



权威 + 实用

著名留美学者  
安劬教授审定

张忠元 安劬 主编

# 性知识 必读

XINGZHISHI BIDU

中国妇女出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

性知识必读/张忠元, 安劬主编. —北京: 中国妇女出版社, 2004.6

(21 世纪健康丛书)

ISBN 7-80131-970-2

I. 性… II. ①张…②安… III. 性知识-基本知识 IV. R167

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 023361 号

## 性知识必读

---

作者: 张忠元 安劬 主编

出版: 中国妇女出版社出版发行

地址: 北京东城区史家胡同甲 24 号 邮政编码: 100010

电话: (010) 65133160 (发行部) 65133161 (邮购)

网址: [www.womenbooks.cn](http://www.womenbooks.cn)

经销: 各地新华书店经销

印刷: 北京皇家印刷厂

开本: 850×1168 1/32

印张: 11.125

字数: 140 千字

版次: 2004 年 6 月第 1 版

印次: 2004 年 6 月第 1 次

印数: 1—8000 册

书号: ISBN 7-80131-970-2/R·108

定价: 15.00 元

---

版权所有 违者必究 (如有印装错误, 请与发行部联系)



# 目 录

1	第一章 性与生殖
3	女性外生殖器的构成
6	女性内生殖器的构成
8	男性生殖器的构成
9	射精过程
9	孕育胎儿需要哪些基本条件
11	精子是怎样产生的
12	卵子是怎样产生的
13	精液的作用及构成
13	正常精液的医学标准
16	前列腺在生殖过程中的作用
18	附睾的功能是什么
22	什么是处女膜
23	什么是月经
24	什么是性激素
26	雌激素的生理功能有哪些
27	孕激素有哪些作用
28	怎样才能怀孕
30	什么是受精与着床
30	胎膜有哪些作用
31	胎盘有哪些作用
34	脐带有哪些作用
35	羊水有哪些作用
37	第二章 性生活与生育
39	性欲是怎样产生的



怎样正确判断自己的性功能	41
影响男性性生活的习惯有哪些	43
头发少是否影响生育能力	44
男人的性欲比女人强吗	45
性欲不协调的夫妻要多沟通	46
男性在性生活中应注意哪些问题	49
女性在性生活中“叫床”的原因	51
哪些因素影响性欲的强弱	52
心理疲劳影响性能力	54
性衰老有哪些表现	55
哪些食物能增强男性性功能	56
过好新婚之夜的性生活要注意些什么	62
新婚性生活处女膜破裂出血怎么办	64
新婚夫妇初次交合不成功的原因有哪些	65
改变性交姿势能提高性生活质量	67
爱抚阴蒂的技巧	69
什么是G点	71
男性最敏感的性器官是什么	71
如何增加对丈夫的性吸引力	72
妻子到底需要什么	75
如何增加夫妻生活的趣味	77
夫妻双方进行性交流的技巧	79
男女性爱观的异同	82
哪些性交体位容易受孕	84
性敏感区并非只有性器官	85

# 目 录

86	·····	正常的性交时间是多长
86	·····	延长性交时间的方法
88	·····	视觉对性生活的影响
88	·····	性心理卫生体现在哪些方面
90	·····	性交前应做准备工作
91	·····	性快感是怎么回事
92	·····	尿液与性生活的关系
94	·····	禁欲对性生活的影响
94	·····	饮酒后不宜性交
95	·····	男性怎样对性器官自我保健
97	·····	阴茎多大才算正常
98	·····	阴茎大小与哪些因素有关
98	·····	阴茎的大小对性生活有无影响
99	·····	阴茎过于短小与哪些因素有关
101	·····	阴茎过于短小怎么办
102	·····	阴茎过大怎么办
103	·····	阴茎在勃起时弯曲是病吗
104	·····	阴茎会萎缩吗
105	·····	什么是睾丸扭转
107	·····	为什么双侧睾丸的大小不一样
108	·····	睾丸缺失怎么办
110	·····	阴毛稀少会影响性生活吗
111	·····	什么是手淫
112	·····	过度手淫有何危害
113	·····	怎样才算手淫过度



手淫会不会影响性生活 .....	114
性幻想是病态吗 .....	116
哪些人需要做性心理咨询 .....	117
怎样接受性心理咨询 .....	118
性交会不会造成生殖器损伤 .....	119
什么是遗精 .....	122
遗精会不会影响身体健康 .....	123
男性需要进行性保健运动 .....	123
性交时阴道不够润滑是怎么回事 .....	125
性交次数太频繁会使阴道扩张吗 .....	126
服用“伟哥”有何后遗症 .....	126
<b>第三章 性保健与生殖健康</b> .....	<b>129</b>
男性常见性功能障碍有哪些 .....	131
男性性功能障碍的常见症状 .....	132
什么是男性勃起功能障碍 .....	133
勃起功能障碍发生的原因 .....	134
偶发性勃起困难是否需要就医 .....	136
患有高血压的 ED 患者怎么办 .....	138
怎样区分器质性和精神性勃起功能障碍 .....	139
性功能障碍会不会遗传 .....	140
什么是阳痿 .....	141
什么是阴茎异常勃起 .....	145
什么是早泄 .....	146
早泄的治疗方法 .....	147
早泄是不是性功能障碍 .....	148

