

XING YIXUE ZHISHI JIEDA

陈恕仁
陈栋
编著

性

医学知识解答

本书解答：

性生理、性生活与性心理的问题

性病理与性疾病的问题

性卫生与性教育的问题

受孕、避孕与优生优育的问题

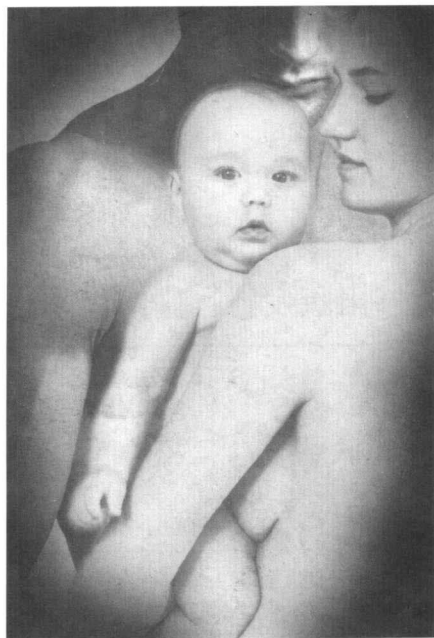


暨南大学出版社
Jinan University Press

XING YIXUE
ZHISHI JIEDA

性医学 知识解答

陈恕仁 陈 栋 编著



图书在版编目 (CIP) 数据

性医学知识解答/陈恕仁, 陈栋编著. —广州:
暨南大学出版社, 2002.5

ISBN 7-81079-044-7

I. 性… II. ①陈… ②陈… III. 性医学—基本知识
IV. R167

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 021464 号

出版发行: 暨南大学出版社

地 址: 中国广州暨南大学

电 话: 编辑部 (8620) 85225262 85220289 85225277

发行部 (8620) 85223774 85225284 85220602 (邮购)

传 真: (8620) 85221583 (办公室) 85223774 (发行部)

邮 编: 510630

网 址: <http://www.jnupress.com> <http://press.jnu.edu.cn>

排 版: 暨南大学出版社照排中心

印 刷: 新会棠下中学印刷厂

开 本: 850 × 1168 1/32

印 张: 9.625

字 数: 160 千

版 次: 2002 年 5 月第 1 版

印 次: 2002 年 5 月第 1 次

印 数: 1—6000 册

定 价: 19.80 元

(暨大版图书如有印装质量问题, 请与出版社发行部联系调换)

前 言

年轻的夫妇、中老年的夫妇，你了解自己的身体吗？你了解自己的生殖功能吗？——生殖健康是夫妻生活的一种文化，而这种文化的基础是“性”的医学知识。

性医学是集生理学、心理学、社会学、伦理学于一体的综合学科。它的发展水平是人类文明程度的标志。学习“性”的医学知识，有助于夫妻正确对待性生活，消除对性的困惑，纠正各种错误的性观念。注意性器官的卫生，注意性功能障碍的防治，做好计划生育，做到优生优育，建立和谐美满的家庭。

我们力图用通俗易懂、生动有趣的语言，把性生理与性心理、性病理与性疾病、性卫生与性教育、受孕与避孕及优生优育的有关知识以问答的形式展示出来，希望能增进读者的性医学知识，“对症下药”，以益于家庭的安康，益于社会的安定和发展。

本书是继《中西医结合治疗不育不孕症》专著出版后的又一科研成果，相信该书的出版对性疾病患者、从事性教育的工作者及医务工作者均有指导意义。

本书编写过程中，承蒙第二军医大学国家一级教授马永江先生、暨南大学医学院杨冠群教授、沈英森教授的推荐、审稿，广东省地质矿产局（地球化学）杨超群研究员的指导，还有钟治美、李文源、陈卓勉、沈少义等同志的大力支持，谨致以衷心的感谢。

