

男性

男人

一生必读手册

沈浩忠
·
编

性知识指南



性生活不当
会给生殖器造成损伤吗
生殖器感染该怎么办
夫妻间的性生活怎样才能和谐
你了解你的高潮感觉吗
为何好色的都是男性居多

珠海出版社
新疆青少年出版社



男人一生必读手册



男性性知识指南

沈浩忠 编

新疆青少年出版社
珠海出版社

图书在版编目(CIP)/数据

男人一生必读手册/沈浩忠编

ISBN 7-5371-3183-X/C·69 ¥85.00 元

I 男…

II 沈…

III 生活 - 中国 - 当代

IV C913

男人一生必读手册

作 者 ■ 沈浩忠

责任编辑 ■ 韩全学 罗立群

封面设计 ■ 杨超

出版发行 ● 新疆青少年出版社

珠海出版社

联系电话 ● 0756-3331403

印 刷 ▲ 番禺市印刷厂

开 本 ▲ 850 × 1168mm 1/32

印 张 ▲ 50 字数 ▲ 1000 千字

版 次 ▲ 1999 年 1 月第 1 版

1999 年 1 月第 1 次印刷

印 数 ▲ 1 - 5000 册

ISBN 7-5371-3183-X/C·69

定 价 ▲ 85.00 元(每册定价:17.00 元)

版权所有·翻印必究

目 录

第一章 男性性生理解剖

男性的生理

按时分序

1. 成胎之时, 已经有性别..... (3)
2. 幼童期男女仍然有别吗..... (3)
3. 青春期..... (4)
4. 青春期的性器官有何改变..... (4)
5. 成年男人有何特征..... (5)
6. 老年人有没有变化..... (5)

生理解剖

1. 阴囊就是睾丸..... (6)
2. 睾丸作用知多少..... (7)
3. 副睾丸是什么..... (7)
4. 输精管在何处..... (8)
5. 前列腺是什么..... (8)
6. 海棉体是什么..... (9)
7. 尿道有何作用..... (9)

男 性 性 知 识 指 南

8. 精囊是什么 (10)
9. 包皮是什么? 有何用? 要割吗 (10)
10. 什么是标准尺三码 (11)

生理功能

1. 生育下一代是终极目标吗 (11)
2. 男性的勃起有赖海绵体 (12)
3. 什么刺激才能充血 (12)
4. 神经线的重要性 (13)
5. 精液的来源是睾丸 (13)
6. 雄激素有何作用? 来自何方 (14)
7. 高潮是怎么回事 (14)
8. 性行为是本能还是后天的学习 (15)
9. 男性的勃起有何条件 (15)
10. 心理因素足以导致勃起失调吗 (16)

男性的问题

1. 睾丸一大一小, 如何是好 (17)
2. 阴茎太小, 如何是好 (17)
3. 阴茎弯曲是否有碍性生活 (18)
4. 勃起不坚硬是怎么回事 (18)
5. 勃起不够高、不够直又是否病态 (19)
6. 不举是不是年纪大的退化现象 (19)
7. 梦遗有害吗 (20)
8. 手淫有害吗 (20)
9. 包皮何时需要割 (21)
10. 尿道炎如何医 (21)
11. 性病可以医治吗 (22)

12. 男性有没有性冷感	(22)
--------------------	------

男性的性生理

认识男性的特征

1. 为何男性性反应一触即发	(23)
2. 为何男性总是主动	(24)
3. 为何好色的都是男性居多	(24)
4. 男性为何一定要有高潮	(25)
5. 男性是否一定会有高潮	(25)
6. 为何男性可以匆匆了事	(26)

认识男性的性生理

1. 男性的性欲是如何被挑起的	(26)
2. 当性欲被挑起之后, 有何生理变化	(27)
3. 性行为的进行因人而异	(27)
4. 高潮如何出现	(28)
5. 消散期为何疲态不堪	(28)
6. 性无能普遍吗	(29)
7. 早泄算不算性无能	(29)
8. 早泄是否会不育	(30)
9. 每一次的性行为要多久才算标准	(30)
10. 性行为的次数有没有标准	(31)
11. 性行为与器官的大小有没有关系	(31)

认识性能力的差异

1. 男性性能力是否与年龄有关	(32)
2. 在性能力方面个体差异有多大	(32)
3. 性能力与性器官的大小是否有关系	(33)