# 目 录

150	.....	什么是逆行射精
151	.....	逆行射精怎样诊断
152	.....	逆行射精怎样治疗
153	.....	不射精意味着什么
155	.....	什么是原发性不射精
157	.....	什么是继发性不射精
159	.....	如何治疗不射精
162	.....	发生包皮嵌顿怎么办
162	.....	什么是男性精索静脉曲张
163	.....	什么是血精
164	.....	出现血精后怎么办
166	.....	什么是阴茎海绵体折断
167	.....	男性易患哪些性器官疾病
168	.....	性交后下体瘙痒的原因
169	.....	何谓“蜜月病”
171	.....	房事劳伤怎么办
171	.....	房事劳伤的类型
172	.....	饮食疗法
172	.....	药膳疗法
174	.....	其他疗法
175	.....	什么是女性性高潮障碍
176	.....	女性性高潮障碍的类型有哪些
178	.....	女性性高潮障碍的原因
181	.....	如何治疗女性性高潮障碍
183	.....	克服性高潮障碍怎样同丈夫进行交流





与性生活有关的妇科疾病 .....	186
什么是阴道痉挛 .....	188
如何分辨阴道分泌物是否正常 .....	190
肥皂水能否用来清洁阴道 .....	191
常见的阴道炎症有哪些 .....	192
阴道异常出血意味着什么 .....	194
女性怎样预防出现宫颈糜烂 .....	196
怎样判定外阴的癌变信号 .....	197
什么是男性性欲异常 .....	198
如何治疗男性性欲低下 .....	199
什么是性虐待狂 .....	201
什么是性焦虑 .....	202
<b>第四章 性传播疾病与生育</b> .....	<b>205</b>
什么是性病和性传播疾病 .....	207
性传播疾病的范围 .....	208
性病的传播途径 .....	209
性病为何影响生育能力 .....	210
容易与性病混淆的疾病有哪些 .....	211
性病病症只出现在生殖器上吗 .....	213
龟头常见哪些病 .....	215
阴部有异常就是性病吗 .....	217
什么是梅毒 .....	219
梅毒是如何分期的 .....	220
一期梅毒有哪些主要特点 .....	221
二期梅毒有哪些主要症状 .....	222

# 目 录

- 226 ..... 三期梅毒有哪些主要症状
- 226 ..... 凡是梅毒都具有传染性吗
- 228 ..... 怎样才能杀灭梅毒螺旋体
- 229 ..... 患上梅毒后怎么办
- 230 ..... 怎样预防患上梅毒
- 231 ..... 什么是淋病
- 232 ..... 淋病细菌是如何传播的
- 233 ..... 患上淋病后怎么办
- 234 ..... 孕妇患淋病对胎儿有影响吗
- 235 ..... 什么是尖锐湿疣
- 237 ..... 尖锐湿疣的传播途径
- 239 ..... 尖锐湿疣的临床表现
- 241 ..... 尖锐湿疣怎样诊断
- 243 ..... 尖锐湿疣怎样治疗
- 246 ..... 什么是生殖器疱疹
- 247 ..... 什么是非淋菌性尿道炎
- 248 ..... 什么是软性下疳
- 249 ..... 什么是性病性淋巴肉芽肿（第四性病）
- 250 ..... 什么是单纯性疱疹病
- 250 ..... 什么是艾滋病
- 251 ..... 艾滋病有哪些临床症状
- 253 ..... 艾滋病可怕吗
- 254 ..... 艾滋病的潜伏期有多长
- 255 ..... 为什么要规范自己的性行为
- 256 ..... 感染艾滋病后怎么办



口腔病变与艾滋病有关吗 .....	257
疥疮是性病吗 .....	258
乙型肝炎是性病吗 .....	258
个人如何预防性病 .....	259
性病的预防措施有哪些 .....	261
家中有性病患者怎样隔离消毒 .....	262
怎样预防儿童患上性病 .....	263
怎样对性病进行自我诊断 .....	265
手淫、接吻会传染性病吗 .....	265
哪些性行为易患上性病 .....	266
为什么多性伴行为容易感染艾滋病 .....	267
为什么男性同性恋容易感染艾滋病 .....	269
为什么肛交容易感染艾滋病 .....	272
为什么非保护性性行为容易感染艾滋病 .....	273
性病检查出现假阳性的可能性有多大 .....	275
性病对生殖有何影响 .....	276
患性病后可以结婚吗 .....	279
性病影响生育能力吗 .....	280
性病患者还能过性生活吗 .....	280
孕妇得了性病后怎么办 .....	281
性病治疗有哪些误区 .....	281
江湖医生能治性病吗 .....	282
性病怎样才算治好了 .....	284
<b>第五章 避孕与人流</b> .....	<b>287</b>
避孕药的避孕原理是怎样的 .....	289

