

夫妻



对话

♥ 夫妻优生优育
♥ 夫妻性知识解答
♥ 夫妻心理生理



夫妻对话

● 吴家伟 编著

广西民族出版社

(桂)新登字 02 号

责任编辑:韦 名

封面设计:张 立

夫妻对话

吴家伟 编著

*

广西民族出版社出版发行

全国各地新华书店经销

广东粤中印刷公司印刷

*

开本 850×1168 1/32 12 印张 240 千字
1997 年 8 月第 2 版 1997 年 8 月第 1 次印刷

印数:1—3000 册

ISBN 7—5363—2241—0/Z · 221

定价:20.00 元

内 容 简 介

现代文明社会中,夫妻生活的许多心理和生理的问题,再不是神秘和不可告人的了。特别是困扰很多夫妻的性知识,更是在社会的发展和进步中,科学地、系统地向夫妻们一一解答了。

《夫妻对话》一书以科学和严肃的态度,向新婚夫妻,中年和老年夫妻详细讲述了如何保持夫妻良好的婚姻关系,夫妻如何相爱、夫妻生活和谐的重要性、夫妻就优生优育以及夫妻性生活的保健和咨询等问题。

本书所述内容广泛,科学性极强,是每一对夫妻用以指导生活的工具书。愿天下夫妻都生活愉快、幸福吉祥!

目 录

第一章：丈夫必读

一、男性的生理特征.....	(3)
二、男性为何会勃起.....	(9)
三、男性的手淫	(11)
四、为什么会产生梦遗	(12)
五、早泄是怎么一回事	(13)
六、如何正确认识阳痿	(15)
七、如何了解自己性方面成熟	(17)
八、男子生理上的弱点	(21)
九、哪些因素影响男人的身高	(23)
十、为什么男人较容易脱发	(26)
十一、为什么胡须比头发长得慢	(28)
十二、男子的性问题有哪些谬误	(30)
十三、性机能障碍的心理因素	(32)
十四、男性阳痿与烟酒的关系	(36)
十五、男性性功能受食物的影响吗	(38)
十六、男性如何注意性卫生	(40)

十七、睾丸为什么会萎缩	(43)
十八、睾丸为什么一大一小	(45)
十九、阴茎的长与短	(47)
二十、什么是性发育延迟或抑制	(50)

第二章：妻子必读

一、女性生理特征	(55)
二、什么是处女膜	(58)
三、月经不是“倒霉”	(61)
四、经疼的医治	(63)
五、女性的性冷淡	(66)
六、乳房的正确保护	(70)
七、常见的乳房疾病	(73)
八、怀孕的最佳年龄	(77)
九、患病者的怀孕	(79)
十、怀孕的征兆	(84)
十一、怀孕后必要的检查	(88)
十二、怀孕后母体的变化	(93)
十三、怀孕期间的疾病和异常	(97)
十四、怀孕期间的日常生活	(106)
十五、怀孕期间的性生活	(110)
十六、分娩的生理状况及异常现象	(112)

十七、产后常发生的状况·····	(121)
------------------	-------

第三章：新婚夫妻必读

一、婚前为何要体检·····	(125)
二、女性贞操的理解·····	(126)
三、做一个好丈夫·····	(127)
四、做一个好妻子·····	(128)
五、夫妻新婚之夜·····	(129)
六、如何使用避孕套·····	(133)
七、新婚性生活的卫生·····	(134)
八、怎样对待夫妻生活第一次失败·····	(136)
九、新居怎样布置才算舒适得体·····	(139)
十、举行婚礼应该怎样打扮自己·····	(141)
十一、什么叫性激素，它有什么作用·····	(143)
十二、男女性功能有什么差异·····	(145)
十三、性反应的生理过程怎样·····	(147)
十四、怎样掌握性交的时间和次数·····	(152)
十五、性欲、性快感和性感区是怎么回事·····	(154)
十六、怎样使婚后性生活和谐·····	(156)
十七、生理、心理上的特殊的时期怎样注意性卫生 ·····	(157)
十八、计划生育手术后怎样注意性卫生·····	(163)
十九、怀孕期为什么要节制房事·····	(165)

