



主编 卓文

现代家庭幸福密码丛书

# 新婚指南

婚恋家庭生活必备手册



上海科学技术文献出版社

现代家庭幸福密码丛书

# 新婚指南

主编 卓文



上海科学技术文献出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

新婚指南 / 卓文主编. — 上海: 上海科学技术文献出版社, 2004. 5

(现代家庭幸福密码丛书)

ISBN 7-5439-2304-1

I. 新… II. 卓… III. ① 结婚—基本知识 ② 性知识 IV. ① C913.13 ② R167

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第022422号

策 划: 卓越公司

责任编辑: 忻静芬

---

## 新 婚 指 南

主 编: 卓 文

出版发行: 上海科学技术文献出版社(上海市武康路2号 邮政编码200031)

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京市燕山印刷厂

开 本: 850×1168 1/32

印 张: 11

字 数: 275千字

版 次: 2004年5月第1版 2004年5月第1次印刷

书 号: ISBN 7-5439-2304-1/R·622

定 价: 16.00元

---

# 总 序

家庭是社会的细胞，家庭的健康、幸福，关系着整个社会文明与人类的兴旺。有哪一位父母不希望自己的儿女聪明健康？哪一个儿女不希望自己的父母健康长寿？哪一位女士不希望自己的丈夫身强体壮？哪一个男士不希望自己的妻子美颜长驻……这套“现代家庭幸福密码”系列丛书正是根据现代家庭中人们的这一实际需要而策划编著的。

健康来自于日常的保健，而日常保健中最重要的一点就是日常饮食。因此，本套丛书的第一个方面本着实用性强、简便易行、科学有效的原则，向每一位读者全面介绍生活中常见疾病的饮食疗法。其中包括：《小儿常见病饮食疗法》、《妇女常见病饮食疗法》、《中老年人常见病饮食疗法》、《一般常见病饮食疗法》和《日常生活保健方》5个分册。每一分册均以浅显的文字，讲解了各饮食方的制作方法。为了让读者更加全面了解饮食方中各主料的功效及适用病症，各分册均详尽地介绍了各方中所有主料的药性及药用价值。

从指导家庭健康生活的角度考虑，本套系列丛书的第二个方面就新婚、育儿等相关的内容作了较为全面的阐述和指导。包括《新婚指南》和《育儿宝典》。为了丰富大家的生活，增添情趣，我们还介绍了喝茶与健康的相关知识，即《喝茶与健康》一书。

英国大作家叔本华说：“人类所能犯的最大错误就是拿健康来换取其他身外之物！”所以，健康应当引起我们的高度重视。我们相信这一套集科学性、实用性、收藏性于一身的丛书，定会  
使读者受益无穷。

本丛书在编写过程中难免出现一些错误，还望广大读者朋友提出宝贵的意见或建议，为了我们大家的健康，共同努力。

编者

2004年1月



# 前 言

新婚，对许多人来说，是一生中最为难忘的事情，是男女青年从相识、相知、相恋、相爱乃至共同走进神圣的婚姻殿堂的见证。它不仅仅是一个人“真正成熟”的标志，而且是一个人在走出家庭、踏入社会后，由单身主义者到共筑爱巢的转折。

燕尔新婚，一对相爱的新人终于能日夜相伴，心中自然充满了幸福。然而，结婚是一个人的终身大事，其程序有时也显得非常繁琐，无论哪一个环节出现了问题，都会留下遗憾。为了帮助即将步入新婚殿堂的新郎新娘更好地筹划婚礼，解决结婚过程中可能出现的问题，我们编写了这本《新婚指南》。

该书涉及的内容非常广泛，包括：婚前登记、婚礼筹备、新婚购物、蜜月旅行、两性知识、新婚避孕、新婚保健及家庭生活等方方面面，希望能为读者朋友提供帮助。

新婚是幸福的、甜美的，我们衷心祝愿天下所有的有情人拥有理想的伴侣，拥有幸福美满的婚姻！

限于编写人员的水平，书中难免存在缺点和不足之处，恳请广大读者批评指正。

联系网址：<http://www.china-ebooks.com>

编 者

2004年1月

## 目 录

<b>一、结婚登记</b> .....	1
1. 你知道如何进行结婚登记吗.....	1
2. 结婚需具备什么条件.....	1
3. 结婚登记需携带哪些证明.....	2
4. 婚前体检有什么好处.....	3
5. 婚前体检主要针对哪些疾病.....	4
6. 婚前体检应该注意哪些事项.....	5
7. 如何填写结婚登记申请书及结婚登记表.....	6
8. 哪些人不能结婚.....	7
9. 哪些人可以结婚但不宜生育.....	7
10. 什么是直系和旁系血亲.....	8
11. 患有哪些疾病应暂缓结婚.....	8
12. 军婚有哪些规定.....	9
13. 涉外结婚的程序.....	10
<b>二、共筑爱巢</b> .....	12
1. 什么是理想的住宅.....	12
2. 如何设计你的新居.....	14
3. 如何做好住宅装修预算.....	15
4. 美化家居如何省钱.....	17
5. 签订装修合同应注意什么.....	18
6. 如何精选陶瓷砖.....	20
7. 如何巧妙装修厨房.....	20
8. 如何设计小居室.....	22

