

生殖健康

重庆市人口宣传教育中心 编

计划生育是国策
晚育是原则
优生是基础
全民同享升
平乐



中国人口出版社



生殖健康

Sheng zhi jian kang

顾问：王卫

主编：王努

副主编：潘隆伟 谢英

执行编辑：方利

责任编辑：朱双龙 杨政瑞

美术编辑：夏晓辉

封面设计：欧阳方怡

图书在版编目 (CIP) 数据

生殖健康 / 重庆市人口宣传教育中心编. —北京:
中国人口出版社, 2010.7
ISBN 978-7-5101-0489-3

I. ①生… II. ①重… III. ①生殖医学—问答 IV.
①R339.2-44

中国版本图书CIP数据核字 (2010) 第136006号

出版: 中国人口出版社
制作: 重庆市人口宣传教育中心
印刷: 重庆康豪彩印有限公司
开本: 880×1194 1/32
字数: 112千字
印张: 7.75
印数: 1-5000本
版次: 2010年7月 第1版
印次: 2010年7月 第1次印刷

序

随着社会的进步和生活水平的提高，人们对性与生殖健康问题日益关注，但由于一些传统思想的束缚，“性”在一定程度上成为禁区，普遍对生殖健康知识缺乏足够的了解，以至于有了“性问题”后不知道如何解决，也得不到适当的医疗和咨询服务。如果让群众能够更多地了解性知识，那么社会大众的生活质量、婚姻质量都会提高，这将有利于促进社会的稳定和谐。

在“五个重庆”建设中，重庆市人口和计划生育委员会承担了“健康重庆—生殖健康促进专项计划”的重要任务。这一任务具体地说，就是要普及育龄群众生殖健康知识、畅通避孕药具发放渠道及服务、提供育龄群众知情选择避孕服务和家庭保健服务、规范计划生育公共服务平台建设等内容。普及育龄群众生殖健康知识就是要用五年左右的时间，在全市大力加强人口和计划生育生殖健康知识宣传和“五期”教育，提高群众生殖健康知识知晓率，实现2012年育龄群众生殖健康知识知晓率达到75%以上。

重庆市人口宣传教育中心承担了“健康重庆—生殖健康促进专项计划”子项目的实施，特编辑《生殖健康》一书，旨在普及生殖健康知识，倡导和帮助人们树立正确的性与生殖健康观念，提高生殖健康水平。这对构建和谐社会、提高群众的生殖健康水平以及对促进性健康教育等工作具有重要意义。

《生殖健康》依托众多专家学者形成“女性生殖健康”、“男性生殖健康”、“生殖道感染防治”、“出生缺陷预防”四大部分，内容翔实且通俗易懂。希望《生殖健康》能够为广大的群众带来健康和幸福。

潘晓阳

目 录

第一章 女性生殖健康

1. 女性生殖基础知识

(1) 什么是生殖健康.....	1
(2) 女性生殖器官的构成.....	1
(3) 阴道有哪些功能.....	2
(4) 卵巢有哪些功能.....	2
(5) 雌激素有何生理作用.....	3
(6) 孕激素有什么作用.....	4
(7) 子宫有哪些功能.....	4
(8) 什么是月经.....	5
(9) 怎样才算是正常的月经.....	5
(10) 月经初潮等于性成熟吗.....	6
(11) 经期保健应注意哪些问题.....	7
(12) 什么是白带,白带多是病吗.....	9
(13) 怎样预防生殖器官的炎症和疾病.....	9
(14) 未婚女子为什么会患盆腔炎.....	10

2. 新婚及孕产期生殖系统疾病的预防

(1) 女青年婚前应注意哪些疾病.....	11
(2) 婚前检查是检查处女膜或早孕吗.....	11
(3) 婚前检查有哪些好处.....	12
(4) 新婚妇女为什么易患“蜜月病”.....	12
(5) 最佳生育年龄是多少.....	13
(6) 生男生女由谁来决定.....	14
(7) 妇女有哪些疾病时不能怀孕.....	14
(8) 自己怎样诊断早孕.....	15
(9) 为什么要定期产前检查,至少要检查多少次.....	16
(10) 有哪些表现提示孕妇在怀孕和分娩时有危险.....	16
(11) 发生妊娠剧吐怎么办.....	17
(12) 孕早期阴道流血常见于哪些情况.....	18

