

都市屋  
生活丛书

夫妻欢

# 爱

必读  
FUQIHUAN AIBIDU

樊友平等 著

农村读物出版社



小屋  
生活丛书

# 夫妻欢爱心读

樊友平等 编著

农村读物出版社

167  
296

## 图书在版编目 (CIP) 数据

夫妻欢爱必读/樊友平等编著. - 北京: 农村读物出版社, 1999. 10

(小木屋生活丛书)

ISBN 7-5048-3101-8

I. 夫… II. 樊… III. ①性卫生-基本知识②计划生育-基本知识③优生优育-基本知识 IV. R167

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (1999) 第 41207 号

---

|       |                                     |
|-------|-------------------------------------|
| 出 版 人 | 沈镇昭                                 |
| 责任编辑  | 育向荣                                 |
| 出 版   | 农村读物出版社 (北京市朝阳区农展馆北路 2 号 100026)    |
| 发 行   | 新华书店北京发行所                           |
| 印 刷   | 中国农业出版社印刷厂                          |
| 开 本   | 850mm×1168mm 1/32                   |
| 印 张   | 7.25                                |
| 字 数   | 168 千                               |
| 版 次   | 2000 年 1 月第 1 版 2000 年 1 月北京第 1 次印刷 |
| 印 数   | 1~20 000 册                          |
| 定 价   | 10.20 元                             |

---

(凡本版图书出现印刷、装订错误, 请即向发行所调换)

1217450



编 著 樊友平 邓延成 陈玉琢  
石志超 陈子华 李树华  
康 强 安 宁

# 出版者的话

“小木屋”，自然而神奇，洁雅而绚烂，大众而现代，给人以美好的联想。生活丛书，冠之以“小木屋”，是对人们生活美好的祝福。

追求美好生活，人之常情。而美好生活理应包括物质生活和精神生活两方面，缺一都是不完美的。其实，即使在物质生活中，也有丰厚的科学内涵和文明积淀。人们要充分享受物质生活，也必须具备相应的科学文化知识。

《小木屋生活丛书》与众不同之处就在于加大了精神方面的分量。它不仅关注人们的衣食住行，也关注人们的休闲娱乐，还关注衣食住行本身所包含的文化意味和精神享受。这些无疑对全方位提高人们的生活质量大有裨益。



# 目 录

## 第一章 绪论

|   |            |
|---|------------|
| 1 | 第一章 绪论 (一) |
| 2 | 第二章 绪论 (二) |

## 第二章 绪论

|   |            |
|---|------------|
| 3 | 第三章 绪论 (一) |
| 4 | 第四章 绪论 (二) |
| 5 | 第五章 绪论 (三) |

## 第三章 绪论

|   |            |
|---|------------|
| 6 | 第六章 绪论 (一) |
| 7 | 第七章 绪论 (二) |
| 8 | 第八章 绪论 (三) |

出版者的话

## 一、天圆地方 男女有别

|   |           |
|---|-----------|
| 1 | (一) 性别与性征 |
| 2 | (二) 性激素   |
| 3 | (三) 性器官解剖 |
| 4 | (四) 性反应周期 |

## 二、天伦共享 其乐融融

|   |             |
|---|-------------|
| 5 | (一) 择偶与姻缘   |
| 6 | (二) 新婚之夜    |
| 7 | (三) 蜜月与性    |
| 8 | (四) 孕育与性    |
| 9 | (五) 男欢女爱的艺术 |

|                    |    |
|--------------------|----|
| (六) 特殊时期的性生活 ..... | 54 |
|--------------------|----|

### 三、人生四季 多事在秋

|                   |    |
|-------------------|----|
| (一) 也有风雨也有晴 ..... | 57 |
| (二) 亦忧亦喜更年期 ..... | 61 |

### 四、桑榆非晚 夕照金菊

|                   |    |
|-------------------|----|
| (一) 踏遍青山人未老 ..... | 66 |
| (二) 春花秋菊亦相宜 ..... | 69 |
| (三) 瞻前顾后话再婚 ..... | 74 |

