

# 女性

## 從少女走向成熟

柳煙 白嵐 舒展 編譯



女性  
从少女走向成熟

知识出版社

# 女性——从少女走向成熟

柳茵 白岚 舒展编译

知识出版社出版

(北京阜成门北大街17号)

新华书店天津发行所发行 抚宁印刷厂印刷

开本 787×1092 1/32 印张 7.5 字数 150千字

1993年1月第1版 1993年1月第1次印刷

统一书号:ISBN7—5015—0868—2/R·42

定价:4.40元

# 目 录

---

---

序	1
---	---

---

第一章 女性生殖器官剖析	3
外生殖器·内生殖器·月经周期·女性的乳房	

---

第二章 你想问而又难于启齿的	17
月经通常在什么岁数来潮·乳房在什么时候开始发育·什么是性早熟症·什么是两性畸形·什么时间同房容易怀孕·怀孕期间内的性生活有害吗·剖腹产最好采用哪种麻醉方法·手淫是否有害·做爱以前的爱抚是否重要·女人是否比男人容易体验到较多的高潮呢·性冷感是如何引起的·如何判断已被强奸·怎样鉴定亲生子女·减肥药是否安全	

---

第三章 孕育生命的喜悦	39
成功日期的推算·男孩?女孩?性别判断·胎儿在母体中的成长·孕前产前检查·孕期的一些反应·当心异位妊娠·关于怀孕的传说、迷信等等	

---

---

---

---

## 第四章 你要做妈妈了 85

即将分娩的征兆·剖腹生产的必要·自然生产  
·有生命危险的婴儿·喂母乳的优点·喂母乳  
的缺点

---

## 第五章 不孕症及其治疗法 117

何时应向医生求救·诊断不孕的方法·不孕症  
的治疗方法·人工受精

---

## 第六章 不想生孩子的避孕方法 135

口服避孕法:避孕丸·口服避孕药的一些疑问·  
子宫内避孕器

---

## 第七章 青春渐逝的女人 163

什么是更年期·外表起了变化·心脏和血管疾  
病出现了·雌激素疗法不能乱用

---

## 第八章 女性专有的生理疾病 172

与月经有关的疾病·阴道疾病造成的刺激·阴  
户、膀胱和子宫受伤了·女性器官会得哪些癌症

---

---

---

---

**第九章 妇科手术真的很可怕吗** 193

扩张术和搔刮术·处女膜切开术·子宫后位矫正术·子宫切除术·卵巢切除术·输卵管切除术·乳腺癌手术·乳房割掉了怎么办

---

**第十章 流产和堕胎** 208

自然性流产·人工流产

---

**第十一章 性感·性爱·性生理** 215

处女的可贵·性的有关知识·男性生殖器官  
·不同年龄的性生活·与性有关的生理疾病  
·与性有关的心理疾病·性交困难的治疗方法

---

---

## 序

近年来,人民的生活水平及文化素质不断提高,人们对科学知识的渴求越来越强烈,他们不仅希望了解周围的进步,还希望了解“人”——从生命的产生、发育直至衰老的全过程。作为一个女人,则更希望了解自己一生的生理变化和特征,以便自重地驾驭自己。

《女性》一书正是基于广大读者的这一需求而编译出版的。本书共分十一个章节,从女性的生殖器官解剖谈起,涉及了由少女到性成熟期,由性成熟期到更年期这一较长过程中的诸方面问题,并告诉你应该怎样认识和适应女性各个时期的特征和变化。

《女性》一书既不同于正规的教科书,也不同于一般的专著,而是尽量广泛地采集信息,力争使广大读者读起来方便、易懂、实用。读过这本书,当你的青春期或性成熟期来临时,你就不会因对自己的身体变化一无所知而惶恐不安;当你进入更年期时,也不会因为在心理上毫无准备而过分忧伤。

此外,本书还向读者介绍了有关优生、不孕、避孕方式及如何对待妇科疾病和手术等多方面的知识。因此,这是一本对

读者的生活很有实际用途的较好也较全面的科普读物,是很值得一读的。

当然,本书还不能囊括女性一生的全部生理内容,希望由此开始,有更多更好的医学科普书籍问世。

天津南开医院妇科主任 吴晓多



## 第一章 女性生殖器官剖析

作为一个女人,若是不了解自己的身体,便不会真正明白自己的价值,也不会真正树立起女性的信心和自豪感,更不会在漫长的一生中理性地和科学地保护自己。而女性身体很重要的部分是生殖系统,这一部分决定了与男性的最本质的区别。下面,让我们将女性的各种生殖器官及功能,向您详细地作一介绍。



