



性
生育
性疾病自治

· 瀚儒编著 · 湖南省科教语言音像出版社

医学科普系列有声读物

性·生育·性疾病自治

(配音带)

湖南省科教语言音像出版社

性·生育·性疾病自治

编 著：瀚 儒

责任编辑：霞 蔚

技术设计：心 铭

湖南省科教语言音像出版社出版、发行
(长沙市蔡锷中路112号)

1988年8月第一版第一次印刷

字数：175千字 印张：8 印数：12万

统一盒号：88008 定价：2.65

前 言

性是人类一种非常普遍的自然现象和生理现象，是人类繁衍，种族延续、进化的基础。夫妻之间的性生活，从微观来看，关系到家庭的和睦、夫妻双方的健康、孩子的优生优育；从宏观来看，关系到社会的安定、民族的兴衰、人类的发展。然而，由于封建思想的束缚，社会世俗的偏见，长期以来，人类自身的性问题并没有受到正确的对待。许多人对于性的生活、生育的奥秘缺乏必要的知识，从而违背科学的道理，造成了种种恶果；许多有性疾病和性苦恼的人常常羞于启齿，苦于无处就医；许多医生对性生活和生育的理论也了解甚少，对性功能障碍、性器官病变及性交传染病不能诊断、治疗，又往往无师可问，无书可读。因此，编写本书的真正意义在于让广大人民群众了解科学的性生活，熟悉优生优育和性疾病的自我防治方法，从而达到夫妻身心健康，后代身体健美，家庭和睦，社会安定的目的。

本书收集了国内外、中西医对性生活、生育和性疾病防治的研究成果，以严肃、认真、坦率的态度进行撰写，其内容是健康的。全书九个部份，按其内容可分为三个方面：男女性器官的解剖生理、过好性生活的科学方法、药物和酒类对性功能的作用，以及中医房中保健；胎儿的由来、胎儿的性别判断和预选男女的尝试办法、避孕知识、不育症的防治，以及中医优生优育的方法；性器官畸形、性功能障碍、

性心理、性行为异常和性交传染病的病因、病机、诊断、防治。

由于本书是一本科普读物，编写中所引用的多种国内外资料，恕不一一注明出处。在此谨向这些资料的作者、编者、出版者表示衷心的感谢。

限于笔者的水平，不足之处在所难免，敬希读者不吝指正。

作者

1988年8月

目 录

性的生活

一、生殖器官的构造和功能	(1)
(一) 男性生殖器官的构造和功能	(1)
(二) 女性生殖器官的构造和功能	(5)
二、青春期的性发育	(9)
(一) 体型的变化	(10)
(二) 女性的性成熟	(10)
(三) 男性的性成熟	(11)
(四) 性早熟	(12)
(五) 青春期延迟	(13)
三、性反应周期	(14)
(一) 兴奋期	(14)
(二) 持续期	(16)
(三) 高潮期	(17)
(四) 消退期	(18)
四、性交的生理和心理条件	(19)
(一) 足量的性激素	(19)
(二) 健康的神经反射	(20)
(三) 健全的性器官	(21)
(四) 适当的性刺激	(21)
五、性交的契合、频数、时间	(22)

(一) 性交的契合·····	(23)
(二) 性交的频数·····	(25)
(三) 性交的时间·····	(26)
六、性生活的卫生 ·····	(27)
(一) 个人卫生·····	(27)
(二) 保持性器官的清洁·····	(28)
七、新婚性知识 ·····	(29)
(一) 精液的 壅秘·····	(29)
(二) 处女与处女膜·····	(30)
(三) 新婚之夜的性交方法·····	(34)
(四) 新婚性卫生·····	(35)
八、老年期的性生活 ·····	(35)
(一) 老年人的性衰老·····	(36)
(二) 老年期的性行为·····	(37)
九、冠心病康复期的性生活 ·····	(38)
(一) 性交时心血管的变化·····	(38)
(二) 冠心病人的性交骤死问题·····	(38)
(三) 冠心病病人因性交诱发心肌梗塞问题·····	(39)
(四) 冠心病康复期的性生活问题·····	(39)
十、特殊情况的性交体位 ·····	(40)
(女上位、男上位、侧卧位、后进位、坐位、 胸膝位)·····	(40)
十一、药物与性功能 ·····	(42)
(一) 性激素·····	(42)
(二) 抗雄性激素类药物·····	(43)
(三) 自主神经拮抗药·····	(43)