4. 女性之间又有没有差异 (33)
5. 性态度开放的人是否比保守的人更容易享受性乐趣
..... (34)
6. 男性的性差异会否受情绪及环境影响 (34)
7. 男性的体能是否影响个体差异的因素 (35)
8. 饮食营养补品会否造成差异 (35)
9. 心理作用是否会造成个体差异 (36)
10. 新婚与久婚会造成个体差异 (36)

第二章 有关男性性健康的问题

1. 遗精是怎样发生的? 如何防治“遗精病” (41)
2. 怎样治疗早泄 (42)
3. 为什么精神因素会引起阳痿 (44)
4. 哪些疾病可以引起阳痿 (45)
5. 哪些药物会引起阳痿 (46)
6. 何谓血管性阳痿 (47)
7. 有办法克服阳痿吗 (48)
8. 中医对阳痿如何治疗 (50)
9. 缩阳与阳痿是一种病吗? 如何治疗 (51)
10. 手淫有什么害处 (52)
11. 手淫引起疾病该怎么治疗 (53)
12. “五不男”所指何症 (54)
13. 男性性功能障碍是怎么回事 (55)
14. 什么叫性欲亢进 (56)

15. 中医对阳强如何治疗	(58)
16. 性交不射精如何治疗	(59)
17. 发生了逆行射怎么办	(61)
18. 出现血精怎么办	(62)
19. 引起男子性交疼痛有哪些原因	(64)
20. 为什么会出现射精疼痛	(65)
21. 男性也有更年期吗	(66)
22. 怎样顺利度过更年期	(67)
23. 什么叫性早熟	(69)
24. 什么叫性晚熟	(70)
25. 性变态是精神病吗	(72)
26. 病态，还是流氓——谈露阴癖	(72)
27. 为何专窃异性小零碎——谈恋物癖	(74)
28. 同性恋是怎么回事	(75)
29. 性变态能治疗吗	(76)
30. 遗传性疾病是如何产生的	(77)
31. “阴阳人”是怎么回事	(79)
32. 包茎和包皮过长有什么害处	(80)
33. 包皮系带撕裂如何诊治	(82)
34. 包皮嵌顿如何治疗	(83)
35. 阴茎头包皮龟头炎怎么治疗	(84)
36. 小阴茎有别于阴茎短小吗	(84)
37. 阴茎短小能延长吗	(85)
38. 阴茎异常勃起如何治疗	(86)
39. 闭合性阴茎骨折症如何防治	(88)
40. 导致阴茎弯曲	(89)

41. 何谓隐匿性阴茎	(90)
42. 外伤性阴茎勃起怎样治疗	(91)
43. 阴茎上有硬结是怎么回事	(92)
44. 坏疽性龟头炎是什么病? 如何治疗	(93)
45. 阴茎硬化淋巴管炎怎么治疗	(94)
46. 有什么方法可以治好阴茎结核疹	(94)
47. 什么是干燥闭塞性龟头炎	(95)
48. 阴茎癌如何防治	(96)
49. 阴茎切除后还能恢复性生活吗	(97)
50. 阴茎假体的利与弊	(98)
51. 怎样治疗阴囊脓肿	(99)
52. 阴囊疥疮如何防治	(100)
53. 阴囊湿疹怎样防治	(101)
54. “小肠疝气”怎样治疗好	(102)
55. 阴囊急性损伤后如何处理	(103)
56. 如何治疗睾丸鞘膜积液	(104)
57. 尿道下裂如何治疗	(105)
58. 如何治疗睾丸炎	(106)
59. 睾丸扭转与诊治	(107)
60. 睾丸肿瘤是什么病	(108)
61. 什么叫隐睾症	(109)
62. 如何自我诊治急性附睾炎	(111)
63. 附睾结核怎样治疗	(112)
64. 得了附睾郁积症怎么办	(113)
65. 精液囊肿是什么病	(114)
66. 什么是精索炎? 如何治疗	(115)