(13) 什么是习惯性流产, 常见于哪些原因	19
(14) 流产可用黄体酮安胎吗	19
(15) 孕期B超检查对胎儿有影响吗	20
(16) 为什么生娃儿必须到医院	20
(17) 剖宫产与自然分娩哪种好	21
(18) 剖宫产出生的孩子是否更聪明	22
(19) 何谓产褥期, 如何做好产褥期卫生	23
(20) 母乳喂养有什么好处, 为什么要提倡早吸吮	24

3. 更年期生殖健康

(1) 为什么说更年期是人生的多事之秋	25
(2) 更年期综合征(围绝经期综合征)有哪些临床表现	25
(3) 更年期阴道不规则流血是正常的吗	26
(4) 激素替代疗法—妇女健康的必要保护措施	27
(5) 哪些妇女不能使用激素替代疗法	27
(6) 怎样安全地、科学地使用激素替代疗法	28

4. 妇女常见生殖疾病

(1) 什么叫妇女病普查, 其目的是什么	29
(2) 妇女病普查的方法有哪些	29
(3) 怎样进行乳房的自我检查	30
(4) 妇科常见症状有哪些	31
(5) 白带及生理性白带增多的表现	31
(6) 白带增多, 外阴发痒不适, 常见于哪些疾病	31
(7) 常见的外阴炎有几种, 由哪些原因引起	32
(8) 会阴撕伤是怎么造成的, 对妇女有何不良影响	32
(9) 怎么做到早期发现妇科肿瘤	33
(10) 怎样提高宫颈癌的早期诊断率	33
(11) 防治子宫颈癌, 为什么提倡“三早”	33
(12) 什么叫不规则阴道流血, 应警惕哪些疾病的发生	34
(13) 为什么要作诊断性刮宫, 需注意哪些问题	36
(14) 什么是子宫脱垂	36
(15) 为什么会发生子宫脱垂	37
(16) 子宫脱垂有哪些临床表现	37
(17) 怎样防治子宫脱垂	38
(18) 什么叫不孕, 不孕患者的治疗应避免盲目就医	38

(19) 下腹疼痛及腰骶痛常见于哪些疾病·····	39
---------------------------	----

5. 预防生殖道感染

(1) 什么是生殖道感染, 有哪些表现·····	40
(2) 生殖道感染是怎样发生的·····	40
(3) 如何预防生殖道感染·····	41
(4) 什么是性传播疾病, 有何临床表现·····	42
(5) 性病的传播途径、性病与艾滋病有什么关系·····	42
(6) 患了性病怎么办, 怎样避免得性病·····	42
(7) 什么是艾滋病, 主要有哪些表现·····	43
(8) 艾滋病应如何预防·····	43
(9) 艾滋病病毒是如何感染的, 什么情况下不会感染·····	44

6. 避孕节育知情选择

(1) 避孕节育方法知情选择·····	46
(2) 新婚夫妇应怎样避孕·····	46
(3) 经产期妇女如何避孕最合适·····	47
(4) 分居夫妇理想的避孕方法·····	47
(5) 产后及哺乳期的妇女如何避孕·····	47
(6) 在什么情况下可采取紧急避孕·····	48
(7) 意外妊娠如何补救·····	48
(8) 如何检测早孕·····	48

7. 山区妇女生殖健康疾病防治

(1) 山区最常见的妇女生殖健康疾病·····	49
(2) 外阴搔痒·····	50
(3) 阴道炎·····	51
(4) 霉菌性阴道炎·····	52
(5) 老年性阴道炎·····	53
(6) 宫颈炎·····	54
(7) 盆腔炎·····	56
(8) 阴道前壁膨出, 阴道后壁膨出·····	57

