人的精神活动和脏腑组织器官功能均为心所主宰。

与心功能息息相关

心者，情欲之施腑，只有神志安定、心神愉悦才能精力旺盛，促使情欲萌动。《名医集览》曰：“精之蓄泻，

无非听命于心”。若或为日常繁琐事物所扰而心烦意乱；或因夫妻感情不和而心有旁骛；或因突发事件，惊恐损伤心志而忐忑不安，则会造成心气浮越、神无所依而阳痿不举。

又如《辨证录》云：“处境之坎坷，值人伦之乖戾，心欲怡悦而不能，引欲坦适而不得，势必兴尽致索，何风月之动于中，房帷之移其念哉！久则阳痿不振”。《类证治裁》有云：“伤思虑者心脾郁结，阳事不举”。心为生之本，阳痿的发生与心的功能息息相关，心血亏虚、心肾不交、心脾两虚、心火旺盛等均可以导致阳痿。

与五脏六腑关系密切

由此可见，人体是一个有机的整体，阳痿的发生不仅与肾有关，与心肺肝脾和六腑亦有密切关系。因此，临症治疗阳痿，需兼顾五脏，求阴阳平衡、标本兼治，才能取得最佳疗效。