67. 什么是精索静脉曲张 (116)
68. 得了精阜为怎么治疗 (118)
69. 前列腺炎如何防治 (119)
70. 如何治疗前列腺肥大症 (121)
71. 长了前列腺癌怎么办 (122)
72. 前列腺手术后对性功能有影响吗 (124)
73. 得了精囊炎该怎么办 (125)
74. 引起男子阴部刺痒的疾病有哪些 (126)
75. 如何治疗精子减少症 (127)
76. 精液过少是怎样引起的? 如何治疗 (128)
77. 精液中无精子能治吗 (129)
78. 妻子对精液过敏怎么办 (130)
79. 中医如何治疗精液异常 (132)
80. 何谓呆精症 (133)
81. 脓精症怎样治疗 (134)
82. 怎样看清液化验报告 (135)
83. 精液中有白细胞就表示生殖道有感染吗 (137)
84. 精子畸形中医怎样治疗 (138)
85. “无精”和“少精”症应做哪些检查 (139)
86. 房事猝死是怎么回事 (140)
87. 男子性欲淡漠如何治疗 (141)
88. 男性的乳房发育是怎么回事 (142)
89. 男性“女性化”是怎么回事 (143)
90. 滴虫也会侵犯男性泌尿生殖道吗 (145)
91. 得了淋病怎么办 (146)
92. 软下疳该怎么治疗 (147)

- 93. 生殖器单纯性疱疹如何防治 (148)
- 94. 什么是尖锐湿疣 (150)
- 95. 什么是性病性淋巴肉芽种 (151)
- 96. 染上梅毒后如何治疗 (151)
- 97. 非淋菌性尿道炎如何防治 (153)
- 98. 超级癌症——艾滋病 (154)
- 99. 如何防治酒糟鼻 (155)
- 100. 长“粉刺”怎么办 (157)
- 101. 有什么方法可以医治脂溢性脱发 (158)
- 102. 出现排尿晕厥怎么办 (160)

第三章 男人与生育

男人为何不孕

男性不孕正在增加中

- 1. 男性应承担三分之一以上的不孕责任 (165)
- 2. 正视不孕问题, 积极寻找病因 (165)
- 3. 环境污染 (166)
- 4. 高温有害精虫 (167)
- 5. 精索静脉曲张 (167)
- 6. 烟、酒和药物的影响 (168)
- 7. 生活习惯也会造成不孕 (168)
- 8. 先天、遗传和免疫因素 (168)

浅谈男性不孕症

- 1. 男性不孕三部曲 (169)
- 2. 有百分之十的不孕，原因不明 (170)
- 3. 三种杀精虫的抗体 (170)
- 4. 不孕检查应由先生开始 (171)

睾丸和生育

- 1. 由大量精原小管构成 (172)
- 2. 隐睾症成因不单纯 (173)
- 3. 睾丸缩成花生米粒 (175)
- 4. 提防小儿高烧腮腺炎 (176)
- 5. 精液中化验出重金属 (177)

精索静脉曲张造成男性不孕

- 1. 九成以上的精索静脉曲张发生在左侧 (178)
- 2. 超音波、静脉摄影和皮表的温差变化图断 ... (179)
- 3. 为什么会引起男性不孕 (180)
- 4. 结扎曲张的静脉改善男性不孕 (180)

桑拿浴洗掉后代？——高温和不孕

- 1. 一毫升只有 6000 万只 (182)
- 2. 精虫最怕碰到高温 (182)
- 3. 玉堂春暖珠有泪 (183)
- 4. 想生育者最好冲冷水 (184)

抽烟可能使你绝后

- 1. 抽烟者的精液数与活动力检查 (185)
- 2. 抽烟也减低女性的生殖机能 (185)
- “要戒烟或是不想要孩子” (186)

太多药物会使男人不孕

- 1. 男性精虫易受伤害 (187)

2. 危害精虫的药物 (187)
3. 提存精子于精子银行 (188)

环境污染和不孕

1. 污染对生殖周期会有那些伤害 (189)
2. 如何测定生殖污染 (190)
3. 那些物质会影响生殖 (192)
4. 如何预防污染造成生殖伤害 (193)

精道发炎导致不孕

1. 有影响男性生育能力之虞的病症 (194)
2. 如何断定精道有无发炎 (195)
3. 摄护腺炎导致不孕 (195)

不孕症的免疫因子

1. 男人自己杀死了精虫 (197)
2. 精虫抗体的侦测 (198)
3. 女人体液与精虫的抗体“八字不合” (199)
4. 如何阻断抗体——试试保险套 (200)
5. 人工生殖科技的突破 (200)

男性不孕的治疗

如何开始基本的治疗

1. 调整生活的脚步再出击 (202)
2. 不要给自己太大的压力 (203)

男性不孕的药物疗法

1. 有没有治疗精虫不良的药物 (204)
2. 可以用药治疗的情形 (205)
3. 不妨试用中药看看 (205)