编者

目 录

前 言	(1)
-----------	-------

一、性生理、性生活与性心理的问题	(1)
------------------------	-------

浅谈房事养生与延年益寿	(2)
-------------------	-------

人类性反应的奥秘	(6)
----------------	-------

性生活的耗损到底有多大	(10)
-------------------	--------

人的“性行为”于什么时候开始	(12)
----------------------	--------

阴茎勃起之谜	(14)
--------------	--------

男女之间的区别	(17)
---------------	--------

男女气味的奥秘	(21)
---------------	--------

阴茎大小与性能力有关吗	(23)
-------------------	--------

为什么男孩子会遗精	(25)
-----------------	--------

处女膜的奥秘	(27)
--------------	--------

女性“射精”之谜	(30)
----------------	--------

性幻想的奥秘	(32)
--------------	--------

爱能使人健康、长寿、容貌美丽	(35)
----------------------	--------

夫妻之间有哪些心理需求	(37)
-------------------	--------

夫妻之间需要赞美	(39)
----------------	--------

浅谈妻子的性暗示	(41)
----------------	--------

吸引异性的身体语言	(43)
-----------------	--------

男人更需要女人的关怀	(44)
如何在性生活中做个成功的妻子	(46)
如何让心身充满着爱	(48)
性生活中女性需要的是什么	(50)
女性性感区的测定结果	(52)
为什么敏感区有时不敏感	(54)
话说性生活时出现的性红晕	(55)
如何判断性生活是否过度	(56)
“性后嬉”是不可缺少的一环	(58)
精液有益于女性吗	(60)
房事后精液为什么会外流	(61)
精液过敏症是怎么回事	(63)
何谓男性的中年危机	(65)
夫妻应保持一定的距离	(67)
再婚应尽早摒弃的几种病态心理	(69)

二、性病理与性疾病的问题

何谓性功能障碍	(72)
性功能障碍是一种心身疾患吗	(76)
何谓肾亏	(78)
如何鉴别小儿阴茎短小症	(80)
何谓阴吹症和缩阳症	(82)
话说性变态行为	(84)
男孩乳房为何长硬结	(87)
何谓乳房小叶增生	(88)
如何矫治过小的女孩乳房	(90)
如何处理凹陷的乳头	(92)

哪些情况会引起乳头溢液	(94)
如何治疗女性多毛症	(95)
何谓房事晕厥症	(97)
房事要防挤压综合征	(99)
何谓外阴瘙痒症	(100)
为什么新婚期间常会早泄	(102)
过早射精可以控制自如吗	(104)
早泄的家庭治疗方法	(107)
如何医治不射精	(109)
男子性交痛是怎么回事	(111)
为什么射精时会疼痛? 如何防治	(113)
阴道痉挛是怎么回事	(115)
何谓女性前列腺肥大	(117)
前列腺与男性不育的关系	(119)
睾丸酮能增强女性性欲吗	(121)
女性生殖系统易患的肿瘤有哪几种	(123)
什么叫葡萄胎	(125)
何谓子宫内膜异位症	(127)
何谓胎儿基因疗法	(128)
中医如何治疗血精	(131)
男性更年期综合征的中西医结合治疗	(134)
非淋菌性尿道炎夫妻必须同治	(136)
性病患者的家庭如何消毒	(138)
三、性卫生与性教育的问题	(139)
接吻的喜与忧	(140)
千万不要用“性惩罚”	(143)

手淫会影响生殖器官发育吗	(146)
女性手淫的益与害	(148)
手淫与夫妻性生活	(152)
如何使乳房挺拔丰满	(154)
不必惊慌的膜样月经	(156)
男性也需“小浴”	(157)
应把老婆始终当情人	(158)
性生活中的几点注意事项	(160)
包皮过长会影响性生活吗	(162)
话说“撞红”	(164)
性生活越多越好吗	(165)
性能力与阴茎大小有关吗	(166)
口交到底好不好	(168)
哪些药物会影响性欲和性功能	(169)
如何防止中老年人的性衰老	(172)
可防性衰老的按摩疗法	(174)
能增强性功能的体操	(175)
如何度过丧偶后的危险期	(177)
小议婚前体检	(178)
为何有的少女无阴毛	(179)
如何帮女孩清洁外阴	(180)
使用性工具是否道德、是否健康	(182)
性用具不可乱用	(184)
白带怎会越治越多	(186)
丈夫性乱易致妻子患子宫颈癌	(188)
哪些病人应该节制性生活	(190)
肿瘤病人能过性生活吗	(192)

高血压患者如何过好性生活	(194)
肺结核病人能否过性生活	(196)
男人的性秘密	(198)
迟疑是性爱的大敌	(201)
不要随意“性指责”	(203)
夫妻性爱何须讲模式	(205)

四、受孕、避孕与优生优育的问题	(207)
如何选择最佳受孕时机	(208)
夏秋怀孕才是最佳时节	(210)
受孕与优生	(213)
生男生女可以自己决定吗	(216)
新婚夫妻如何避孕	(218)
嗅觉避孕的奥秘	(220)
长期口服避孕药应该补充维生素	(222)
长期服用避孕药不会致癌	(223)
“皮埋剂”取出后何时能怀孕	(225)
哺乳妇女最好选择粘液自然避孕法	(227)
哪些人不宜服用避孕药	(229)
谈一谈节育环	(231)
剖腹产时放置避孕环好不好	(234)
在什么情况下要人为地控制下一代性别	(236)
哪些基因病与性别有关	(239)
哪些遗传病可结婚但不可以生育	(241)
为何男性多天才也多傻子	(246)
为什么会生多胞胎	(247)
什么叫“寄生胎”	(249)