二十、产后多久可恢复房事·····	(167)
二十一、什么叫性功能障碍·····	(169)
二十二、新婚射精快是早泄吗·····	(171)
二十三、为什么婚后还会遗精·····	(173)
二十四、婚前有过手淫，婚后会影响性生活吗·····	(175)
二十五、新婚发生阳痿怎么办·····	(177)
二十六、为什么会逆向射精，有办法治疗吗·····	(181)
二十七、什么是血精，为什么会出现血精·····	(183)
二十八、射精疼痛是怎么回事·····	(184)
二十九、阴茎异常勃起是怎么回事·····	(185)
三十、什么叫男性性欲亢进·····	(186)
三十一、男子为什么会性欲低下或无性欲·····	(188)
三十二、女子新婚性冷感是怎么回事·····	(190)
三十三、新娘于房事中有哪些常见病症·····	(193)
三十四、怎样正确对待性问题·····	(196)
三十五、怎样控制性欲·····	(198)
三十六、婚后如何保持和谐的性心理·····	(201)
三十七、什么叫性行为变态·····	(204)
三十八、有哪些能引起性功能抑制的药物·····	(207)
三十九、新婚如何食补·····	(209)

第四章：追求和谐的夫妻生活

一、夫妻性生活应遵循的规则·····	(213)
--------------------	-------

二、根据季节的变化调节性生活	(215)
三、哪些情况不宜过性生活	(217)
四、了解双方性生活的禁忌	(219)
五、了解妻子的生理变化	(222)
六、怎样达到性的和谐	(225)
七、性生活中丈夫的疑虑	(227)
八、男人射精后为什么会感到疲倦	(229)
九、为什么忍精不射利少弊多	(231)
十、男性性交后会出现哪些现象	(233)
十一、和谐的婚姻生活	(235)
十二、夫妻性生活的调适	(239)
十三、关心你的伴侣	(245)
十四、夫妻需心灵沟通	(247)
十五、男人的外遇心态浅析	(249)
十六、女人的外遇心态浅析	(253)

第五章：夫妻相爱的诀窍

一、夫妻之爱的魅力	(259)
二、和谐、平等、尊重	(260)
三、夫妻间的相互吸引力	(262)
四、夫妻间的异和同	(264)
五、了解对方的心理	(266)
六、妻子如何吸引丈夫	(269)

七、丈夫如何爱护妻子·····	(272)
八、提倡家庭民主·····	(275)
九、夫妻应互相信任·····	(276)
十、婚后保持爱情永恒·····	(277)
十一、夫妻共同搞好家务·····	(279)
十二、夫妻要和睦相处·····	(280)
十三、夫妻要尊敬对方的父母·····	(281)
十四、搞好婆媳关系·····	(282)
十五、夫妻双方警惕“第三者”的插足·····	(284)
十六、不许歧视生女孩的妻子·····	(286)

第六章：夫妻的优生优育

一、夫妻如何选择受孕时机·····	(289)
二、妻子的最佳生育年龄·····	(291)
三、避孕与节育·····	(292)
四、孕妇做运动注意什么·····	(293)
五、产前检查的重要性·····	(295)
六、注意怀孕期间的营养·····	(296)
七、母乳喂养的好处·····	(299)

第七章：夫妻性生活的保健

一、正常性生活有益于健康·····	(303)
二、夫妻严禁性放纵·····	(304)

三、夫妻性生活十忌·····	(308)
四、丈夫性观念的误区·····	(310)
五、妻子性观念的误区·····	(315)
六、月经干净两天后才可过性生活·····	(320)
七、丈夫性生活的障碍·····	(321)
八、请勿用尿道压迫法避孕·····	(324)
九、身体疲劳禁止性生活·····	(325)
十、男人应保身体清洁·····	(327)
十一、性生活与尿道炎·····	(328)
十二、谨防房事中阴道损伤·····	(331)

第八章：夫妻性卫生咨询

一、房事意外是怎么回事·····	(335)
二、感冒病人能否过性生活·····	(336)
三、心脏早搏可能否过性生活·····	(337)
四、洗涤外阴不宜用肥皂·····	(338)
五、认识女性外阴的无痛性肿块·····	(339)
六、女性阴毛稀少是病态吗·····	(340)
七、为何房事后头痛·····	(342)
八、为何乳头会溢液·····	(343)
九、夫妻性生活的次数有何规定·····	(344)
十、为何热水浴后不宜立即同房·····	(347)
十一、男人性器官卫生·····	(349)