### 五、避孕药具与避孕措施

|                      |    |
|----------------------|----|
| (一) 优生与计划生育 .....    | 78 |
| (二) 避孕节育的方法 .....    | 79 |
| (三) 人流、药流与引产 .....   | 92 |
| (四) 避孕、绝育对性的影响 ..... | 95 |

### 六、性疾患种种

|                   |     |
|-------------------|-----|
| (一) 男性性功能障碍 ..... | 101 |
| (二) 女性性功能障碍 ..... | 119 |
| (三) 男性性器官疾病 ..... | 126 |
| (四) 女性性器官疾病 ..... | 133 |
| (五) 性传播疾病 .....   | 144 |
| (六) 性变态 .....     | 161 |

### 七、性损伤种种

|                   |     |
|-------------------|-----|
| (一) 性交性器官损伤 ..... | 170 |
| (二) 性交性心理损伤 ..... | 172 |

|                          |         |
|--------------------------|---------|
| (三) 损伤或降低性功能的药物 .....    | 174     |
| (四) 糖尿病与性 .....          | 183     |
| (五) 心血管疾病与性 .....        | 186     |
| (六) 泌尿生殖系统手术与性 .....     | 189     |
| (七) 慢性肾功能衰竭与性 .....      | 190     |
| (八) 慢性酒精中毒与性 .....       | 191     |
| (九) 结肠造瘘术、回肠代膀胱术与性 ..... | 193     |
| (十) 肥胖与性 .....           | 194     |
| (十一) 慢性阻塞性肺部疾病与性 .....   | 195     |
| (十二) 肿瘤疾患与性 .....        | 195     |
| (十三) 乳房切除术与性 .....       | 197     |
| (十四) 精神、神经疾患与性 .....     | 198     |
| <br>附录 能增强性功能的食补方 .....  | <br>201 |
| (一) 畜类食物 .....           | 201     |
| (二) 禽类食物 .....           | 206     |
| (三) 水产品类食物 .....         | 209     |
| (四) 蔬菜、干鲜果品 .....        | 214     |

## 一、天圆地方 男女有别

我国古代朴素唯物论认为，盘古开天地，混沌初开，轻清者上升，为天为阳；重浊者下降，为地为阴；天地交合，万物萌生，人为万物之灵，生于天地之间，男为阳，女为阴。

性别本是与生俱来的区别人类差异的一个最原始、最基本的特征。关于生男生女之原委，自古以来有种种假说，这也是人类数千年探索自身的一个课题。如，古希腊人曾认为父亲右侧睾丸产生的精子与母亲右侧卵巢排出的卵子相结合会生女孩，反之则生男孩；又有人认为父亲身强体壮、性欲亢奋的多生男孩。我国古人以阴阳学说为依据，认为环境对决定胎儿性别有着重要关系。如《淮南子》中说：“山气多男，泽气多女。”山川挺拔、伟岸，其性属阳，故受胎时若得山川之灵气多为男；江泽清澈阴柔，受胎时得其气而多为女。

中、外有关性别成因之假说，不胜枚举，直到 20 世纪初叶，随着科学技术的不断进步，人类才得以借助科学手段逐渐认识了自身的奥秘。决定性别的因素才被真正地揭示出来。

**1. 性染色体是决定性别的唯一因素** 人类细胞中有 23 对染色体，其中的 1 对性染色体决定着性别（另 22 对常染色体决定着除性别以外的一切遗传特征）。女性的性染色体是大小和形状相同的 XX 染色体，如果性染色体由 1 条 X 染色体和 1 条相对较小的 Y 染色体组成，这个人就是男性。生物的生长、发育是通过细胞分裂来完成的，生殖细胞也不例外。精子在睾丸中、卵子在卵巢中都是经过“减数分裂”生成的，如一个经过“减数分裂”后的卵子的染色体数为 23X，也就是说细胞在分裂过程中成对的染色体各自分开，分别进入不同的子细胞之中。女性的体细胞的染色体是 46XX，经过分裂后所有的卵子所携带的染色体都是 23X，这就是说，在决定下一代性别方面，卵子是被动的，决定性别的关键取决于胎儿的另一半染色体——来自父亲的精子。