8. 生殖健康常用中药验方·····	58
--------------------	----

第二章 男性生殖健康

1. 男性生理基础

(1) 男性生殖器官是怎样组成的·····	61
(2) 阴茎的结构是怎样的·····	61
(3) 阴茎的血液供应及神经分布是怎样·····	62
(4) 阴茎的生理功能有哪些·····	63
(5) 睾丸的结构怎样, 有什么功能·····	64
(6) 附睾的结构和功能如何·····	64
(7) 精索的结构和功能是什么·····	65
(8) 前列腺的结构和功能是什么·····	66
(9) 男性的生殖和性调节是怎样实现的·····	66
(10) 什么叫性早熟和性延迟·····	67

2. 男性心理健康

(1) 什么是性健康, 它的基本因素有哪些·····	69
(2) 影响男性心理健康发展的因素有哪些·····	69
(3) 如何正确理解人类的性行为·····	70
(4) 什么是自慰行为·····	70
(5) 怎样正确认识手淫·····	71
(6) 手淫有害健康吗·····	71
(7) 性幻想是不道德的吗·····	71
(8) 什么是性焦虑, 如何避免·····	72
(9) 什么是性别身份障碍? 如何预防·····	73
(10) 什么是性偏好(即: 性变态)·····	74
(11) 性偏好与法律的关系如何·····	75

3. 性生活须知

(1) 什么叫性·····	76
(2) 什么叫性科学·····	76
(3) 了解一些必要的性知识有什么好处·····	76
(4) 男性性交器官及性敏感区在哪里·····	76
(5) 正常性生活应具备哪些基本的生理和心理条件·····	76
(6) 正常美满的性生活有哪些特点·····	77

(7)性反应的分期和特点是什么	77
(8)新婚之夜新郎应注意哪些事项	78
(9)为什么在性生活之后不宜马上喝冷水或洗冷水澡	79
(10)“房事急症”有哪些	79
(11)性生活的卫生措施和必要物品有哪些	80
(12)性生活体位(姿势)的选择	80
(13)哪些情况应节制性生活	81
(14)哪些药物可引起性功能下降	81
(15)何谓性欲	81
(16)性欲强弱与性能力优劣的关系	82
(17)性交时间的选择	82
(18)如何掌握性交次数	83
(19)性生活的方式方法知多少	83
(20)性交持续时间的掌握	84
(21)经期行房受不受	85
(22)什么是性欲高潮或性满足	85
(23)什么是性生活不和谐,怎样才能达到性生活和谐	85
(24)如何使老年人保持满意的性生活	87

4.常见疾病与性生活

(1)什么叫男性不育	88
(2)影响男性不育的因素有哪些	88
(3)隐睾与不育	88
(4)什么叫阳痿	89
(5)遗精是否需要治疗	89
(6)早泄及其治疗	89
(7)如何治疗不射精	90
(8)何谓无精子症	90
(9)什么叫精少症	91
(10)什么叫精液不液化症	91
(11)阴茎异常勃起怎么办	91
(12)睾丸炎的种类及治疗	91
(13)附睾炎的防治	92
(14)附睾结核的治疗	93
(15)睾丸与附睾肿瘤的诊治	93
(16)输精管炎与不育	94

(17)精索炎的治疗·····	94
(18)患有精索静脉曲张怎么办·····	94
(19)急性前列腺炎的诊治·····	95
(20)老年男性与前列腺增生症·····	96
(21)你知道前列腺癌吗·····	96
(22)患了附性腺结核该怎么办·····	97
(23)如何防治阴茎头包皮炎·····	97
(24)尿道炎的症狀与治疗·····	97
(25)阴囊感染如何防治·····	98
(26)什么是阴茎硬结症·····	98
(27)阴茎癌如何根治·····	98
(28)如何诊治辜丸鞘膜积液·····	99
(29)男子也患“更年期综合征”吗·····	99

