

生殖 健康指南

Shengzhi Jiankang Zhinan

主编 张忠元 安劬



四川人民出版社

250263



生殖

Shengzhi Jiankang Zhinan

健康指南

四川人民出版社



00124648

图书在版编目 (CIP) 数据

生殖健康指南/张忠元 安劬主编. —成都: 四川人民出版社, 2002.12

ISBN 7-220-06152-8

I. 生... II. ①张...②安... III. 生殖医学-基本知识 IV. R339.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 087792 号

SHENGZHI JIANKANG ZHINAN

生殖健康指南

张忠元 安劬 主编

责任编辑
封面设计
技术设计
责任校对

徐志诚
文小牛
杨 潮
伍登富

出版发行
网 址

四川人民出版社 (成都盐道街 3 号)

<http://www.booksss.com>

E-mail: scrmcbf@mail.sc.cninfo.net

防盗版举报电话

(028) 86679239

印 刷

成都金龙印务有限责任公司

开 本

850mm × 1168mm 1/32

印 张

18

插 页

4

字 数

404 千

版 次

2002 年 12 月第 1 版

印 次

2002 年 12 月第 1 次印刷

印 数

1—4000 册

书 号

ISBN 7-220-06152-8/C·323

定 价

32.00 元

■ 著作权所有·违者必究

本书若出现印装质量问题, 请与工厂联系调换

前 言

生殖是人类最基本的本能，但是，并不是所有的人都能科学地认识自己的这一本能。能否生育一个体质健壮、智力优秀的后代，听天由命不但是对自己不负责任，也是对后代不负责任。

科学的生殖健康知识对于一个国家来说，关系着国民素质的提高；对于个人来说，则关系着家庭的幸福、子女的前途，它是每一个人都应该了解的科学常识。

生育一个健康、聪明、漂亮的婴儿是每一对新婚夫妇梦寐以求的愿望，然而，并不是所有的新婚夫妇都知道自己应该为实现这一美好的愿望做些什么，或怎么做。据统计，每十对夫妇中就会有一对夫妇将面临不育或生育残疾儿的问题，但这些夫妇有许多并不是因为身体和遗传功能有问题，而是因为缺乏基本的生殖健康知识，从而未能避免本可以避免的家庭悲剧。

许多准妈妈、准爸爸们在孕育宝宝的过程中，都会从亲朋好友那里得到一些似是而非的经验，有些可能是正确的，但也有一些则是完全错误的，就连许多代代相传的“经验”也经不





起现代科学的检验。

为此，我们组织了全国最具权威的专家学者共同编写了这部关于生殖健康的书，内容全面翔实，科学而实用。从内容上和质量上都堪称全国第一部关于生殖健康的实有科普宣传教育的图书。

本书由四川生殖卫生学院牵头，由四川大学、重庆医科大学、上海第一医科大学、西安医科大学、成都中医药大学、四川省人民医院、成都飞机工业公司、四川省计生委、四川省计生协等单位的专家学者撰稿。四川生殖卫生学院党委书记、院长张忠元副教授和四川生殖卫生学院副院长安劬研究员出任主编，原四川生殖卫生学院院长李顺强教授出任学术顾问。



PREFACE

Reproduction is the instinct of the mankind. However, not all the people can recognize it scientifically. It is irresponsible for the parents to give a healthy and intellectual birth by luck.

To a country, the scientific knowledge of reproductive health will promote the improvement of the citizens' diathesis; And to the individual, it will decide the happiness of the family and the future of the children. It should arouse the common concern for everybody.

Having a healthy and clever and a handsome baby is the biggest dream for each of the newly-married couples. But not all the couples know what to do or how to do to realize their dreams. One of ten couples will meet the problem of sterilization and defected birth, and most of the misfortunes are not subject to the poor health and heredity dysfunction, but the lack of the basic scientific knowledge of reproductive health that can avoid the tragedy of the family.

During the process of pregnancy many expected parents get lots of specious experiences from relatives and friends, some of them probably





are correct, while others are absolutely wrong. Even some best-known "experiences" are unable to undergo the inspection of the modern science.

