



科文健康广场

夫妻生活 150 问

曾中祥 等 编



 科学技术文献出版社

⊕ 科文健康广场

夫妻生活 150 问

曾中祥 周强 毛致和 张和发 王国欣 编

科学技术文献出版社

Scientific and Technical Documents Publishing House

北 京

(京)新登字 130 号

内 容 简 介

本书以问答的形式结合图例讲述了男性、女性生殖器官的结构等基础知识,同时介绍了男、女性心理发展的一般知识,全面介绍了男、女性反应周期的各种表现、性反应特点、夫妻获得满意性生活的注意要点、一般性生活知识以及性障碍的临床症状、诊断、治疗。通俗易懂,实用性强,对广大读者都有参考价值。

我们所有的努力都是为了使您增长知识和才干

科学技术文献出版社是国家科学技术部所属的综合性出版机构,主要出版科技政策、科技管理、信息科学、农业、医学、电子技术、实用技术、培训教材、教辅读物类图书。

了解对方的生殖器官

男性生殖器官的组成是什么? ③

男性外生殖器的构造是怎样的? ④

男性内生殖器的构造是怎样的? ⑥

阴茎的正常大小有多大? ⑧

男性性敏感区有哪些? ⑨

女性生殖器官的组成是什么? ⑨

女性外生殖器官的构造是怎样的? ⑨

女性内生殖器官的构造是怎样的? ⑩

除生殖器外,女性还有哪些性感区? ⑩

处女的处女膜是什么? ⑩

婚后和生育后的处女膜会怎么样? ⑩

处女膜和处女的关系是怎样的? ⑩

性发育与性心理

什么是青春美丽豆? ⑩

什么是性早熟？什么是性晚熟？	24
为什么女子会来月经？	25
何谓初潮？	26
来月经前会出现哪些反常现象？	26
月经期应注意些什么？	27
月经期是否可过性生活？	28
怎样按月经周期来推算排卵期？	29
女性性心理有何特点？	30
男性性心理有何特点？	32
少女性心理发展经历哪几个阶段？	33
性生理和性心理如何随年龄而变化？	35

了解对方的性反应

人类各年龄层的性发展有何变化？	39
人类性反应周期是怎样划分的？	43
男性生殖器官在性反应中有何变化？	44
女性生殖器官在性反应中有何变化？	47
非生殖器官在性反应中有何变化？	50
你了解女性的性反应周期吗？	52

阴蒂的解剖生理有何特点?	53
阴蒂在性反应周期中的变化是 怎样的?	55
阴蒂的大小决定性行为能力吗?	56
阴蒂的位置影响性反应吗?	56
阴蒂与性高潮的关系是怎样的?	57
女性大阴唇在性周期中的反应是 怎样的?	59
女性小阴唇在性周期中的反应是 怎样的?	60
乳房在性反应中有什么样的表现?	61
阴道有什么秘密?	62
阴道有什么作用?	62
阴道在性交中有何反应?	63
子宫在性交中有何反应?	65
女性的性红晕是怎么回事?	65
何谓 G 点? 有何作用?	66
女性性高潮的类型有哪些?	67
女子的性能力有多大?	68
老年男性的性反应有什么变化?	69

夫妻生活指南

什么是性健康? 如何实现性健康?

什么是性感?	74
婚前男女双方应进行哪些检查?	75
新婚夜,如何面对“害羞”的妻子?	76
将婚女孩过好初夜应注意哪些问题?	78
性生活有哪些禁忌?	80
性生活等于性交吗?	82
女性对满意的性生活有哪些建议?	82
男人的性秘密有哪些?	86
什么是性幻想?	88
手淫对正常性生活有何积极意义?	88
完整的性生活是怎样的?	89
在性生活中,妻子阴道湿润后便可性交吗?	91
爱抚方法有哪些?	92
丈夫怎样刺激妻子的阴蒂?	93
什么是凯基尔练习呢?	94
年龄与性生活的关系是怎样的?	95
性生活持续时间过长会不会影响健康?	96
性生活时间有选择性吗?	97
最佳的性生活频率是多少?	98
性交时枯干怎么办?	99

阴茎过大、过小怎么办?	99
常见的性交体位有哪些?	100
怎样选择性交体位?	106
如何与妻子讨论性?	107
女性怎样才能获得性高潮?	109
如何有技巧地提高男人的性欲?	110
夫妻怎样设计做爱的情境?	112
怎样使丈夫愉悦?	115
怎样注意性生活中性器官的卫生?	116
一时阳痿怎样性生活?	117
怎样看待口交?	118
舔阴是怎么回事?	119
“梦交”是怎么回事?	119
“肛交”正常吗?	120
阴茎包皮过长会不会降低对女方的 性刺激?	121
为什么使用安全套性交时,没有不 使用时快感强烈?	121
女性身体的变化会影响性吗?	121
什么是性工具?	123
在哺乳期,丈夫有性需求,妻子 怎么办?	124
在月经期,丈夫有性需求,妻子 怎么办?	125
在怀孕期和产褥期,丈夫有性需求, 妻子怎么办?	127