## 外生殖器

女性的外生殖器包括：阴阜、大小阴唇、阴蒂、阴道前庭、阴道和处女膜等。

### 阴 阜：

阴阜位于耻骨联合前方，呈隆起状。女性在青春期，阴阜开始生长阴毛，成熟了的女性，阴毛大致呈倒三角形分布。

### 大阴唇：

大阴唇是由阴阜开始，向下、向后扩展的左右两堆盖有皮肤的脂肪组织。一般妇女的大阴唇长约7—8厘米，宽2—3厘米，厚1—1.5厘米。在女孩或未婚女子，两侧大阴唇往往互相靠拢而完全盖没位于它们后面的组织，而经产妇左右大阴唇多数是分开的。大阴唇前上方和阴阜相连，后方则逐渐并入会阴部。左右大阴唇在后方的正中形成联合。在经产妇，大阴唇往往变得不堪触目，尤其是老年妇女，大阴唇更为萎缩。

### 小阴唇：

分开大阴唇后，可见到小阴唇。左右小阴唇由两片薄薄的组织所组成。在一般保护下，小阴唇呈湿润状，颜色微红，这里没有阴毛而有許多皮脂腺，偶有少数汗腺。小阴唇内部含有着勃起功能组织，许多血管和少数平滑肌纤维。小阴唇富有多种神经末梢，非常敏感。

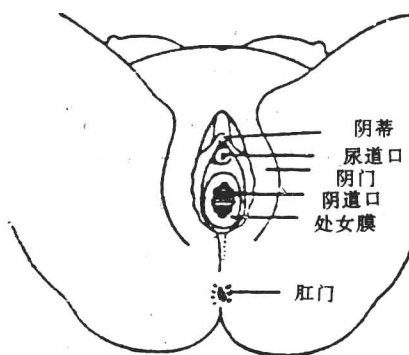
### 阴 蒂：

阴蒂是女性性动欲的主要器官，是性兴奋的发源地。性高潮的产生必须有适当的阴蒂刺激。阴蒂相当于男性的阴茎，只

是比阴茎小得多。阴蒂是个小型管状物,位于小阴唇的前方,与小阴唇的皱褶联合,形成一个系带。阴蒂的神经分布极为丰富,相当于同体积阴茎的三倍,当它受到性刺激的时候,与男人的阴茎极为相似,也会充血,变硬,并勃起挺立。

每个女人的阴蒂大小不尽相同,长度大约很少超过2厘米。也和男性的阴茎相同有包皮,由一个阴蒂头、阴蒂体和两只阴蒂脚组成。在受到性刺激时,只有阴蒂头尖端会突上来。一般阴蒂游离端指向内下方,朝着阴道口。

阴蒂是女性生殖器官中最富于性敏感的部分,在女性性高潮中扮演极为重要的角色。



女性外生殖器官

## 前庭和前庭球：

前庭是指左右小阴唇所包围的长圆形区域，在前庭的前面有阴蒂，后方则以小阴唇联合为界。在前庭的范围内有尿道口、阴道和左、右前庭大腺及状窝。与前庭密切相关的是前庭大腺，直径为 0.5——1 厘米，位于前庭下方阴道口的左、右两侧。它们的出口管长 1.5——2 厘米，开口于前庭的两侧，正好在阴道口两缘之外，在性交的刺激下，腺体分泌出粘液样分泌物，以资润滑。

前庭球位于前庭两侧粘膜下的一对聚集体，长 3—4 厘米，宽 1—2 厘米，厚 0.5—1 厘米。前庭球的下端，一般处于阴道口的中部，而其前端则向上朝着阴蒂伸展。在分娩时容易受到损伤而造成外阴血肿甚至大量出血。

## 处女膜：

处女膜位于尿道口下面，它是一层薄膜，附着于阴道口上，并将阴道前庭与阴道分开。通常情况下，处女膜完整，表示该女性是个处女，已经发生过性关系的人，则处女膜破损。但性交并不是处女膜破裂的唯一原因。剧烈的运动和经常手淫，均能使处女膜破损。极少数的女性，天生没有处女膜。另有一类女性，处女膜完全覆盖住阴道口，它的主要现象是使经血滞留，性交受阻，对于这种情况，在青春期前或青春期刚开始时，必须动外科手术矫正，否则，月经开始来潮时，经血堵在阴道内，会引起严重的腹胀疼。