第三章 生殖道感染防治

1.尖锐湿疣与生殖器疱疹

(1)什么是性传播疾病·····	100
(2)一般日常生活能传染性病吗·····	100
(3)如何正确使用避孕套·····	100
(4)什么是尖锐湿疣,传播途径有哪些·····	101
(5)尖锐湿疣的表现是什么·····	101
(6)尖锐湿疣会发生癌变吗·····	102
(7)尖锐湿疣的实验检查有哪些·····	102
(8)如何防止尖锐湿疣的感染·····	102
(9)尖锐湿疣的治疗有哪些方法·····	103
(10)何谓生殖器疱疹,会发生癌变吗·····	103
(11)何谓疱疹·····	103
(12)生殖器疱疹的发病机理是怎样的·····	104
(13)生殖器疱疹有哪些表现·····	104
(14)生殖器疱疹的实验室检查有哪些·····	105
(15)如何治疗生殖器疱疹·····	105
(16)生殖器疱疹患者在日常生活中应注意什么·····	106
(17)如何预防生殖器疱疹的感染·····	106

2.非淋菌性尿道炎

(1)什么是非淋菌性尿道炎(黏液脓性宫颈炎).....	107
(2)什么是支原体,什么是解脲支原体.....	107
(3)什么是沙眼衣原体,可以引起哪些疾病.....	107
(4)非淋菌性尿道炎、衣原体及支原体的表现有哪些.....	107
(5)支原体及衣原体(非淋)的治疗方案有哪些.....	108
(6)非淋菌性尿道炎在治疗期间应注意什么.....	108
(7)实验室如何检测支原体及衣原体.....	109

3.淋病

(1)什么是淋病.....	110
(2)淋病的潜伏期有多长.....	110
(3)淋病的传播途径有哪些.....	110
(4)男性单纯性淋病有哪些表现.....	111
(5)女性泌尿生殖系统淋病有哪些表现.....	111
(6)男性淋病有哪些合并症.....	112
(7)女性淋病有哪些合并症.....	113
(8)新生儿淋菌性眼炎是怎么回事.....	113
(9)淋病彻底治愈后还会有第二次感染吗.....	113
(10)患淋病后有哪些注意事项.....	114
(11)如何诊断淋病.....	114
(12)月经期间能检查淋病吗.....	114
(13)病人自己如何早期发现淋病.....	115
(14)淋病的治疗原则有哪些.....	115
(15)如何治疗淋病.....	115
(16)青霉素治疗淋病的效果怎样.....	117
(17)淋病治愈的判断标准是什么.....	117
(18)如何预防淋病.....	117

4.梅毒

(1)梅毒是一种什么样的病.....	119
(2)引起梅毒的病原体是什么.....	119
(3)梅毒是怎样传染的.....	119
(4)梅毒的发病过程是怎样的.....	120
(5)患梅毒的妇女怀孕后的后果怎样.....	120
(6)一期梅毒有哪些临床表现及特点.....	121

(7)二期梅毒有哪些临床表现及特点	121
(8)三期梅毒有哪些临床表现及特点	121
(9)什么叫潜伏梅毒	122
(10)典型的硬下疳有何特点	122
(11)二期复发梅毒有哪些特点	122
(12)什么是梅毒性脱发	123
(13)先天梅毒有哪些特点	123
(14)孕妇得了梅毒该怎么办	123
(15)如何诊断梅毒	124
(16)早、晚期梅毒怎样治疗	124
(17)妊娠梅毒怎样治疗	125
(18)先天梅毒(胎传梅毒)怎样治疗	126
(19)什么叫梅毒治疗反应(吉海反应)	126
(20)梅毒不正规治疗的危害及后果怎样	126

5. 传染性软疣

(1)什么是传染性软疣	127
(2)传染性软疣的传染途径	127
(3)传染性软疣的病原体是什么	127
(4)传染性软疣有哪些临床表现	127
(5)怎样治疗软疣	128
(6)怎样预防传染性软疣	128

6. 软下疳和性病性淋巴肉芽肿

(1)软下疳是由什么引起的疾病	129
(2)软下疳的流行病学及临床表现有哪些	129
(3)软下疳的淋巴结病是否是主要临床症状	129
(4)性病性淋巴肉芽肿是由什么传染的	130