- |                           |           |
|---------------------------|-----------|
| 9. 如何确定居室的色彩 .....        | 23        |
| 10. 怎样用光源与色彩烘托客厅格调 .....  | 24        |
| 11. 如何清洁保养实木地板 .....      | 25        |
| 12. 装修过后应晾置多久搬入 .....     | 26        |
| <b>三、新婚购物 .....</b>       | <b>28</b> |
| 1. 如何选购家具 .....           | 28        |
| 2. 如何选购西式古典家具 .....       | 29        |
| 3. 如何选购布质家饰 .....         | 31        |
| 4. 如何选择好床垫 .....          | 32        |
| 5. 如何挑选艺术品和古董 .....       | 33        |
| 6. 如何挑选窗帘美化家居 .....       | 34        |
| 7. 如何巧妙搭配桌巾 .....         | 36        |
| 8. 如何准备婚礼礼服 .....         | 38        |
| <b>四、婚礼筹备 .....</b>       | <b>40</b> |
| 1. 如何选定佳期 .....           | 40        |
| 2. 如何做一个照片美人 .....        | 41        |
| 3. 婚事操办如何得体 .....         | 43        |
| 4. 婚礼筹备中的困难 .....         | 44        |
| 5. 婚礼有哪些常见形式及程序 .....     | 46        |
| 6. 婚礼上有何礼仪 .....          | 52        |
| 7. 婚宴有哪些形式 .....          | 53        |
| 8. 如何用有限的预算办出一场精美喜宴 ..... | 55        |
| 9. 如何安排婚宴 .....           | 56        |
| 10. 如何应付婚宴 .....          | 57        |
| 11. 如何拟定客人名单 .....        | 58        |
| 12. 如何安排婚礼迎亲礼车 .....      | 59        |
| 13. 如何选择伴郎 .....          | 61        |



14. 如何选择伴娘 .....	62
15. 婚礼筹备“十不要” .....	63
16. 婚礼迎娶“十关” .....	65
17. 你知道婚典风俗吗 .....	67
18. 怎样答谢红娘 .....	69
19. “回门”有何礼节 .....	70
<b>五、两性知识 .....</b>	<b>71</b>
1. 男性的生殖器官有哪些 .....	71
2. 女性的生殖器官有哪些 .....	74
3. 男子性成熟有哪些特征 .....	77
4. 女子性成熟有哪些特征 .....	78
5. 什么是性欲和性兴奋 .....	78
6. 性行为中男女有何不同 .....	80
7. 性生活分为哪几期 .....	81
8. 性生活有益处吗 .....	83
9. 正常性生活须具备什么条件 .....	85
10. 什么是性早熟 .....	88
11. 什么是青春期延迟 .....	89
12. 为什么有些女子没有阴毛 .....	90
13. 什么是月经 .....	92
14. 月经与性欲有关系吗 .....	93
15. 什么是痛经 .....	95
16. 什么是经前期紧张症 .....	95
17. 你了解处女膜吗 .....	96
18. “石女”是怎么回事 .....	97
19. 什么是性变态 .....	98
20. 如何正确看待手淫 .....	100



21. 为何不要早婚早育 .....103
22. 血型与性有何关系 .....104

## 六、洞房花烛 ..... 106

1. 新婚之夜, 你该知道什么 .....106
2. 新婚之夜如何面对“害羞”的妻子 .....107
3. 你知道这些洞房游戏吗 .....109
4. 闹洞房你能从容过关吗 ..... 111
5. 新婚之夜应该做好哪些生理准备 .....112
6. 新婚之夜应该做好哪些卫生准备 .....114
7. 怎样才能激起配偶的性兴奋 .....115
8. 初次性交应该注意什么 .....118
9. 如何明白对方的性暗示 .....120
10. 怎样才能达到性和谐 .....122
11. 如何看待妻子的呻吟 .....125
12. 你知道女性性交姿势吗 .....126
13. 怎样使性敏感区更好地发挥其作用 .....131
14. 如何过好新婚之夜 .....132
15. 性爱练习 10 部曲 .....136