正常女性的处女膜不是完全遮住阴道口的，薄膜中央有一个小到如针尖，大到手指粗细的小孔，此开口往往呈新月形或圆形，但也偶尔呈筛状。处女膜多数是在第一次性交时被撕

破，往往伴有少量出血（有的女性处女膜虽然破裂，但并不流血），但刺激和兴奋会遮去许多痛苦（被强暴者除外）。当女性生过第一个孩子后，处女膜再度受到破坏，并留下疤痕。

## 内生殖器

### 阴道口：

阴道口位于前庭的后半部，其形状大小可因人而异。在处女，阴道口往往被小阴唇所盖没，如果推开小阴唇，则可见阴道口几乎完全被处女膜所封闭。在性高潮时，阴道口能产生有节奏的收缩，提高性刺激。

### 阴 道：

阴道是女性的生殖管道，由阴道口开始，一直延伸到子宫颈开口，阴道的长短因人而异，阴道前壁要比后壁稍短，前壁为6—8厘米长，后壁为7—8厘米。阴道的作用不可轻视，阴道可以被称谓是子宫的排泄管道，经过阴道，子宫排出经血。它也是女性的性交器官，同时又是男性精液的容器及分娩时胎儿排出的必经之路。阴道的伸缩性很大，在性交过程中，阴道可伸长，扩张，充血，因此带来性快感。在足月妊娠时，它可以扩张到足以使正常足月胎儿顺利娩出，而产褥期间，它又能逐渐恢复到产前状态。

阴道的内壁还能分泌一种乳酸，能保护阴道不致受到外来的细菌侵害。因为这种乳酸对男性的精子有害，所以在性交时，由于精液的影响，乳酸会暂时无效。

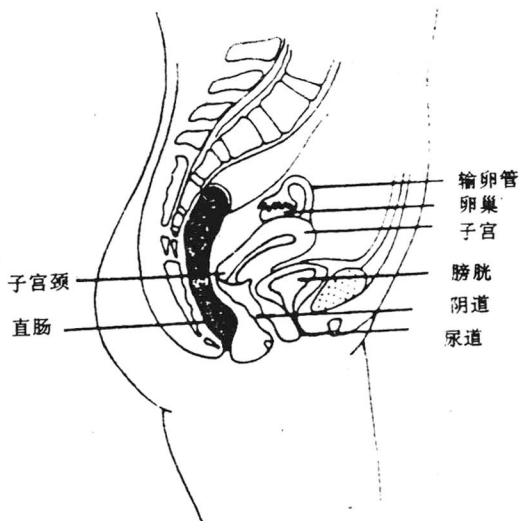
虽然阴道内壁没有很多感觉神经末梢，但是，性刺激时所

产生的肌肉收缩,会带来高度的愉悦。

## 子 宫:

子宫是以肌肉为主组成的器官,位于盆腔内阴道的尾端,处于膀胱和直肠之间,它的下端伸入阴道。被一些具有高度弹性的韧带支持着。它的形状像梨。一个未怀孕的女性,子宫的长度很少超过8厘米的。它能够生成月经,接受受精卵,孕育胎儿。另外,经由子宫本身的收缩,女性会获得某种程度的快感。

子宫由宫颈和宫体所组成。子宫颈略微伸进阴道中,较硬。若用手指碰触,就觉得它很像鼻尖。在性交时,刺激此部位也能增加夫妻双方的快感。在子宫颈上方,就是子宫体,它的内部像个三角形。子宫并不是和阴道位于一直线上,而是略微向前倾。



子宫内膜每个月都会发生周期性剥脱，而形成了月经周期。在周期之初，子宫内膜开始增厚，而在周期之末，内膜就剥落了，形成了月经。

## 卵 巢：

女性有两个卵巢，卵巢是女人的性腺，位于下腹部盆腔内，在输卵管下方，左右各一。卵巢有些像杏仁，大约 2.5 厘米左右。最重要的功能就是制造卵子，分泌女性激素。这种激素有助于维持女性的第二特征，使月经规则化，并帮助怀孕。

卵巢分泌出的其中一种女性激素是雌激素，对于发育和维持女性性特征，负有极大责任。在青春期——女孩子通常是 12——25 岁，脑中的脑下垂体放出讯号，卵巢则开始制造充分的雌激素，使乳房变大，生殖器变成熟。

