

大学生性科学与性教育读本
the College Students Sex Science and Education

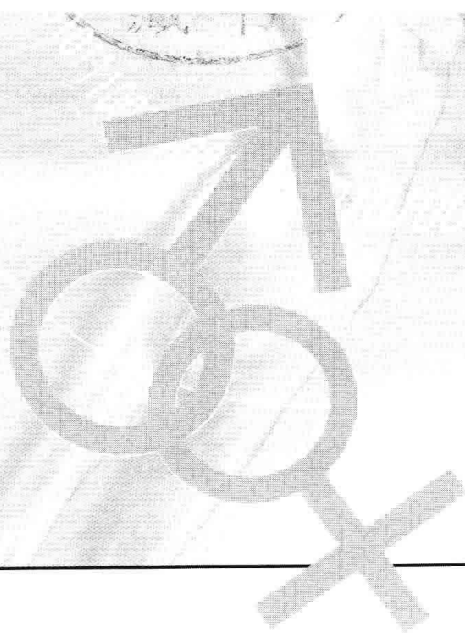


宁夏人民出版社

大学生 性科学与性教育读本

the College Students Sex Science and Education

徐明 邵佩兰 编著



宁夏人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

大学生性科学与性教育读本 / 徐明编著. —银川: 宁夏人民出版社, 2005. 8

ISBN 7-227-03012-1

I.大... II.徐... III.大学生 - 性教育 - 教材
IV.G479

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 097192 号

大学生性科学与性教育读本 徐明 邵佩兰 编著

责任编辑 那大庆 杨旭红
封面设计 张梅
出版发行 宁夏人民出版社
地 址 银川市北京东路 139 号出版大厦
经 销 新华书店
印 刷 宁夏施尔福印刷有限公司
开 本 880×1230mm 1/32
印 张 10.5
字 数 250 千
版 次 2005 年 9 月第 1 版
印 次 2005 年 9 月第 1 次印刷
印 数 2200 册
书 号 ISBN 7-227-03012-1/S·161
定 价 25.00 元

版权所有 翻印必究

普及性教育
提倡性道德

陈育宁



二〇〇五年四月

传播科学知识，
提高人口素质。

宁夏人口和计生委 崔岚

二〇〇五年四月廿八日

宁夏回族自治区计划生育委员会副主任崔岚题词

性教育工作是造福全人类的工作。

刘达临

2005.1.6

我国著名性社会学教授刘达临题词

序

很高兴看到由生命科学学院徐明副教授主编的宁夏第一部《大学生性科学与性教育读本》的出版，这是一本专门为大中专院校学生撰写的性健康教育教材，旨在提高大中专院校学生的性科学知识水平，为性科学知识的普及奠定基础。这在宁夏学校卫生、学校健康教育史上还是少见的。

众所周知，“性”是人类生活的最基本的组成要素，是关于人自身的一门科学，自从有了人类社会以来，“性”就成了人们的“热门”话题。它像一块埋藏极深的宝石，吸引无数探宝者试图揭开其神秘的“面纱”。然而，它又是那么莫测，从远古至今，常探常新。本书的特点就是立足本地，面向处于青春发育期的青年学生。在教材的编写过程中，编者经过多次基础调查，反复锤炼，并结合大学生的实际情况，搜集了大量的案例，注重寻找理论与实践的结合点，破除了神秘感，驱散了青年学生心中的困惑，以社会主义性伦理道德为主线，强调性的社会责任。这本书作为开启性科学知识的一把钥匙奉献给处在性迷茫期的青年学生，以满足青春发育期学生对性知识的好奇与渴望，以此战胜性愚昧的困惑与烦恼；也帮助青年学生树立正确的恋爱观、婚姻观和家庭观；确立科学的性观念，养成健康的生活方式；遵守性的伦理道德和国家法律；防止性病、艾滋病的侵袭及性罪错的发生；在健全自身人格的同时，将来能自觉的从事性科学知识的普及。

编者的话

众所周知“性”是人类生活最基本的组成要素，是人们生活中一条扯不断的红丝线。因此，自从有了人类社会以来，“性”就成了人们的热门话题，吸引了无数探秘者去勇敢的揭开其神秘的面纱，帮助人们战胜性愚昧的困惑。纵观人类的发展史其实就是一部与性有着密切关系的社会文明史。当今社会性问题正以前所未有的态势充斥着社会的各个阶层。可以说人类生活离不开性科学知识，性科学知识和其他文化知识一样是人类所必需的。所以，它与其他文化知识一样同样不能无师自通，需要通过各种正规渠道进行系统教育（尤其是学校教育），也就是本书所涉及到的性健康教育。