## 七、新婚解疑 ..... 140

1. 不长阴毛会影响性生活吗 .....140
2. 乳房幼小会影响性生活和婚孕吗 .....141
3. 第一次性交若阴道大出血怎么办 .....141
4. 性交后外阴为何发痒 .....142
5. 性交后为何会出现腹痛 .....144
6. 新娘晕厥怎么办 .....145
7. 新娘常见性误区有哪些 .....145
8. 初夜都会“见红”吗 .....148

9. 什么是早泄.....149
10. 什么是阳痿.....150
11. 什么是不射精.....151
12. 什么是逆行射精.....151
13. 怎样看待遗精.....151
14. 如何治疗和克服早泄.....154
15. 阴茎长时间勃起怎么办.....156
16. 阴茎大小与性功能有关吗.....159
17. 包茎及包皮过长有何害处.....161
18. 阴茎头包皮炎是怎样引起的, 如何治疗.....162
19. 发生包皮嵌顿怎么办.....163
20. 尿和精液会同时排出来吗.....163
21. 射精后为什么会感到疲劳.....165
22. 为何新婚之夜性交失败.....166
23. 发生血精怎么办.....167
24. 做爱时能亲吻乳头吗.....170
25. 亲密接触后喝点什么好.....170
26. 亲密接触后为何不宜马上洗冷水澡.....171
27. 性生活安排在晚上还是清晨好.....171

## 八、蜜月之旅.....173

1. 蜜月行程如何安排.....173
2. 蜜月之旅多长时间为好.....177
3. 蜜月之旅如何预算.....178
4. 衣食住行如何安排.....178
5. 旅途中常见病有哪些, 如何防治.....180
6. 旅途中患病如何进行应急处理.....182
7. 旅游途中如何进补.....183



8. 什么是新婚蜜月病.....184
9. 如何预防“蜜月病”.....186
10. 长途旅行小药箱.....186

## 九、新婚保健.....189

1. 新婚期间饮食要注意哪些.....189
2. 新婚夫妇的营养品有哪些.....190
3. 新娘的饮食应注意些什么.....197
4. 男性生殖器官先天性疾病有哪些.....198
5. 男性生殖器官感染性疾病有哪些.....200
6. 男性生殖器官结核性疾病和肿瘤有哪些.....201
7. 男性生殖器官损伤性疾病有哪些.....203
8. 男性生殖器官疾病还有哪些.....204
9. 男性疾病与全身疾病有什么关系.....206
10. 女性生殖器官先天性疾病有哪些.....208
11. 女性生殖器官炎症性疾病有哪些.....209
12. 女性生殖器官还有哪些常见疾病.....212
13. 女性生殖器官肿瘤都有哪些.....213
14. 女性生殖器官损伤性疾病有哪些.....216
15. 如何做好男性生殖器官的卫生.....217
16. 如何做好女性生殖器官的卫生.....217
17. 女性的乳房如何护理.....219
18. 如何通过饮食增强性功能.....220
19. 如何使用药膳增强性功能.....222
20. 什么是性病与性传播疾病.....223
21. 新婚期间如何用药.....224
22. 如何避免性交中的意外伤害.....225
23. 女性性功能保健包含哪些内容.....227



- |                        |     |
|------------------------|-----|
| 24. 外阴、阴道损伤的原因是什么      | 232 |
| 25. 外阴、阴道损伤怎么办         | 233 |
| 26. 男性性欲低下如何调理         | 234 |
| 27. 男性性欲亢进如何调理         | 236 |
| 28. 什么是女性性高潮障碍         | 238 |
| 29. 妊娠对女子的性欲有什么影响      | 240 |
| 30. 如何合理安排妊娠期间的性生活     | 240 |
| 31. 分娩、人工流产后何时可以过性生活   | 241 |
| 32. 患急慢性病期间是否可以过性生活    | 243 |
| 33. 冠心病患者如何安排性生活       | 243 |
| 34. 卵巢切除后会不会影响性生活      | 244 |
| 35. 输精管或输卵管结扎后会不会影响性生活 | 245 |
| 36. 饮酒和吸烟对性功能有什么影响     | 245 |
| 37. 肥胖对性功能有什么影响        | 247 |
| 38. 夫妻如何按摩             | 248 |
| 39. 运动对性生活有何影响         | 249 |
| 40. 性冷淡如何进行自我训练        | 249 |

## 十、新婚禁忌 251

- |            |     |
|------------|-----|
| 1. 忌酒后性生活  | 251 |
| 2. 忌经期性生活  | 251 |
| 3. 忌过分开玩笑  | 252 |
| 4. 忌随意猜疑   | 253 |
| 5. 忌性爱惩罚   | 253 |
| 6. 忌房事太长   | 254 |
| 7. 忌社交过频   | 255 |
| 8. 忌争吵过频   | 256 |
| 9. 妻子忌吃“醋” | 256 |