4. 不对症, 药物治疗是事倍功半	(206)
冷冻、低温疗法	
1. 男士穿开裆裤大学问	(207)
2. 高温会危害阴囊的生殖机能	(207)
3. 人体减温裤带来“生”机	(209)
精虫洗涤术提供受孕机会	
1. 精液的浓缩和纯化	(210)
2. 什么是“精虫洗涤术”	(211)
3. 为不良精虫有效整形美容	(212)
输精管结扎后再接通	
1. 男性结扎术后接通较简易	(213)
2. 为什么要再接回去	(213)
3. 怎么接回去	(214)
4. 有多少接通率和避孕率	(215)
副睾丸和输精管吻合手术	
1. 为什么精道会阻塞	(217)
2. 诊断精道阻塞的方法	(217)
3. 副睾丸和输精管吻合术	(219)
4. 生活中慎防精道阻塞	(220)
不孕症夫妇的心理调适	
1. 为什么要生育	(221)
2. 我俩为何不孕	(222)
3. 如何进行计划治疗	(224)
4. 平常心、多祝愿	(225)

孕育角色的分担——男性避孕

漫谈男性避孕

1. “悬崖勒马”——性交中断法 (227)
2. 保险套保险吗 (227)
3. “男性避孕器”的现况 (229)
4. 男性避孕药 (230)
5. 展望明天的无子西瓜 (230)

如何使用保险套

1. 难登大雅之堂的小东西 (231)
2. 保险套功能多多 (232)
3. 0.03 厘米的超薄度 (233)
4. 正确的使用方法 (233)

男性避孕药古今谈

1. 吃芹菜可使男人避孕 (236)
2. 棉花子油的奇迹 (237)
3. 阴道使用的体外杀精剂 (239)
4. 荷尔蒙制剂的展望 (239)
5. 期待更完美的将来 (240)

一劳永逸的男性结扎

1. 家庭计划不应只是一种口号 (241)
2. 男性结扎的好处 (242)
3. 为何国内男性结扎不能普遍 (242)
4. 结扎手术简单, 不影响性能力 (243)
5. 男性结扎可能有的副作用 (244)
6. 再接通回复率高 (245)

7. 做个快乐的“无子西瓜”	(246)
男性结扎的现状	
1. 安全合理的男性结扎	(247)
2. 男性结扎有副作用吗	(247)
3. 扎后又孕——失败的可能	(248)
4. 解铃还需系铃人	(249)
5. “无子西瓜”是荣耀象征	(250)
结扎与性生活	
1. 女性结扎是否会失去魅力	(250)
2. 男性结扎反而朝气蓬勃	(251)
3. 结扎后增加生活乐趣	(253)

第四章 男人应该知道的新婚性知识

1. 性冲动是怎样产生的？男女在性冲动上 有何差别	(257)
2. 什么是性感区？了解性感区对夫妻间性 和谐有什么帮助	(258)
3. 什么是性反应？它分哪几期	(258)
4. 兴奋期男女身体各有哪些变化？主要差 异有哪些	(259)
5. 平台期男女身体各有哪些变化？主要差 别有哪些	(260)
6. 性高潮期男女身体各有哪些变化？主要 差异有哪些	(260)

7. 消退期男女身体各有哪些变化? 主要差异有哪些 (262)
8. 患有哪些疾病不宜结婚 (262)
9. 婚前性行为哪些危害 (264)
10. 为什么说婚前健康检查是保障婚后夫妻性生活和谐的重要措施之一 (266)
11. 新婚期间怎样过好性生活 (267)
12. 新婚期间赶上月经来潮怎么办 (268)
13. 怎样预防新娘的“蜜月病” (269)
14. 新婚为什么好发生射精过快? 这不是早泄 (270)
15. 新郎多吃些什么好 (271)
16. 性生活不当会给生殖器造成哪些损伤? 如何防治 (272)
17. 夫妻间的性生活怎样才能和谐 (273)
18. 满意的性生活夫妻双方都具有哪些心理特点 (274)
19. 怎样自我判断“性交过度” (276)
20. 新婚夫妇避孕采用哪种方法好 (277)
21. 什么是阴道痉挛? 如何对待? 什么是性冷淡和性高潮缺乏? 应该怎样防治 (278)
22. 性高潮缺乏是性生活不和谐和一种表现 (279)
23. 性欲减退时自己如何查找原因 (282)
24. 在某些特殊情况下如何选择性交体位 (285)
25. 为什么久别胜新婚 (287)