由于男性的体细胞是由 46XY 构成的，经过减数分裂，必然有 50% 的精子携带 Y 染色体，而另 50% 的精子携带 X 染色体。男性每次性生活时可排出数亿个精子，但最终进入卵子内部并与之结合成受精卵的精子却只有一个。这种结合是随机的，如果带有 X 染色体的精子与卵子结合，这个受精卵所具有的性染色体就是 XX 型，胎儿的体细胞的染色体构成即为 46XX，当然是女孩。反之，如带有 Y 型染色体的精子受孕，胎儿的体细胞即为 46XY，自然是男孩。

决定性别的 X—Y 机理告诉我们两个科学道理：一是决定人类性别的关键因素是来自父亲的精子，取决于是带有 X 染色体的精子还是带有 Y 染色体的精子使卵子受精；二是胎儿的性别在受精的一瞬间就已经决定，目前还没有足够的资料证

明在胚胎发育早期会使性别发生改变。也就是说，一旦受孕，无论怎样改变饮食、生活习惯或怎样进行心理暗示，对胎儿的性别都没有影响。

如果父亲或母亲的生殖细胞染色体有异常，或者在发育过程中受环境或药物的影响，受精卵会在分裂中发生畸变，使胎儿的体细胞多出一条或两条性染色体，如 46XXX，46XXY 等情况，这在临床上称为真两性畸形。当外生殖器发育不好，外观上难以辨别性别时，从口腔或阴道采集表皮细胞进行染色体涂片检查，能很清晰地看到染色体的构成，这是鉴定性别的最可靠的方法。

**2. 性征是性别的外在表现** 健康人的第一性征从降生时就表现在外生殖器上，靠肉眼即可看得一清二楚。第二性征是在性腺分泌的性激素的催动下发育出来的从外表就能观察到的性别特征。一般女性在 12~14 岁、男性在 13~16 岁时，性腺快速发育，第二性征明显地表现出来，形成区别男女差异明显的外在特点。青春期表现出的性特征，除了促进生殖系统发育和激发性欲外，还能提示性发育是否正常。此时家长应注意观察孩子的第二性征出现的时间、特点是否正常。第二性征出现的过早或过迟，表现的过分突出或明显不足，都说明性发育不正常，应及时请专科医生诊治。

男性的第二性征表现为体型高大、肌肉发达、骨骼相对粗壮、汗毛较多也密集，喉结突起，声音低沉浑厚，骨盆较小，双肩宽大。在皮肤方面，男性的皮肤相对于女性来说显得粗糙些，皮脂腺的分泌也较女性为多。男性的阴毛也有特征，呈菱形分布，上缘可达脐下，下缘达到肛周。胡须更是男性的象征，有些男性还会在胸、腹、腿部生出粗硬的体毛。

女性的第二性征在体型方面表现为较男性相对矮小，体态婀娜多姿，皮下脂肪丰厚，皮肤薄且细嫩。女性的喉结不发

育，声音高、脆、亮。女性的骨骼较细，骨盆大，两肩窄，使臀部突出。女性体毛较细且分布稀疏，阴毛呈倒三角形，上缘局限于阴阜，下缘分布到阴道上缘和大阴唇周围，肛门部无阴毛生长。乳房是女性最重要的第二性征，高耸、坚挺的乳峰使女性的体型美感集中地表现出来。