性健康教育在不同国家、不同时期，有所不同，有所侧重。既与社会制度、社会需求、道德观念有关，也有一个逐步认识、逐步科学化的过程。我们认为通过有计划、有目的、系统地进行性生理、性心理、性道德和性卫生知识的综合教育，可以使受教育者在这几方面朝着健康的方向发展，成为道德高尚、人格健全、身心健康的社会主义建设者和接班人。因此，性健康教育是社会主义精神文明建设和构建和谐社会的重要组成部分，它适用于各个人群，尤以青春期的性健康教育普遍认为是一个优先考虑的重点。

近年来大量的调查资料已经表明，在我国由于缺乏必要的性科学知识教育，儿童和青少年期错误的对“性”产生不洁感、神

秘感、压抑感，是性问题产生的根源。它往往会给人的一生造成很大的不幸与痛苦。而且，我国性健康教育滞后的问题已经成为影响青少年，乃至成年人身心健康的主要因素之一。

我们知道大学生正值青春发育的中、后期。这一时期由于性生理、性心理等方面的迅猛发育，在中学又没有获得与之相关的知识，使进入大学的学生对性生理、性心理等方面发生的变化常常处于迷惑、焦虑与恐惧之中，缺乏必要的心理调试能力。有些同学因为性困惑、焦虑、自罪导致性心理障碍而荒废了学业；有些同学因为错误的性尝试产生了不良后果失去了大学学习的机会；有些还走上了犯罪的道路而遗恨终生。近年来高校大学生的“性”相关问题相当突出，直接影响了大学生的身心健康和成才，已经成为目前高校校园不安定的主要因素之一。因此，大学生的性健康教育正在引起有关部门的高度重视。

发达国家多年来性教育的经验已经告诉我们，如果让青少年适时、适宜、适度地懂得了有关性器官的解剖生理、性心理、性卫生、性伦理道德等方面的知识，揭开了性的神秘的面纱，上述现象就完全可以避免。

为了让青年学生能够科学系统的学习、掌握性科学知识，结合自己近年来的教学经验，搜集了大量的案例，参考最新的科学资料 and 观点，编写了这本《大学生性科学与性教育读本》。读本的内容是以社会主义性伦理道德为主线，根据本地区中小学健康教育的基本情况，有针对性地介绍了有关对大学生进行性观念、性解剖、性生理、性发育、性卫生保健（包括优生、计划生育、性病的防治等）、人类性心理发展以及性道德、性法制等方面知识的系统教育。旨在指导大学生的生活行为，最终达到促进大学生身心健康成长的目的。另外，通过本门课程的学习帮助大学生（尤

其是师范类专业的大学生)认识性健康教育的重要意义,树立正确的性观念,掌握性科学知识教育的基本任务、原则、方法、目的,使其将来在工作中能自觉地、有效地担负起向青少年进行性教育的重任,为建设和谐社会做出应有的贡献。

在本书出版之际,感谢宁夏人民出版社,感谢宁夏大学陈育宁校长和所有关心、帮助、支持过我们的各位领导和朋友们,没有他们的支持和帮助,本书将难以与读者见面。

由于本人水平所限,书中疏漏之处在所难免,敬请广大读者批评指正。

徐 明

2005年5月31日

目 录

第一章 绪论	1
第一节 生物与性	1
第二节 人类与性	7
第三节 学习性科学的意义、目的和指导思想	18
第二章 性器官的结构与功能	27
第一节 男性生殖器官的结构和功能	27
第二节 女性生殖器官的结构和功能	39
第三节 性功能调节	55
第四节 性唤起与性反应	58
第五节 生育力与性衰	65
第三章 性发育	82
第一节 胎儿性器官的发育	82
第二节 青春期的性发育	94
第三节 性发育异常	121
第四章 性心理	124
第一节 性心理的发展与健康	124
第二节 青春期性心理的特点	134
第三节 青年婚后期的性心理	147
第四节 中年期的性心理	149
第五节 老年人的性心理	153
第六节 性心理障碍	155

第五章	性卫生	177
第一节	性卫生保健	177
第二节	性功能障碍	183
第三节	性传播疾病	187
第六章	性道德与性犯罪	217
第一节	性道德	218
第二节	性犯罪	232
第三节	青少年性罪错及其预防	235
第四节	注意性防卫	239
第七章	性教育	243
第一节	概述	243
第二节	幼儿期和儿童期的性教育	266
第三节	少年期的性教育	269
第四节	青年期和成年期的性教育	271
附录一	性医学知识问答	275
附录二	关于开展青春期性教育的通知	317
附录三	大学生健康教育基本要求	320
主要参考书		325