7. 艾滋病

(1)什么是艾滋病	132
(2)从感染艾滋病病毒到艾滋病需要多长时间	132
(3)艾滋病的传播途径有哪些	132
(4)一般日常生活和工作接触会传播艾滋病吗	133

(5)感染了艾滋病毒的人哪些体液可以检测出艾滋病毒·····	133
(6)哪些人群易感染艾滋病·····	133
(7)艾滋病的临床表现是什么·····	134
(8)一次不洁性行为会感染艾滋病吗·····	134
(9)艾滋病毒在外环境中容易存活吗·····	135
(10)女性艾滋病人或感染者能怀孕吗·····	135
(11)HIV感染者妊娠带来的后果是什么·····	135
(12)如何防止家庭内艾滋病的传播·····	136
(13)个人预防经过血液感染艾滋病病毒的要点·····	136
(14)什么叫“安全性行为”，包括哪些方面·····	136
(15)被艾滋病病毒污染的物品如何消毒·····	137
(16)静脉吸毒者如何降低感染艾滋病毒的危险·····	137
(17)HIV感染和艾滋病的治疗·····	137

8.其他和性传播有关的疾病

(1)阴虱病是一种什么病·····	139
(2)阴虱病如何传染·····	139
(3)阴虱病有什么症状·····	139
(4)如何治疗阴虱病·····	139
(5)疥疮·····	140
(6)什么是疥螨·····	140
(7)疥虫是如何致病的·····	140
(8)疥疮是如何传染的·····	140
(9)疥疮病有什么症状·····	141
(10)如何治疗疥疮·····	141
(11)如何预防疥疮·····	142
(12)什么是股癣？怎样检查及治疗·····	142
(13)乙肝是怎样传染的，是否是性传播疾病·····	142
(14)乙型肝炎的临床表现有哪些·····	142
(15)乙型肝炎是否有肝外表现·····	143
(16)治疗乙型肝炎有哪几个方面·····	143
(17)怎样预防乙型肝炎·····	144
(18)什么是阴道滴虫病·····	144
(19)阴道滴虫有哪些表现·····	144
(20)阴道滴虫如何治疗·····	145
(21)滴虫病需要夫妻同治吗·····	145
(22)细菌性阴道炎的诊断标准是什么·····	145

第四章 出生缺陷预防

1. 出生缺陷基本常识

(1) 你了解出生缺陷吗·····	146
(2) 出生缺陷主要有哪一些类型·····	146
(3) 出生缺陷造成的危害·····	147
(4) 怀孕期的哪一时期最易发生出生缺陷·····	147
(5) 哪些人容易生出出生缺陷儿·····	148
(6) 出生缺陷能否预防和干预·····	149
(7) 先天性疾病是否就是遗传病·····	149
(8) 遗传性疾病的几个特点·····	149

2. 出生缺陷发生的原因

(1) 常见的两种致病原因·····	151
(2) 什么是染色体和染色体畸变·····	151
(3) 染色体病及其种类·····	152
(4) 有染色体异常的人都会引起出生缺陷吗·····	152
(5) 你了解基因和基因病吗·····	152
(6) 基因突变会带来什么后果·····	153
(7) 什么是单基因病，有哪些种类·····	154
(8) 什么是多基因病·····	155
(9) 孕期弓形虫感染与胎儿发育·····	155
(10) 风疹病毒感染与胎儿发育·····	156
(11) 巨细胞病毒感染与胎儿发育·····	156
(12) 单纯疱疹病毒感染与胎儿发育·····	156
(13) 食用发霉食物会造成胎儿畸形·····	157
(14) 母亲因素导致的出生缺陷·····	157
(15) 孕妇吸烟及被动吸烟对胎儿有什么危害·····	158
(16) 酗酒引起胎儿酒精综合征·····	159
(17) 农药中引起出生缺陷的主要成分·····	160
(18) 目前大气污染对胎儿和儿童发育有哪些影响·····	160
(19) 水质与出生缺陷·····	161