女性性自慰知多少?	128
女性性自慰是下流行为吗?	129
女性性自慰有害吗?	129
生完小孩后,阴道能回复到以前的大小吗?	130
老年人的性生活可以维持到多大年龄?	131
老年人过性生活应注意什么?	131
老年人怎样掌握好性事的时间与次数呢?	132
禁欲保精能延年益寿吗?	132

性障碍

什么是性虐待症?	137
男性在性交中可能发生哪些意外事件?	137
女性在性交中可能发生哪些意外事件?	138
什么是性功能不良?	139
男子性功能障碍有哪些?	140
女性性功能障碍有哪些?	142
女性性功能障碍产生的原因有哪些?	143
女性性功能障碍的治疗原则与措施有哪些?	146

女性性欲低下可以治疗吗?	148
阴道痉挛能够治愈吗?	149
女性如何正确对待性高潮障碍?	
如何医治?	150
为什么性交时女性感到疼痛?	154
什么是表浅性性交疼痛?	156
什么是深入性性交疼痛?	157
如何处理性交疼痛?	157
妇女在房事之后乳房疼痛是怎么回事?	158

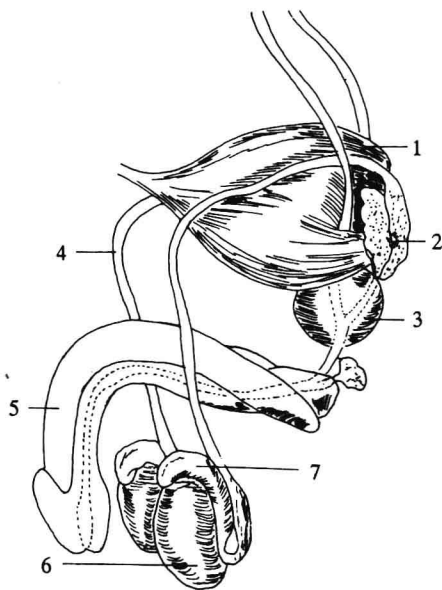
了解对方的生殖器官

男性生殖器官的组成是什么?

男性外生殖器官的组成分外生殖器和内生殖器。

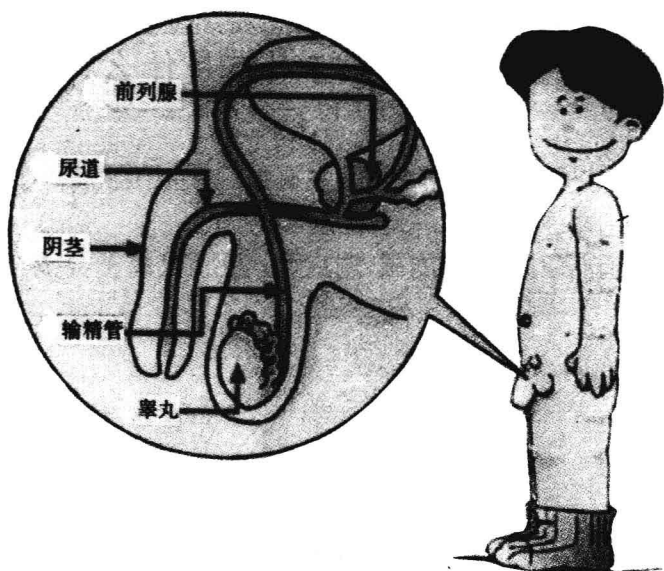
外生殖器包括阴茎、尿道、阴囊。

内生殖器包括睾丸、附睾、输精管、前列腺、精囊腺、尿道球腺等组成。



男性生殖器官的组成示意图(一)

1. 膀胱 2. 精囊 3. 前列腺 4. 输
精管 5. 阴茎 6. 睾丸 7. 附睾



男性生殖器官的组成示意图(二)