孕妇理应知道的数字常识	(251)
如何自行监护胎动	(252)
孕期须防菌尿症	(254)
丈夫要在妻子怀孕时尽职	(255)
夫妻血型不合容易流产吗	(256)
孕妇不宜过多 B 超检查	(258)
何种情况需要终止妊娠	(260)
怎样正确选择“人流”与“药流”	(262)
为什么说首胎人流害处多	(264)
剖宫产不宜多做	(266)
分娩后少奶或无奶怎么办	(268)
母亲在什么情况下不宜喂奶	(271)
何谓免疫性不孕	(273)
解脲支原体感染可致不育	(275)
子宫肌瘤患者仍可生育	(277)
男性不育的现状和发展趋势	(279)
人类精液质量出现滑坡	(281)
不健康的生活方式和心态对精子质量有何 影响	(282)
肥胖与男性不育	(284)
遗传变异与不育密切相关	(285)
血精与不育	(286)
男性不育的防治首先是落实治本措施	(288)
不育不孕新疗法	(289)
参考文献	(291)

一、性生理、性生活与性心理的问题



浅谈房事养生与延年益寿

房事又称“性爱”。是夫妻生活的一种正常生理和心理活动，夫妻生活甜蜜，美满，将有利于健康长寿，偕老百年。

中医把男女两性的性生活称为房事或行房，性医学或性保健的论述则称之为房中术或房中医学。古人把房事作为健康祛病、长寿养生的事情来对待，许多学者和医学家也非常注意房事养生与延年益寿的研究，且留有不少有关这方面的专著。

如长沙马王堆汉墓出土的竹简《十问》、《合阴阳》、《天下至道谈》被称为是我国最早的房事养生专著，对今天的性医学、性保健的研究，提供了非常珍贵的历史资料。

长期以来，人们存在着这样一种偏见，一提到房事的论述，就被视为淫秽之物，一谈论男女之间的性生活，就被视为不雅之举，致使许多人性知识贫乏，性欲压抑从而损害了心身健康。

古代房中术经典著作之一《素女经》中载：“黄帝问素女曰：今欲长不交接，为之奈何？素女曰：不可，夫失交接之道，故有伤残之期。”这说明女性不可长时间没有房事，性压抑是有害身体的。

唐代的房中术还特别强调，房事的目的不是淫逸纵欲，而是为了养生长寿与除病。指出通过修习房中

术可以“令人不老”和“容颜悦色”。正如古代医家葛洪的《神仙传》中载：“精气和合，故能生产万物而不穷，人能则之，可以长存。”

特别是老年夫妻，随着生活、营养和居住环境的日趋改善，锻炼身体，增强体质，大多数老年夫妻的性功能衰退并不很明显。

最近，国外医学家通过医学调查认为：“妇女的性功能并不完全受年龄所限制。”在60~65岁的妇女中约50%~71%对性生活仍保持着浓厚兴趣。78岁以上的妇女中约有19%~33%仍有性爱欲望，也并不因为绝经而影响性功能。相反，有不少妇女绝经后性欲还相对旺盛。有个别女性在绝经期间可发生性欲减退，而绝经期后又逐步恢复。故而，凡是身体没有严重疾病，又有正常性功能的老年夫妻，当受到对方“热血翻滚”的性刺激时，体内即会发生变化，而使性激素水平迅速提高，性欲增强而有性交的欲望。

与华佗同时代的古代房中术家冷寿光在“行容成公街妇人法”中说：故年有五六十岁，须发尽白而气色不减。说明古人的房事追求“令人不老”的体现，与养生长寿更有着极其密切的关系。

大家都知道，每个人在正常的生长活动过程中，体内都有各自不同的雄激素、雌激素和孕激素，这三种激素只是随着年龄的增长而各自存在着不同的分量。男性的雄激素特别是睾丸酮是性欲冲动的主要源泉。由于受到性的刺激而使性激素水平迅速增高、性欲增