(四) 环类抗抑制剂·····	(44)
(五) 抗高血压药物·····	(44)
(六) 安定药、镇静剂和安眠药·····	(44)
(七) 大麻、海洛因和美撒痛·····	(44)
(八) 其他药物·····	(45)
十二、酒类与性功能·····	(46)

生 育 的 知 识

一、生命的由来·····	(48)
(一) 受精·····	(48)
(二) 受精卵的发育运行及着床·····	(49)
(三) 新生命开始的征兆·····	(49)
二、胎儿性别的判断·····	(50)
三、预选男女的尝试办法·····	(52)
(一) 选择受孕时间·····	(53)
(二) 调节阴道酸碱度·····	(54)
(三) 调节男方血液酸碱度·····	(55)
(四) 掌握性欲高潮·····	(55)
(五) 掌握性交次数·····	(56)
(六) 掌握性交技巧·····	(56)
四、先天畸形的原因、预防、预测和处理·····	(57)
(一) 先天畸形的原因·····	(58)
(二) 先天畸形的预防·····	(58)
(三) 先天畸形的产前预测诊断·····	(58)
(四) 先天畸形的处理·····	(60)

五、避孕知识	(60)
(一) 男性避孕方法	(60)
(二) 女性避孕方法	(62)
六、不育症	(65)
(一) 男性不育	(65)
(二) 女性不育	(70)
(三) 性交不当不育	(75)
(性交过频、性交过少、性交时间不当、性交体位不当、性盲)	(75)
七、人工受精	(79)
(一) 人工受精的适应范围	(80)
(二) 精子的选择	(80)
(三) 人工受精的方法	(82)

中 医 房 中

一、房中保健	(84)
(一) 行房有度	(84)
(二) 合房有术	(86)
二、房中秘方	(90)
三、养精之法	(94)
四、房中求嗣	(94)
(一) 男女情兴	(95)
(二) 姻缢有时	(96)
(三) 胎孕所由	(96)
(四) 无子之由	(97)

五、房中优生.....(98)

(一) 择优婚配.....(98)

(二) 佳期受精.....(99)

(三) 蓄精种嗣.....(99)

(四) 选择气候.....(100)

(五) 择境合房.....(100)

(六) 情深娶美.....(101)

(七) 醉莫入房.....(101)

(八) 病不宜孕.....(101)

六、养胎教胎.....(102)

(一) 畅情志.....(102)

(二) 调饮食.....(103)

(三) 避寒温.....(104)

(四) 节性欲.....(104)

(五) 适劳逸.....(105)

(六) 慎用药.....(105)

(七) 胎教.....(106)

性 器 官 畸 形

一、阴茎畸形.....(107)

(一) 小阴茎.....(107)

(二) 阴茎发育不良.....(108)

(三) 阴囊后阴茎.....(108)

(四) 双阴茎.....(108)

(五) 隐匿阴茎.....(109)

(六) 先天性无阴茎·····	(109)
(七) 大阴茎·····	(110)
二、先天性睾丸异常 ·····	(110)
(一) 隐睾病·····	(110)
(二) 无睾·····	(111)
三、包茎和包皮过长 ·····	(111)
四、先天性无阴道 ·····	(112)
(一) 先天性无阴道的原因·····	(112)
(二) 先天性无阴道的治疗·····	(113)
五、阴蒂包皮过长 ·····	(114)
六、两性畸形(阴阳人) ·····	(115)
(一) 真两性畸形·····	(115)
(二) 假两性畸形·····	(116)
(三) 两性畸形的病因·····	(116)
(四) 作出性别选择的决定·····	(116)
七、尿道裂 ·····	(117)
(一) 尿道上壁缺损的尿道上裂·····	(117)
(二) 尿道下壁缺损的尿道下裂·····	(118)
(三) 尿道裂的病因·····	(121)
(四) 尿道裂的治疗·····	(121)