Accordingly, we organized the scholars and authorities all over the country to compile this book on reproductive health jointly, which is the first practical book with scientific and comprehensive knowledge.

The compilation of the book is sponsored by Sichuan Reproductive Health Institute (SRHI), and joined in by the experts and scholars from Sichuan University, Chongqing Medical University, Xi'an Medical University, Chengdu University of Traditional Chinese Medicine, Sichuan People's Hospital, Chengdu Aircraft Industrial Company, Sichuan Family Planning Committee, Sichuan Family Planning Association and so on. Associate Professor Zhang Zhongyuan, the Party Secretary and President of SRHI, and Researcher An Qu, Vice President of SRHI, work as the chief editors, Professor Li Shunqiang, the former president of SRHI, as the technical consultants.





目 录

第一编 性与生殖

女性外生殖器是怎样的·····	(3)
女性内生殖器是怎样的·····	(5)
男性生殖器是怎样的·····	(7)
精子是怎样产生的·····	(8)
卵子是怎样产生的·····	(9)
精子是怎样生成和获能的·····	(9)
什么是精液·····	(12)
什么样的精液才算正常·····	(13)
前列腺在生殖过程中的作用·····	(14)
附睾的功能是什么·····	(16)
什么是处女膜·····	(20)
什么是月经·····	(21)
什么是性激素·····	(22)
雌激素的生理功能有哪些·····	(24)





孕激素有哪些作用·····	(24)
怎样才能怀孕·····	(26)
什么是受精与着床·····	(27)
胎膜有哪些作用·····	(27)
胎盘有哪些作用·····	(28)
脐带有哪些作用·····	(31)
羊水有哪些作用·····	(31)

第二编 美满性生活

性欲是怎样产生的·····	(35)
怎样正确判断自己的性功能·····	(36)
影响男性性生活的习惯有哪些·····	(38)
头发少表示性功能差吗·····	(39)
男人的性欲比女人强吗·····	(40)
性欲不协调的夫妻怎么办·····	(41)
男性在性生活中应注意哪些问题·····	(44)
性欲的强弱与哪些因素有关·····	(45)
心理疲劳会影响性能力吗·····	(46)
什么是性衰老·····	(47)
能增强男性性功能的食物有哪些·····	(48)
新婚性生活处女膜破裂出血怎么办·····	(53)
新婚夫妇初次交合不成功的原因有哪些·····	(54)
怎样过好新婚之夜的性生活·····	(55)
性交姿势的改变能提高性生活的质量吗·····	(56)
手指如何爱抚阴蒂·····	(58)
什么是 G 点 ·····	(60)





男性最敏感的性器官是什么	(60)
如何增加对丈夫的性吸引力	(61)
妻子到底需要什么	(63)
如何增加夫妻生活的趣味	(65)
夫妻双方需要进行性交流吗	(67)
男女的性爱观有何不同	(69)
性交体位与受孕有何关系	(71)
性敏感区只有性器官吗	(72)
需要多长的性交时间才算正常	(73)
如何才能延长性交时间	(73)
视觉对性生活有何影响	(74)
性心理卫生体现在哪些方面	(75)
为什么性交前应做准备工作	(76)
性快感是怎么回事	(77)
尿液与性生活有无关系	(78)
禁欲对性生活有无影响	(79)
为什么饮酒后不宜性交	(80)
男性怎样对性器官自我保健	(81)
阴茎多大才算正常	(82)
阴茎大小与哪些因素有关	(83)
阴茎的大小对性生活有无影响	(83)
阴茎过于短小与哪些因素有关	(84)
阴茎过于短小怎么办	(85)
阴茎过大怎么办	(87)
阴茎在勃起时弯曲是病吗	(87)
阴茎会萎缩吗	(88)