强而有性交射精的欲望。但是，妇女绝经以后，卵巢功能会缓慢衰退，外阴、阴道失去雌激素的支持和营养会逐步萎缩，阴毛稀疏，皮下脂肪减少，阴唇变平，阴道口弹性减弱，阴道分泌液减少，干涩等。此时，同房时应掌握好生理过程的变化，动作宜“温文尔雅”，避免过于激动、焦虑或紧张，顺其自然而“循序渐进”，也可在妇科医师指导下，合理使用一些阴道润滑剂，必然会使性交过程自然、和谐。为此老年夫妻为了健康长寿，务必懂得房事养生与长寿的关系。汉代《抱朴子·微旨》中云：“凡服药千种，三性之养，而不知房中之术，亦无所益也。”所以古人认为“幽闭怨旷”，独身男女，常多病而损养，就是这个道理。

现代医学研究也表明：性生活可以增强机体的免疫功能，缓解疼痛，调节神经，促进心理健康。

在研究妇科一些疾病引起疼痛时，专家们还发现，性高潮能明显地增加对疼痛的耐受能力。这是因为性高潮能激发体内的内啡肽蔓延到身体各个部位，而产生类似吗啡的镇痛作用。

满意的性生活是一种强效的镇静剂，能明显驱除紧张、焦虑和不安，能使身体完全松弛。性快感是一种有效的催眠剂，能松弛神经、缓解失眠症。

夫妻间高质量的性生活，不但能治疗身体的某些病痛，而且能密切夫妻关系，增进夫妻感情，使家庭和睦温馨，使个人愉快、健康和容美，从而延年益寿。



人类性反应的奥秘

人类的性反应，从性欲被激起到消退，原来始终遵循着一个大致可分兴奋期、平台期、高潮期和消退期的“基本程序”。兴奋期是性生活的准备阶段，平台期和高潮期是性交阶段，消退期是性生活的结束阶段。

1. 兴奋期：男子的主要特征是阴茎勃起，可在接受心理性和反射性刺激 10 秒钟内发生，且可反复消退和再勃起。由于提睾肌收缩，精索和睾丸向腹腔方向提升、皱缩的阴茎绷紧，皮肤变得平滑。有的男子可见到乳头勃起。

除上述生殖器官变化外，还伴有骨盆挺直，腹直肌、胸锁乳突肌、面部肌肉以及上下肢肌肉绷紧有力，血压升高，心率加快，呼吸急促。

女子则以阴道的高度润滑为主要特征，润滑液主要是由阴道上皮分泌出的改变了的血浆渗出液和前庭大腺的分泌物组成。大阴唇、小阴唇、阴蒂、子宫因充血体积胀大，乳房充血，乳头勃起，血压上升，心率、呼吸变快，瞳孔扩大，皮肤温度升高，全身肌肉紧张。唤起性兴奋所需的时间长短不一，有时只要两三分钟，有时需几十分钟，这主要取决于男方的心理状态，精神好坏，身体状况，疲劳程度，性刺激的有效性等因素。一般而言，男子比女子容易唤起性兴奋。

2. 平台期：可看成是在兴奋期基础上的持续和进

一步加强。男子由于阴茎海绵体进一步充血，阴茎增大，变得非常坚硬挺直，阴茎头颜色变为紫红色。睾丸体积增大，向腹腔方向进一步提升，并发生特有的睾丸旋转。尿道口可见尿道球腺的粘液流出，全身肌肉强直。血压再度升高，心动过速，呼吸喘急。

女子平台期最显著的特征是阴道外 1/3 明显充血，以及环绕其外的肌肉收缩，使这一段阴道缩窄，这对进入其中的阴茎有一种“紧握”的作用。阴道粘膜变成深紫色时，子宫继续提升，不少女性全身可出现性红晕。血压再度升高，心率加快，呼吸加快加深，此时男女双方的生殖器已经完全紧贴。男子的阴茎由随意控制的缓慢抽送，逐渐进展到无法自主控制的快而猛烈的抽送，女方也往往会不由自主地调节好体位，以求扩大生殖区域的接触范围和热望增加刺激的强度，从而迅速地进入性高潮期。

3. 高潮期：它是性反应过程中最美妙最短暂的一个阶段，大约只能持续几秒钟。

男子由于高度性兴奋，阴茎更为胀大，阴茎的抽送力度加强，频率加快，紧接着就是射精。射精是精液在强大的压力下，从尿道口喷射而出的生理过程，射程可达几厘米乃至半米，射精的当时产生一种难以言喻的性快感。男子在性高潮到来的瞬间往往会有一种预感，射精后，还会感到身体和精神由高度紧张状态，突然获得缓解和松弛，随之而来的是对周围环境意识程度的下降，有的人则呼呼入睡。