3. 性别与性征的异常发育 虽然在受精时就决定了性别，但要在形态上区别出性别却要等到胚胎的第7周。与性别有关的疾病包括遗传性疾病和先天性畸形两种。遗传性疾病是指由于生殖细胞或受精卵里的遗传物质在结构或功能上发生了改变，从而使新发育的个体罹患疾病，包括染色体疾病和分子遗传缺陷。先天性畸形是指婴儿出生时就已经表现出的形态结构异常，其中一些先天性畸形属于遗传性疾病，但也有一些先天性疾病与遗传的关系不大，主要是胚胎发育过程中由于在子宫内受某种环境因素影响而导致的，这里只分析两性畸形。

医学上所说的两性畸形，又称阴阳人，是指具有男、女两性性器官，但往往发育不全，男女性别处于中间状态的患者。

自然界许多低等动植物中，雌雄同体为正常自然现象。但在高等动物及人类中，除了胚胎发育的最早期，曾经出现一时性的两性时期外，其他时间内如果两性并存，就成为一种病理现象。两性畸形实际上是全身畸形的一部分，这样的人发育到了青春期，面临着工作、生活等困难，尤其是对婚姻影响极大，因此应及早发现、诊断和治疗，解除身心痛苦。

正常人的性别是由多方面因素决定的。以细胞染色体X、Y及其X小体和Y小体作标准，称为核染色体和核染色质性别；通过性腺的分化和发育鉴别，称为性腺性别；以体型为标准，即第一、二性征划分，称为身体性别；特殊抚养和环境影响而形成的性别，称为社会性别。性别以XY染色体决定以后，还要经过分化的过程，如中间出现某些障碍，就不能分化

或者分化不出正常的男、女两性，从而形成了两性畸形。

可见，两性畸形是由于分化异常等因素导致的，临床上主要指外生殖器混乱，可分为真两性畸形和假两性畸形两大类。

(1) 真两性畸形。患者体内同时具有男女两性性腺，即同时具有卵巢和睾丸，呈现两套外生殖器官。但其表现形式不同，或性腺一侧为睾丸，另侧为卵巢；或每侧性腺内有睾丸及卵巢两种组织，即所说的卵睾；或一侧为卵睾，另一侧为卵巢或睾丸。内生殖器与其相邻的性腺相符，外生殖器多为性别不明，并且发育不全。体内所具有的卵巢和睾丸皆可能有内分泌功能，因而体内雌激素和雄激素可同时产生，但以其中一种激素占有优势，也正因为如此，第二性征的表现也往往随占优势的激素而定。其染色体型约半数为 46, XX，少数为 46, XY。

真两性畸形比较少见，其发病机理目前还不甚明了。

婴儿出世后，细心的父母应仔细观察其生殖器官，如果性征不明确，就应充分相信科学，进行染色质检查。染色质检查的结果和性征表现不一致时，应及早加以改变，包括抚养、药物和手术治疗等。再稍大一些发现时，尤其是青春期的“阴阳人”，尤应及早诊治，以减少因外生殖器畸形带来的精神创伤，避免影响今后的人格发展及婚姻生活。当然，此时患者的状态亦很重要，包括其社会教养、本人愿望及畸形程度，应视上述具体情况加以矫正。一般来说，仍然应以性染色质检查的结果来决定性别。患者外生殖器接近女性，且按女性抚养者，可将其男性结构切除，或辅以雌激素治疗，以促进乳房及生殖器发育。如果没有阴道或阴道短浅者，可在结婚前行阴道成形术。一般而言，人工建造具有性交功能的阴道还是比较容易的。如果外生殖器不能经手术建成足以性交的阴茎时，宜切除男性器官，并帮助这样的患者向女性方面发展，因为人工建成具有性交功能的阴茎是很困难的。如果患者外生殖器接近男

性，且已按男性抚养者，可以切除其女性结构，辅以雄激素治疗，以促进男子第二性征的发育，必要时可做相应的外生殖器修建术。

(2) 假两性畸形。假两性畸形较真两性畸形者略多，假两性畸形者的性腺为单性型，即只具有一种性腺，或只有卵巢，或只有睾丸，其外生殖器、第二性征与性腺有某种程度的分歧，可以分为女性假两性畸形和男性假两性畸形两类。