什么是睾丸扭转·····	(90)
为什么双侧睾丸的大小不一样·····	(91)
睾丸缺失怎么办·····	(92)
阴毛稀少会影响性生活吗·····	(93)
什么是手淫·····	(95)
过度手淫有何危害·····	(96)
怎样才算手淫过度·····	(97)
手淫会影响性生活吗·····	(98)
性幻想是病态吗·····	(99)
哪些人需要做性心理咨询·····	(100)
怎样接受性心理咨询·····	(101)
性交会造成生殖器损伤吗·····	(102)
遗精是怎么回事·····	(104)
遗精会影响身体健康吗·····	(105)
男性需要进行性保健运动吗·····	(105)
性交时阴道不够润滑是不是有病·····	(107)
阴道会因为性交次数太频繁而扩张吗·····	(108)
服用伟哥有后遗症吗·····	(108)

第三编 性保健

男性性功能障碍有哪些·····	(113)
男性性功能障碍的常见症状有哪些·····	(113)
什么是男性勃起功能障碍·····	(114)
勃起功能障碍是怎样发生的·····	(116)
偶发性勃起困难需要就医吗·····	(118)
患有高血压的 ED 患者怎么办·····	(119)





怎样区分器质性和精神性勃起功能障碍·····	(120)
性功能障碍会遗传吗·····	(121)
什么是阳痿·····	(122)
阴茎异常勃起是怎么回事·····	(125)
什么是早泄·····	(126)
如何治疗早泄·····	(127)
早泄就是性功能障碍吗·····	(128)
什么是逆行射精·····	(129)
逆行射精怎样诊断·····	(130)
逆行射精怎样治疗·····	(131)
不射精意味着什么·····	(132)
什么是原发性不射精·····	(133)
什么是继发性不射精·····	(135)
如何治疗不射精·····	(137)
发生包皮嵌顿怎么办·····	(139)
什么是男性精索静脉曲张·····	(140)
什么是血精·····	(141)
出现血精后怎么办·····	(142)
阴茎海绵体折断是怎么回事·····	(143)
男性易患哪些性器官疾病·····	(144)
性交后下体瘙痒是什么原因·····	(145)
何谓“蜜月病”·····	(146)
房事劳伤怎么办·····	(147)
什么是女性性高潮障碍·····	(150)
女性性高潮障碍的类型有哪些·····	(151)
女性性高潮障碍的原因何在·····	(153)





女性性高潮障碍如何治疗·····	(155)
克服性高潮障碍怎样同丈夫进行交流·····	(157)
妇科疾病与丈夫有关吗·····	(160)
阴道痉挛是怎么回事·····	(161)
如何分辨阴道分泌物是否正常·····	(163)
肥皂水能清洁阴道吗·····	(164)
常见的阴道炎症有哪些·····	(165)
阴道异常出血意味着什么·····	(166)
女性怎样预防出现宫颈糜烂·····	(168)
怎样判断外阴的癌变信号·····	(169)
什么是男性性欲异常·····	(170)
如何治疗男性性欲低下·····	(171)
什么是性虐待狂·····	(172)
什么是性焦虑·····	(173)

第四编 性传播疾病

什么是性病和性传播疾病·····	(177)
性传播疾病的范围包括哪些·····	(178)
性病的传播途径有哪些·····	(178)
容易与性病混淆的疾病有哪些·····	(179)
性病病症只出现在生殖器上吗·····	(181)
龟头常见病有哪些·····	(182)
阴部有异常就是性病吗·····	(184)
什么是梅毒·····	(186)
梅毒是如何分期的·····	(187)
一期梅毒有哪些主要特点·····	(187)





二期梅毒有哪些主要症状·····	(189)
三期梅毒有哪些主要症状·····	(192)
凡是梅毒都具有传染性吗·····	(192)
怎样才能杀灭梅毒螺旋体·····	(194)
患上梅毒后怎么办·····	(195)
怎样预防梅毒·····	(196)
什么是淋病·····	(196)
淋病细菌是如何传播的·····	(197)
患上淋病后怎么办·····	(198)
孕妇患淋病对胎儿有影响吗·····	(199)
什么是尖锐湿疣·····	(200)
尖锐湿疣的传播途径·····	(201)
尖锐湿疣的临床表现·····	(204)
尖锐湿疣怎样诊断·····	(205)
尖锐湿疣怎样治疗·····	(207)
什么是生殖器疱疹·····	(209)
什么是非淋菌性尿道炎·····	(210)
什么是软性下疳·····	(211)
什么是性病性淋巴肉芽肿(第四性病)·····	(211)
什么是单纯性疱疹病·····	(212)
什么是艾滋病·····	(213)
艾滋病有哪些临床症状·····	(214)
艾滋病可怕吗·····	(215)
艾滋病的潜伏期有多长·····	(217)
为什么要规范自己的性行为·····	(217)
感染艾滋病后怎么办·····	(218)