第一章 绪论

第一节 生物与性

大约在 46.6 亿年前地球形成,距今约 38 亿年前开始出现生命。是生命给了地球以生机,经过数亿万年的自然选择和进化,形成了五彩缤纷的生物类群和纷繁复杂的生命现象。自从有生命以来,地球上曾有过上亿种生物。

综观地球的生物界,有一个无可辩驳的事实,那就是世界上没有长生不死的生物,任何生物个体都必须经过从出生→成长→衰老→死亡,这是一个必然过程。“生就意味着死”这是充满哲理的格言,也是生物界现实生活的写照。然而,自然界的生物小到病毒、细菌,大到大象、巨鲸,并不会因个体的死亡而导致种系的消亡。为什么呢?就是因为生物体能够繁殖后代,从而使得种系得以繁衍延续。

我们把个体生命结束之前以某种方式繁衍与自己相似的后代,把生命延续下来的这一过程就叫生殖。因此,生殖是生命活动的基本特征之一。可以说在丰富多彩的自然界中哪里有生命,哪里就有生殖活动,这就和哪里有生命现象存在,哪里就必然要进行新陈代谢一样。他们都是生命的基本特征。

性不仅仅是生命之源,是生命进化的产物。性也是生物界普遍

存在的一种现象。如各种高等动物都有雌性和雄性,而且他们各具有不同形态、不同的生活行为以及不同的性器官,通过不同的受精方式以繁殖后代。同样在植物界,也有雌性和雄性的存在。在能开花、结果的植物中,雄蕊是雄性器官,雌蕊是雌性器官,通过不同的受粉方式进行受精,以繁殖后代。但自从有了人类以后,随着社会的发展,人类的性活动不仅仅是一种生殖活动了,而是具有了社会生活、精神生活等方面的特征,这也是人类有别于其他动物的最本质的区别。这些都是生物进化的必然。

一、生物繁殖方式的发展

数亿年以前,没有生命的物质在一种适宜的自然环境中形成了生命物质。原始的生命虽然简单,但是生命一旦形成,就具有一代一代延续下去的能力。在漫长的时间里生命渐渐从没有细胞结构发展到出现细胞,再从单细胞生物发展到多细胞生物。在不断的进化过程中生物就是这样从简单到复杂,由低级到高级不断进化。生命通过自然选择逐渐变成能够适应海洋、陆地或天空的各种生物。由于生存环境和进化阶段的不同,生物形状千姿百态。动物是这样,植物也是这样。

生殖的主要形式包括无性生殖和有性生殖。在低等的生命,像病毒、细菌,没有性别,病毒通过复制,细胞通过分裂繁殖后代。这种不经过雌雄两性交配而产生后代的传代方式叫无性繁殖(今天风靡全球的高科技产物克隆技术就是一种无性繁殖)。

随着生物的不断进化,生物出现性别之间差异。动物中雄性个体产生精子,雌性个体产生卵子。精子和卵子都含有亲代的遗传基因,两者结合后形成的新生命,就有了父母双方的遗传特性。这种遗传方式就是有性生殖。也就是说两性必须通过那些专门产生的生殖

细胞才能发展成新个体的繁殖方式。

无性生殖和有性生殖的主要区别在于，在无性生殖的过程中，一个生殖细胞就可长成一个新个体；而在有性生殖过程中，则必需两个异性生殖细胞成对的配合后，才可以发育成一个新个体。

综观生物界的发展进化过程，都遵循着这样一条规律即从单细胞到多细胞，从简单到复杂，从水生到陆生，从低等到高等。就繁殖方式的发展以及性的进化来说，无论是动物界还是植物界，都是从无性生殖进化到有性生殖。因此，有性生殖是生物进化的高级形式。有性生殖的出现是生命科学领域生物进化过程中的重大飞跃，它对自然界物种的繁衍具有极其重大的意义。

(一) 植物界繁殖方式的发展

在植物界，低等的藻类，如单细胞的裸藻是营简单的营养繁殖的。有的藻类出现无性生殖的繁殖方式，一个母细胞通过分裂形成生殖细胞——孢子，孢子离开母体后，一个孢子可长成一个新个体。有的藻类具有有性生殖。在有性生殖中，母细胞通过分裂，产生有配合能力的生殖细胞，这些细胞称为配子，两个配子经配合形成单个细胞，称为合子。由合子发育成一个新个体。在进化过程中，出现了把无性的孢子生殖与有性的配子生殖两种繁殖方式串联起来的所谓“世代交替”的植物。一般认为有性生殖是从无性生殖发展而来的。