(20) 电离辐射造成的出生缺陷	162
(21) 缺碘与碘缺乏病	162
(22) 铅汞引起的出生缺陷	163
(23) 微量元素缺乏对胎儿的影响	163
(24) 哪些药物对胎儿有明显毒性	164
(25) 怀孕期间使用雌、孕激素要谨慎	166
(26) 怀孕期间不能乱用抗生素类药物	167
(27) 怀孕期间止痛药的使用	167

3. 常见出生缺陷

(1) 常见出生缺陷	169
(2) 何谓21三体综合症	169
(3) 小阴茎、小睾丸要引起重视	170
(4) 原发性闭经和月经紊乱要警惕遗传因素	170
(5) 男孩性情暴躁或异常好动要引起重视	171
(6) 你了解睾丸女性化吗	172
(7) 孩子的外生殖器为何表现两性特征	172
(8) 母亲遗传的脆性X染色体综合症	173
(9) 新生儿哭声像猫叫正常吗	174
(10) 白头发、白皮肤、怕光是怎么回事	174
(11) 小孩尿液、汗液有霉臭味正常吗	175
(12) 先天性聋哑都会遗传吗	175
(13) 无脑儿是没有头的孩子吗	176
(14) 新生儿背上有窟窿或开裂是怎么回事	176
(15) 生育“兔唇”小孩是怀孕期吃了兔肉吗	177
(16) 新生儿或婴幼儿全身大面积色素沉着对生长发育有影响吗	177
(17) 怎样识别先天性白内障	177
(18) 脑积水是怎么回事	177
(19) 新生儿头围多大才算正常	178
(20) 如何鉴别指(趾)畸形	178
(21) 新生儿腹裂有哪些表现	179
(22) 新生儿膀胱暴露能治疗吗	180
(23) 男孩撒尿怎么像女孩一样	181
(24) 新生儿脐带膨出	182
(25) 什么是新生儿肛门闭锁	183

(26)什么是脑膨出.....	184
(27)凝血机制不好要引起重视.....	185
(28)吃生蚕豆出现溶血症状是遗传病吗.....	185

4.出生缺陷预防及监测

(1)概述.....	187
(2)哪些人需要进行遗传与优生咨询.....	187
(3)开展出生缺陷登记制度的意义.....	188
(4)哪些情况需作染色体检查.....	188
(5)哪些情况需作基因诊断.....	189
(6)生化检测.....	189
(7)B型超声扫描形态结构畸形.....	190
(8)产前诊断预防异常儿的出生.....	191
(9)人工辅助受孕与出生缺陷.....	192
(10)新生儿筛查.....	193
(11)携带者检出.....	193
(12)怀孕前的准备.....	194
(13)孕期避免接触的致畸因素.....	196
(14)孕早期保健指导.....	198
(15)为什么要推荐使用叶酸.....	199
(16)孕中、晚期的监护重点.....	200
(17)注意孕期营养.....	201
(18)孕期谨慎用药.....	202
(19)近亲结婚的危害.....	203
(20)习惯性流产可能带来的后果.....	203
(21)正常夫妇生育异常患儿要警惕遗传因素.....	204
(22)35岁高龄孕妇需作产前诊断.....	204
(23)哪些遗传性缺陷不宜生育.....	205
(24)家族中有疑难病患者应怎么办.....	205
(25)家族中有遗传病史需作哪些检查.....	206
(26)怎样估计出生缺陷发生的风险大小.....	206
(27)怎样判断你的小孩智力是否正常.....	207

5.出生缺陷治疗

(1)概述.....	209
(2)手术治疗.....	209
(3)饮食治疗.....	209
(4)药物治疗.....	210
(5)促进智力发育的特殊训练.....	211
(6)不良行为的矫正.....	217

6.优生优育

(1)哪些人应该进行优生咨询.....	220
(2)什么时候是最佳生育年龄.....	220
(3)哪些疾病不宜结婚生子.....	221
(4)怀孕后对饮食营养有无特别要求.....	222
(5)遇到不良妊娠该怎么办.....	224
(6)盲目保胎有什么危害.....	225
(7)为什么要大力提倡用母乳喂养自己的宝宝.....	225
(8)儿童饮食与智力发育.....	227
(9)给婴幼儿一个良好的生长发育环境.....	229