口腔病变与艾滋病有关吗·····	(219)
疥疮是性病吗·····	(220)
乙型肝炎是性病吗·····	(220)
个人如何预防性病·····	(221)
性病的预防措施有哪些·····	(223)
家中有性病患者怎样隔离消毒·····	(224)
怎样预防儿童患上性病·····	(224)
怎样对性病进行自我诊断·····	(226)
手淫、接吻会传染性病吗·····	(226)
哪些性行为易患上性病·····	(227)
为什么多性伴行为容易感染艾滋病·····	(228)
为什么男性同性恋容易感染艾滋病·····	(230)
为什么肛交容易感染艾滋病·····	(232)
为什么非保护性行为容易感染艾滋病·····	(233)
性病检查出现假阳性的可能性有多大·····	(235)
性病对生殖有何影响·····	(236)
患性病后可以结婚吗·····	(238)
性病影响生育能力吗·····	(239)
性病患者还能过性生活吗·····	(239)
孕妇得了性病后怎么办·····	(240)
性病治疗有哪些误区·····	(240)
江湖医生能治性病吗·····	(241)
性病怎样才算治好了·····	(242)

第五编 不孕与不育



怀孕需要哪些基本条件·····	(247)
-----------------	-------



不孕与不育有何异同·····	(249)
女性肥胖为什么会致不育·····	(249)
哪些疾病会引起女性排卵障碍·····	(250)
哪些输卵管疾病可引起不孕·····	(252)
阴道炎会影响生育吗·····	(253)
宫颈糜烂会影响生育吗·····	(254)
闭经影响生育吗·····	(254)
流产的原因有哪些·····	(255)
习惯性流产怎么办·····	(256)
习惯性流产还有怀孕的希望吗·····	(258)
人流后不孕怎么办·····	(259)
抗精子体会影响怀孕吗·····	(260)
不孕妇女有心理障碍怎么办·····	(262)
“石女”能否生育·····	(265)
导致职业女性不孕的生活因素有哪些·····	(266)
男性不育与哪些疾病有关·····	(268)
怎样提高精子质量·····	(271)
腮腺炎与男性不育有关吗·····	(271)
隐睾影响生育吗·····	(273)
转变性观念有利于生育吗·····	(274)
饮食习惯不良会影响生育吗·····	(276)
不孕不育与性生活有关吗·····	(277)
男性补锌能治疗不育吗·····	(279)
滥用中药能治疗不育吗·····	(280)
当今有哪些人工生育技术·····	(281)
人工受孕是怎么实现的·····	(283)





在什么情况下采用人工受孕法·····	(283)
丈夫的精液不正常时怎么办·····	(284)
试管婴儿是怎么回事·····	(285)

第六编 避孕与人工流产

避孕药的避孕原理是怎样的·····	(289)
什么是工具避孕法·····	(292)
如何选择最佳避孕方法·····	(292)
疾病状态下如何避孕·····	(293)
哺乳期会怀孕吗·····	(297)
更年期妇女需要避孕吗·····	(299)
什么是避孕套·····	(299)
如何正确使用避孕套·····	(300)
避孕套滑进阴道后怎么办·····	(301)
使用乳胶避孕套过敏怎么办·····	(302)
使用避孕套避孕为何失败·····	(302)
什么是女用避孕套·····	(303)
女用避孕套有何优越之处·····	(304)
什么是避孕棉·····	(305)
如何使用避孕药膏·····	(305)
什么是安全期避孕法·····	(306)
什么是压迫尿道避孕法·····	(307)
什么是避孕疫苗·····	(308)
体外射精可靠吗·····	(308)
采用体外射精法避孕有哪些害处·····	(309)
什么是子宫帽(阴道隔膜)·····	(310)