男 性 性 功 能 障 碍

一、阳痿 ·····	(122)
二、早泄 ·····	(127)
三、遗精 ·····	(133)

四、射精困难	(137)
五、逆行射精	(142)
六、射精疼痛	(144)
七、血精	(146)
八、阴茎异常勃起	(148)

女性性功能障碍

一、性交阴痛	(152)
二、性交阴道痉挛	(156)
三、性交出血	(162)
四、性欲高潮缺失	(164)
五、蜜月性膀胱炎	(169)
六、精液过敏症	(171)

性心理与性欲异常

一、性欲缺乏	(172)
二、性厌恶	(176)
三、性欲亢进	(180)

性行为异常

一、性恋怪癖病	(184)
---------	-------

(同性恋、恋童癖、恋物癖、易装癖、易性癖、阴部显露癖、生殖器——口性交、

性妄想)	(184)
二、性交奇症	(188)
(性交头痛、性交失语、性交痉狂、性交昏厥、性交后血尿)	(188)
三、手淫症	(191)

性 交 传 染 病

一、淋病	(194)
二、梅毒	(198)
三、软下疳	(202)
四、性病性淋巴肉芽肿	(204)
五、腹股沟肉芽肿	(207)
六、单纯性疱疹病	(209)
七、性病疣	(211)
八、非细菌性尿道炎	(214)
九、艾滋病	(216)
十、阴虱病	(222)

性的生活

一、生殖器官的构造和功能

人体的生殖器官男女各不相同。

(一) 男性生殖器官的构造和功能

男性生殖器分内、外两部分。内生殖器官包括睾丸、附睾、输精管、射精管、精囊腺、前列腺、尿道球腺等；外生殖器官包括阴茎和阴囊。(图1)

1. 阴茎

阴茎呈圆柱状，是男性性交和排尿的器官。成年男性的阴茎平均长度为7~10厘米，勃起时长度可增加一倍。阴茎分阴茎头(龟头)、阴茎体和阴茎根部三部分。阴茎头部稍膨大，其表层密布感觉神经末梢，对机械性刺激很敏感，

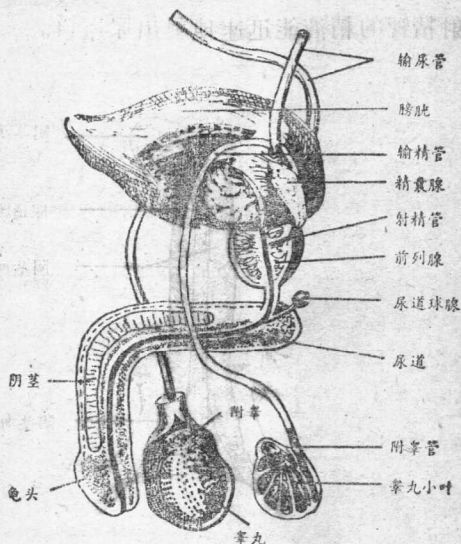


图1 男性生殖器概观

前端有尿道的开口，与体部连接处有一沟叫冠状沟，上面有一层能向上翻转的皮肤叫阴茎包皮。阴茎由三条海绵体组织组成，背面两侧各有一条阴茎海绵体，比较粗大，当性兴奋时，阴茎内动脉显著扩张，流入阴茎的血流极度增加，疏松的海绵体大量充血，使阴茎变得挺硬，挺粗地勃起。性交后，阴茎内动脉收缩，静脉回流增加，海绵体内的血液减少，阴茎随之软缩。在阴茎的腹侧中央有一条尿道海绵体，里面有尿道通过，勃起时这条海绵体也会充血，不过程度远比不上阴茎海绵体（图2）。阴茎的根部向会阴的深处伸入，与会阴的肌肉、韧带相连，这些肌肉在性交时会收缩，一方面阻止阴茎海绵体的血液流走，使其充血，另一方面也帮助来自射精管的精液能迅速地射出尿道口。