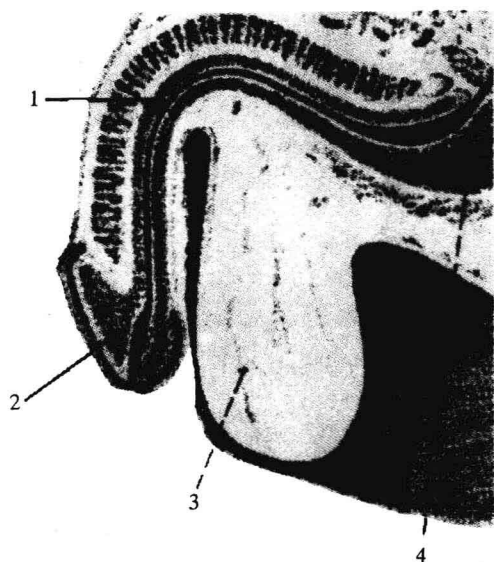
男性外生殖器的构造是怎样的？

1. 阴茎

由两个阴茎海绵体和一个尿道海绵体组成,阴茎头又称龟头,尿道外口在其颈部。龟头及阴茎颈部对性刺激极为敏感。阴茎是性交器官,兼有排尿和射精的功能。

阴茎勃起是阴茎海绵体血管充血的结果。

阴茎颈部对性刺激特别敏感,为男性的主要性感区。



男性外生殖器官示意图

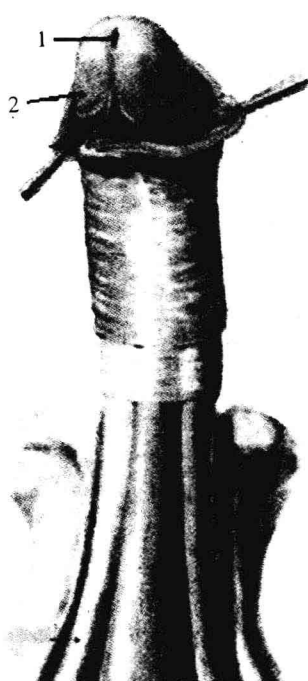
1. 尿道 2. 阴茎头 3. 阴囊 4. 尿道球

2. 尿道

全长约 12 厘米,内口连着膀胱,外口在阴茎的龟头上,是排尿和排精的通道。沿尿道分布的皮肤是男性的性感区。

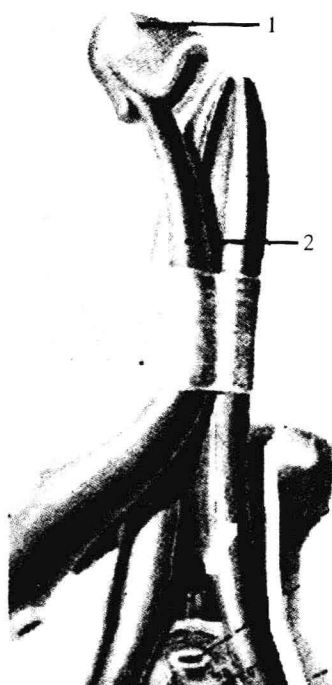
3. 阴囊

有保护睾丸、调节体温、有利于精子产生和贮存的功能。



阴茎示意图(一)

1. 尿道外口 2. 阴茎头



阴茎示意图(二)

1. 阴茎头 2. 尿道海绵体

男性内生殖器的构造是怎样的?

1. 睾丸

在阴囊内,左右各一,呈卵圆形。是产生精子和分泌男性激素的内分泌体。

2. 附睾

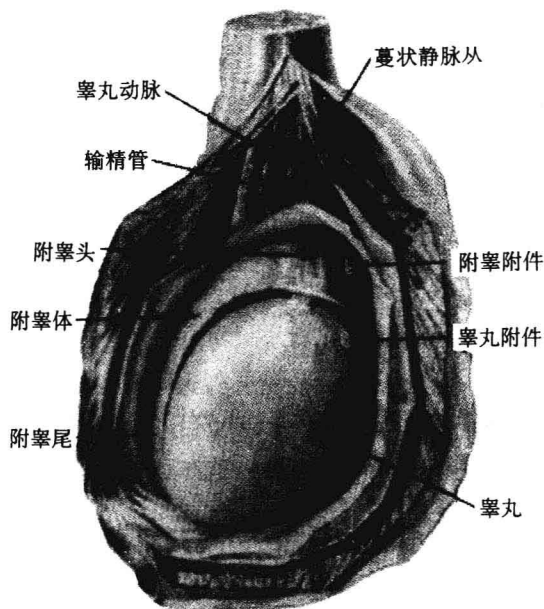
位于睾丸的后上方,左右各一。睾丸产生的精子通过输出管,贮存在附睾内。

3. 输精管

左右各一,是输送精子的管道。

4. 前列腺、精囊腺、尿道球腺

是三个副性腺,开口于尿道,它们的分泌物和精液由睾丸产生的精子和由前列腺、精囊腺、尿道球腺等所分泌的液体(统称精浆)共同组成。



睾丸、附睾示意图