雌激素还能形成高音阶的女声，使皮肤变得细腻柔滑，使肩部和上臀部有了柔软的脂肪组织。雌激素更能促进子宫内膜周期性变化，产生月经。

卵巢制造的另一种激素是孕激素。这种物质只有在月经周期后半期才会分泌。卵巢排出卵子后，形成黄体，它才会大量分泌出来。孕激素会改变子宫内膜，使它能接待受精卵，当卵子受精了，就会种植在子宫内壁上。在维持正常的怀孕时，孕激素也是极为重要的。

另外，它能使子宫内膜健康，这样，发育中的胎儿才能获得所需要的营养。同时，孕激素能防止再度的排卵，它能使别的受精卵不致侵入子宫，让子宫成为孕育胎儿的天下。

除了这两种激素的功用，卵巢还负责制造成熟的卵子。一个女孩出生时，卵巢中含有几千万个原始的卵子。这些卵子被

一些小的被囊包裹着，躺在卵巢的表面。这些原始的小泡在妇女一生中，无时不有成批地在生长中，但是 99.9% 以上都是在开始发育后不久即相继衰萎消亡，仅在青春期开始后，生育年龄时期，保留下来的这些原始的卵细胞才开始活跃继续完成卵泡的发育成熟和排卵。一个妇女一生中只有 300—400 个卵细胞成熟；为什么同时有 8—10 个卵泡发育，而一般只有 1—2 个卵泡的卵子成熟并排卵，而其余的都在发育过程中萎缩了呢？截至目前，这仍然是一个谜。

原始的卵细胞一直都是静静地躺着，直到青春期开始，卵泡开始发育。卵泡在发育过程中，不但卵泡液增多，体积增大，而且卵泡渐移向卵巢的表面，最后突出于卵巢的包膜上，当突出于卵巢表面的卵泡完全成熟，并达到 10 毫米直径时，发生卵膜和卵巢包膜的溶解和破裂，卵泡液出来，成熟卵就从针孔般的小洞钻了出来，称为排卵，排卵一般发生在 28 天的月经周期中间，或月经前 14 天左右。通常，每个月只有一个卵子成熟，但也可能有两个卵子成熟，因而造成了双卵双胎。

### 输卵管：

卵巢中排出的卵子直径只有 200 微米大小，尽管如此，它仍然是人体中最大的细胞，卵细胞大而缺乏活动能力，那么它是怎么进入输卵管的？并在输卵管中受精的呢？这就是那些像伞状的输卵管的功劳了。人体有两条输卵管，每根输卵管长 8—14 厘米之间，自子宫的两角部伸展至两侧卵巢。输卵管不是静止的管道，而是一个有活动能力的结构，除输卵管壁肌肉有蠕动能力外，微端有一条肌肉与卵巢外端相连，此肌肉收缩时可使卵巢与输卵管接近。同时，卵巢冠中的一层肌肉，能将



卵巢提高,使后者接近输卵管。排卵期,在雌激素的影响下,输卵管变成了弓形,微端有规律地在卵巢表面前后移动,适时地将精子吸入输卵管。

每根输卵管包含一层薄薄的外衣,一个肌肉层和一个内部粘膜层,肌肉层经常有节奏地收缩,最大收缩率和强度发生在卵转送时,在粘膜层内,具有一些很细的纤毛,就像被风吹动的草浪,将卵子一步步推向前进。在输卵管内的纤毛运动与管壁肌肉活动的互相协同下,使卵子一步步被送到壶腹部与峡部连接点,卵子从卵巢排出约需8—10分钟,然后被吸入输卵管而送到壶至峡部连接点。如果卵子在排出24小时内遇到精子就能在此受精,如果48小时以上未受精,卵子就会死亡、溶化、消失。如果卵子受精了,就会继续它通往子宫的旅程(这个旅程大约五或六天),然后在子宫内壁上着床。

## 月经周期

所谓月经周期,是从每个月的月经来潮第一天算起,周期中间大约是排卵期,最后是子宫内膜脱落,即月经来潮。子宫内膜的改变和卵子的发育有关。当卵子经由输卵管,缓缓向子宫推进的当儿,子宫内膜正在大事准备,以迎接卵子,安置卵子,及在怀孕期间养育卵子。

如果卵子在通过输卵管时没有受精,也许还不到子宫,卵子就消失了。不论何种情形,一个未受精的卵子不可能留存下来。在大多数的月份中,子宫内膜为迎接受精卵的活动都是徒劳无功的。