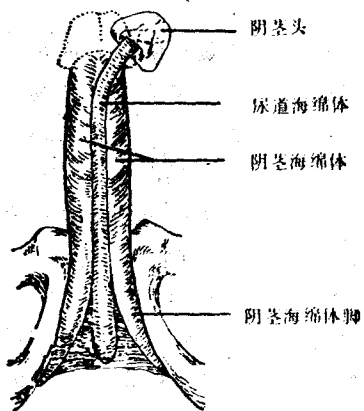


图2 阴茎的结构

2. 阴囊

阴囊为皮肤构成的一个囊袋，位于阴茎的后面和肛门的前面。阴囊皮肤表面皱褶很多，呈褐色，薄而柔软，富有弹性，有丰富的汗腺、皮脂腺和少量的阴毛。皮肤下面有一层很薄的肌肉。肌肉收缩的时候，阴囊就会自然地紧缩变小，皱褶加深。阴囊腔由一层内膜相隔，分为左右两个腔，里面有两层光滑的薄膜，包裹着睾丸、附睾及精索。阴囊除保护睾丸、附睾及精索外，主要功能是调节温度。阴囊温度比腹腔温度低 $2\sim 4^{\circ}\text{C}$ ，以有利于精子的产生与保存。当冷刺激时，阴囊收缩，使睾丸提升，可借助于身体的热量提供的温暖环境而受益；天气炎热时，阴囊松弛，则允许睾丸偏离身体，并提供较大的皮肤表面面积，以利于阴囊内热量的消散。

3. 睾丸

睾丸呈卵圆形，位于阴囊内，左右两侧各一个，左侧的较右侧略低，且稍大。成人的睾丸每个重量约 $10\sim 20$ 克。睾丸表面有两层光滑的膜，膜之间有少量液体，因此睾丸可以自然滑动，剧烈运动也不至于受伤。睾丸有产生精子和分泌男性激素的功能（图3），是男性生殖系统中最重要的器官。睾丸实质内由许多隔膜将其分成许多小叶。每个睾丸大约有200个睾丸小叶，每个小叶内有 $3\sim 4$ 根小管叫曲细精管，曲细精管合并为精直小管，最后汇合成 $15\sim 20$ 条输出小管进入附睾头部。曲细精管是产生精子的地方，在曲细精管之间的组织内有一群群的间质细胞，是产生男性激素（雄激素或称睾丸酮）的地方。男性激素不由排泄管排出，而是被睾丸内的血管吸收到血液循环系统，以维持男性的特征和性功能，

并促进精子的生长。

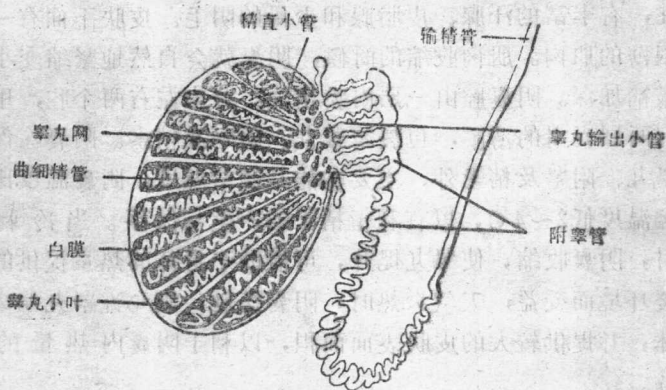


图3 睾丸、附睾的内部结构

4. 附睾

附睾紧贴于睾丸的后外侧，由一条弯曲盘回的附睾管组成，一端与睾丸的20余条输出小管相连接，另一端与输精管相连接，是精子通往输精管的通路；睾丸产生的精子，在附睾内停留一段时间才能完全成熟。此外，附睾还有贮存精子和吸收衰亡精子的作用。

5. 输精管

输精管左右各一条，是输送精子的通道，粗细如火柴棍，稍硬而坚韧，全长40~50厘米。它的一端与附睾尾部连接，另一端经阴囊、腹股沟进入盆腔，在膀胱底部其末端变