- |           |     |
|-----------|-----|
| 10. 丈夫忌多心 | 257 |
| 11. 忌百依百顺 | 258 |
| 12. 忌反唇相讥 | 258 |
| 13. 忌唠叨不止 | 259 |
| 14. 忌求全责备 | 260 |
| 15. 忌矛盾外扬 | 260 |
| 16. 忌缺乏交流 | 261 |
| 17. 忌缺乏责任 | 262 |
| 18. 忌家庭封闭 | 262 |

## 十一、新婚避孕 264

- |                  |     |
|------------------|-----|
| 1. 何时为最佳孕龄       | 264 |
| 2. 什么是受孕         | 264 |
| 3. 什么是不孕         | 265 |
| 4. 什么是避孕         | 266 |
| 5. 怎样知道怀孕了       | 267 |
| 6. 避孕原理是什么       | 268 |
| 7. 男性常用的避孕方法     | 269 |
| 8. 女性常用的避孕法      | 269 |
| 9. 新婚采用哪种避孕方法比较好 | 270 |
| 10. 怎样使用口服避孕药品避孕 | 271 |
| 11. 怎样使用外用避孕器具   | 273 |
| 12. 什么是紧急避孕法     | 274 |
| 13. 如何使用避孕套避孕    | 276 |
| 14. 体外排精避孕法有何弊与利 | 277 |
| 15. 特殊情形如何避孕     | 279 |
| 16. 什么是哺乳避孕法     | 282 |
| 17. 哪些药物可引起避孕药失效 | 283 |

18. 怎样使用外用杀精药具·····	283
19. 怎样进行安全期避孕·····	284
20. 乳胶保险套过敏如何解决·····	287
21. 未婚先孕有什么危害·····	287
22. 已经发生了未婚先孕如何处理·····	288
23. 如何避免未婚先孕·····	289
24. 如何选择最佳受孕时间·····	290
25. 什么叫“人流综合征”，如何预防·····	291
26. 已有子女的夫妻如何避孕·····	292
<b>十二、家庭生活·····</b>	<b>294</b>
1. 妻子应注意的问题·····	294
2. 丈夫应注意的问题·····	295
3. 如何维持美满的婚姻·····	296
4. 如何获得美满协调的性生活·····	298
5. 如何解决夫妻吵架·····	299
6. 怎样打破争吵后的僵局·····	301
7. 如何正确看待婆媳关系·····	302
8. 做好怀孕的心理准备了吗·····	304
9. 什么是优生，为何要优生·····	306
10. 怎样才有利于优生·····	306
11. 妻子孕前丈夫应注意什么·····	308
12. 怎样防止“性衰老”·····	309
13. 女性成功结婚手册·····	310
<b>附录一·····</b>	<b>313</b>
一、中华人民共和国婚姻法·····	313
二、中式婚姻习俗·····	320
三、西式婚礼礼仪·····	322





四、结婚纪念日	322
五、婚礼请柬写法	323
六、证婚词范本	324
七、父母致词范本	325
八、婚嫁祝词	325
九、婚礼用花大全	326
十、婚礼用曲大全	327

## 附录二

一、婚礼筹备人员名单	329
二、筹备工作清单	330
三、婚礼重要事项进度记录表	331
四、婚礼支出预算表	332
五、婚礼蜜月出行预算表	333



## 一、结婚登记

### 1. 你知道如何进行结婚登记吗

要结婚了，你知道具体的程序是什么吗？一般来说要经过以下几步：

第一步，申请结婚的当事人，首先要确认办理婚姻登记的机关。内地居民办理婚姻登记的机关是县级人民政府民政部门或者乡（镇）人民政府。

第二步，申请结婚的当事人持户口簿、身份证到男女一方常住户口所在地的婚姻登记机关（涉外婚姻登记地详见第10页“涉外结婚的程序”），用黑墨水钢笔填写《结婚登记申请表》，并交纳结婚证工本费。一定要两个人亲自到场，因为不仅要签名，还要按手印，所以必须同时到才可以。

第三步，建议到医院进行体检。可不要轻易地“省”去这一步，要知道这既是优生的先决条件，也是对自己进行一次全面系统的健康检查，不要有太多顾虑！

第四步，婚姻登记机关接到申请后，逐项审查当事人是否符合结婚条件。譬如：双方有没有达到法定婚龄，是否有疾病等。

第五步，经过审查符合《中华人民共和国婚姻法》中有关结婚的相关规定的准予登记，就可以领到那一张大红的结婚证书了。

结婚登记，是婚姻有效的必要程序，是结婚仪式无法代替的。

### 2. 结婚需具备什么条件

根据2001年4月28日修订的《中华人民共和国婚姻法》（以