-
- 十二、女人性器官卫生..... (350)
- 十三、性生活后谁先睡..... (351)
- 十四、淋病的危害与治疗..... (353)
- 十五、男女不育有哪些因素..... (354)
- 十六、女性生理期应注意哪些事项..... (361)
- 十七、男性包皮为何易导致女方子宫癌..... (363)
- 十八、女性为何会有性冷感..... (365)
- 十九、如何克制性冲动..... (371)
- 二十、什么是体外射精..... (372)

丈夫必读

第一章

一、男性的生理特征

男性生殖器官的构成

男性生殖器官分内、外两部分。内生殖器官包括睾丸、附睾、输精管、射精管、精囊腺、前列腺、尿道腺等，外生殖器官包括阴茎和阴囊。

① 阴茎

阴茎是一个圆柱状器官，平时绵软，垂在阴囊前面。它的外面有一层皮肤包裹着，顶端可翻上去的皮肤叫包皮。尿道海绵体的前端膨大成为阴茎头（又叫龟头）。龟头与阴茎交界处有一沟叫冠状沟。

尿道是一个细长的管道，全长约 12 厘米，尿道内口位于膀胱，外口在阴茎龟头头上。另外输精管、射精管、精囊、前列腺和尿道球腺都与尿道相通。尿道是向体外排尿和射精液的通路。当阴茎海绵体和尿道海绵体充血时，阴茎就增大变硬，这种现象叫勃起。成人阴茎平均 7—10 厘米，勃起时长度可增加，阴茎又是男子的性交器官。

② 阴囊

阴囊是皮肤构成的一个囊袋，位于阴茎后面。阴囊皮肤表面皱纹很多，薄而柔软，富有弹性，有丰富的汗腺和少量阴毛。阴囊对温度变化敏感。受热时，阴囊松弛；受冷时，阴囊收缩，睾丸上提。

③ 睾丸

睾丸位于阴囊内，左右两侧各一，呈卵圆形。左侧的较右侧略低一些，小一些，睾丸表面有两层光滑的膜，膜之间有少量液体，因此睾丸可以自然滑动。剧烈运动也不会受伤。睾丸内部有重要结构是曲细精管，是产生精子的地方，在曲细精管之间的组线里有一群群的间质细胞，是产生男性激素（雄激素或称睾丸酮）的地方，睾丸是男性生殖系统中最重要的器官。

④ 附睾

附睾贴在睾丸后侧，由一条弯曲盘回的附睾组成，一端与睾丸的 20 余条输出小管相连接，另一端与输精管相连接，是精子从睾丸到输精管的通路。睾丸产生的精子，在附睾内停留一些时候才能完成成熟，附睾还有贮存精子和吸收衰亡精子的作用。

⑤ 输精管

输精管左右各一条，是输送精子的管道，粗细如火柴棍，全长约 50 厘米，输精管内分泌液体提供精子营养，并促进精子继续成熟，输精管收缩能使精子排出。输精管上行通过骨

盆进入下腹部与精囊腺相接，精囊腺的排泄管接射精管，它开口于尿道前列腺部。位于阴囊上部一段的输精管因阴囊肤薄很容易摸到，施行输精管结扎术就在此部位。

⑥ 前列腺

前列腺是一个实质性腺体，像栗子样大小，其分泌物为精液的主要成分。前列腺位于尿道根部周围，后面紧贴直肠，尿道从前列腺内穿过，有导管与尿道相通。

⑦ 精囊

精囊有两个，前后略扁如囊状，位于膀胱后面前列腺上方。精囊分泌含有蛋白质的碱性胶状液，是精液组成的一部分，有营养精子促进精子活动能力的作用。

⑧ 尿道球腺和尿道旁腺

尿道球腺位于三角韧带两层之间，开口于球部尿道，尿道旁腺分布于前尿道，当发生性冲张时，分泌清亮粘液，由尿道口排出，性交时起润滑作用。

男性生殖器官的功能

① 睾丸

男性的主要生殖器官睾丸，具有产生精子和分泌雄性激素的双重作用，自青春期起开始产生精子，到了老年即衰退，停止产生精子。睾丸除了产生精子外，还有精曲小管的间质细胞分泌雄性激素，其中睾丸酮的活性最强。雄性激素的作