植物界有性生殖的发展，是由同配生殖到异配生殖，再发展到卵式生殖的。在同配生殖类型中，进行配合的配子，其形态和大小是相似的，但在生理上有“性”的差别，只有不同“性”的配子才能相配合形成合子。有的可以同宗相配，即同一个体经无性生殖繁殖的后代所产生的配子，能相结合。但有的种类只有异宗的配子，即有不同个体经无性生殖繁殖的后代所产生的配子，才有配合的能力，即

需异宗配合。在进化过程中,性细胞进一步分化,配子不仅是在生理上有“性”的差异,而且在大小上也有差异,分别称为雌配子和雄配子。一般雌配子较大,雄配子则要小的多。这就是从同配生殖(两个配子大小相同)发展到异配生殖(两个配子形态不同)。植物界有性生殖的最高形式是卵式生殖。在卵式生殖上,相结合的两个配子,无论在结构、功能、能动性和大小上都有显著的差别。雄配子,即精子,具有鞭毛和高的运动能力,细胞核较大而细胞质较少。雌配子,即卵,无鞭毛通常是不动的细胞,细胞质较多而细胞核相对较小。在低等植物中,受精需借助水,在有水的条件下,精子游泳至卵附近进行受精。在高等植物,如被子植物具有复杂的生殖器官——花,受精作用不需要水的条件,雄配子和雌配子或者是在同一植株的不同结构(雄蕊和雌蕊)上形成(雌雄同株),或者是在不同植株(雌雄异株)上产生,受精之前借助外力(风、昆虫)进行传粉,然后输送到雌配子(卵)附近进行受精。在这些种类的植物中,是用种子繁殖的,受精后的合子是在体内发育形成胚,胚就是一个新的植物体。此外,雌蕊还发育出为胚提供营养的胚乳或子叶,它们与胚共同构成种子。显而易见,这样形成的种子,让合子在种子内进行第一阶段发育的繁殖方式,有利于抵御不良环境对新个体发育的影响,从而大大地增强了种系对外在各种因素的适应能力,有利于种子的发育成长。

(二)动物界繁殖方式的发展

在动物界繁殖方式的发展也是从无性生殖进化到有性生殖。在有性生殖上,是从体外受精进化到体内受精,从雌雄同体进化到雌雄异体,从卵生进化到胎生的一个发展过程。

低等动物一般为无性生殖,或者是无性与有性的世代交替式生殖方式。在多细胞动物进化过程中出现了有专门产生雄性配子的器

官——精巢,以及专门产生雌性配子的器官——卵巢。较低等的动物,如扁形动物、某些环节动物和甲壳类动物,在一个个体上可同时具有精巢和卵巢,称为雌雄同体。雌雄同体的动物,由于精子和卵子通常不是同时成熟的,所以大多数是不能自体受精,还是需不同个体间交尾方可受精。一般较高等的动物均为雌雄异体。

低等动物是在水中受精的,即将精子和卵子释放到水中,在水中受精,或把释放至水中的精子,通过雌体的呼吸作用等随水流进鳃腔或输卵管,在其中受精。但较高等的动物,却不是在水中受精。在陆生条件下,雄性配子排出体外后很易干涸,故有些动物可形成囊状的精子托,精子置于精子托内,排出后能引诱雌性来排卵受精。进化过程中有些动物的外生殖器官演化为雄性形成一个特殊的器官——阴茎,在雌体内形成一个交接囊——阴道,这样,雄性借阴茎可把精子直接送入雌体体内受精。在高等动物,不仅分为雌、雄两性,而且,随着进化形成日趋完善的两性不同的外生殖器和内生殖器,尤其雌性动物出现了让胚胎得以良好发育的专门器官——子宫。很明显胎生动物的胚胎在母体内发育,比卵生动物的胚胎在体外复杂多变的环境下发育,对种族繁衍来说要优越得多。而且,在哺乳动物,由于哺乳器官的形成,使出生的子代能在相当一段时间内得到母乳哺育和母性照料,对子代的正常发育和健康成长起到了非常积极的促进作用。

二、有性生殖的生物学意义

有性生殖的出现是生命科学领域生物进化过程中的重大飞跃,它对自然界物种的繁衍具有极其重大的意义。

在无性生殖中,母细胞通过分裂产生生殖细胞,生殖细胞无须两性结合,就可长成一个新个体,这种繁殖后代的方式,比有性生殖