# 目 录

- 292 ..... 什么是工具避孕法
- 293 ..... 如何选择最佳避孕方法
- 294 ..... 疾病状态下如何避孕
- 298 ..... 哺乳期会怀孕吗
- 300 ..... 更年期妇女需要避孕吗
- 302 ..... 什么是避孕套
- 302 ..... 如何正确使用避孕套
- 304 ..... 避孕套滑进阴道后怎么办
- 304 ..... 使用乳胶避孕套过敏怎么办
- 305 ..... 使用避孕套避孕为何失败
- 306 ..... 什么是女用避孕套
- 306 ..... 女用避孕套有何优越之处
- 308 ..... 什么是避孕棉
- 308 ..... 如何使用避孕药膏
- 309 ..... 什么是安全期避孕法
- 310 ..... 什么是压迫尿道避孕法
- 312 ..... 什么是避孕疫苗
- 312 ..... 体外射精可靠吗
- 313 ..... 采用体外射精法避孕有哪些害处
- 314 ..... 什么是子宫帽（阴道隔膜）
- 315 ..... 子宫内避孕器和杀精剂对身体有害吗
- 316 ..... 什么是宫内节育器（IUD）
- 317 ..... 哪些情况下不能采用节育器
- 317 ..... 放环后的注意事项有哪些
- 318 ..... 什么情况下应该取环



带环后有副作用与并发症时怎么办 .....	318
如何使用避孕药避孕 .....	320
什么是短效口服避孕药 .....	321
服用短效避孕药有副作用时怎么办 .....	322
什么是长效口服避孕药 .....	323
什么是探亲避孕药 .....	324
什么是注射用长效避孕药 .....	324
长期服用避孕药安全吗 .....	325
怎样保存避孕药 .....	326
服用避孕药后出现药物反应怎么办 .....	327
什么是皮下埋植避孕法 .....	329
哪些人不宜使用皮下埋植避孕法 .....	331
怎样使用皮下埋植避孕法 .....	331
事后冲洗能否避孕 .....	332
什么才是有效的事后避孕方法 .....	333
女性绝育还是男性绝育好 .....	334
输卵管结扎后可恢复生育吗 .....	335
男性结扎后会影响到性生活吗 .....	335
什么是人工流产 .....	336
人流后应间隔多长时间再怀孕 .....	338
人工流产是一种避孕方法吗 .....	338
人工流产有哪些常见并发症 .....	339
如何避免人工流产 .....	341
人流后应注意哪些问题 .....	343
主要参考文献 .....	344

# 第一章

PAGE I

性与生殖



XHNGZHISHI  
BIDU

XINGYUSHENGZHI



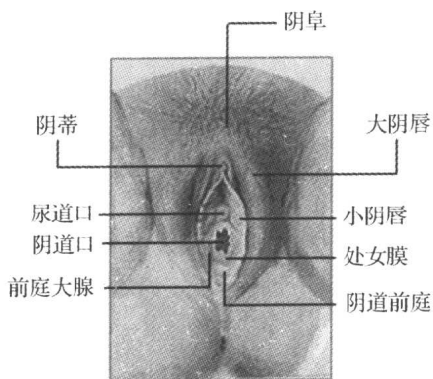
# 第一章

## 性与生殖

### 女性外生殖器的构成

女性生殖系统分为外生殖系统和内生殖系统。外生殖系统包括阴阜、大阴唇、小阴唇、阴蒂、前庭、前庭大腺、前庭球、尿道口，阴道口和处女膜。由于乳房也具有一定的生殖作用，故也把它归为外生殖系统。

外生殖系统主要由以下部分组成（如图）：





## 1. 阴阜

为耻骨联合前面隆起的外阴部分，由皮肤及很厚的脂肪层所构成。青春期皮肤上开始生长阴毛，分布是尖端向下的三角形。

## 2. 大阴唇

为外阴两侧、靠近两股内侧的一对长圆形隆起的皮肤皱襞。前连阴阜，后连会阴；由阴阜起向下向后伸张开来，前面左、右大阴唇联合成为前联合，后面的二端会合成为后联合，后联合位于肛门前，但不如前联合明显。大阴唇外面长有阴毛。皮下为脂肪组织、弹性纤维及静脉丛，受伤后易成血肿。未生育妇女的两侧大阴唇自然合拢，遮盖阴道口及尿道口。经产妇的大阴唇由于分娩影响而向两侧分开。

## 3. 小阴唇

这也是一对黏膜皱襞，在大阴唇的内侧，表面湿润。小阴唇的左右两侧的上端分叉相互联合，其上方的皮褶称为阴蒂包皮，下方的皮褶称为阴蒂系带，阴蒂就在他们的中间。小阴唇的下端在阴道口底下会合，称为阴唇系带。小阴唇黏膜下有丰富的神经分布，故感觉敏锐。

## 4. 阴蒂

位于两侧小阴唇之间的顶端，是一个长圆形的小器官，