女性假两性畸形即指女性男性化。两侧性腺为卵巢，染色体核型为 46, XX，皆属正常女性，但其外生殖器男性化，表现为阴蒂增大及两侧阴唇有不同程度的融合。此类病人较常见的发病原因是先天性肾上腺皮质增生，或称肾上腺性征综合征。常有家族史，属于常染色体隐性遗传，只有在夫妇两人都具有隐性遗传因子时，其后代有 1/4 受累的机会。由于  $C_{17}$  羟基酶缺乏，孕酮不能转化为氢化可的松，因氢化可的松的缺乏，使垂体前叶分泌更多的促肾上腺皮质激素，以致肾上腺皮质增生而雄激素分泌过多，母体中过量的雄激素可以阻止女性胎儿生殖器和泌尿器的正常发育，致使女性胎儿外生殖器男性化发育。这样的病人外阴部常只有一个小孔代替尿道及阴道，而阴蒂大。尿 17-酮较正常值高，出生后生长快，肌肉发达，阴毛发育早，约 11~12 岁左右骨骺即愈合，故身高较正常人矮，伴有原发性闭经及多毛等。除因先天性肾上腺皮质增生外，也有继发于使用雄激素过多者。孕妇有先兆流产，若服用过多的具有雄激素样作用的人工合成孕激素类药物，或者过量服用雄激素，有可能引起女性患儿男性化。此类患者尿中 17-酮排出量正常。还有极少数女性假两性畸形者的发病原因不明。

如果属于先天性肾上腺皮质增生者，必须早期做出明确诊断并终生使用氢化可的松治疗。经治疗，青春期以后可如女性

正常发育并伴有月经来潮，结婚之后还可以具生育能力。如果阴蒂过大，可行手术切除。如果属于孕期使用过多的雄激素类药物导致的，出生后不用治疗，青春期发育可自然沿女性方向发展，手术纠正外生殖器的畸形即可。

男性假两性畸形即男性女性化。这种人体内有睾丸，但外生殖器有女性化表现。患者性腺为睾丸，染色体型为 46, XY。患者多为先天性对雄激素不敏感，又称雄激素不敏感综合征，或睾丸女性化。其外生殖器女性化，睾丸常未下降而仍然留在腹腔内，或者不完全下降，位于阴唇或腹股沟处。青春期后仍无月经，无阴毛及腋毛，尿中 17-酮排出量较高，在雌激素影响下，第二性征女性化。

此类畸形有遗传因素，有家族史，系通过母体携带隐性因子而遗传于其子。常有一个以上家庭成员外生殖器有不同程度的女性化表现，如阴茎短小、尿道下裂或睾丸不下降等。

男性假两性畸形患者经明确诊断后应及早治疗，以减轻精神创伤。应按照本人的愿望及环境、抚养等手术治疗。本类病人多为睾丸女性化者，其内生殖器常发育不全，而外生殖器女性化，皆不育。可以手术切除睾丸，因发育不全的睾丸在青春期后容易恶变，故切除后又可兼防恶变。辅助以雌激素治疗。如果阴道短浅则可在结婚前后行阴道成形术，临床上阴道成形术的效果较阴茎成形术为好。或者可以根据患者的意向修补尿道下裂，使隐睾下降，并给予男性激素治疗。

## (二) 性 激 素

在先天气别决定了以后，是什么因素使男人或女人在漫长的人生路上保持着鲜明的性别特征和性功能呢？它就是神奇的性激素。

卵巢是决定女性性别的性腺，睾丸是决定男性性别的性腺，它们都会分泌性激素。卵巢分泌占主要地位的是雌激素和孕激素；睾丸分泌占主要地位的是雄激素。同时卵巢还能产生极微量的雄激素，睾丸也能分泌极微量的雌激素。此外，人体肾上腺皮质也会生产少量性激素，女性以雌激素为主，也有极微量雄激素；男性以雄激素为主，也有极微量雌激素，所以说男中有女，女中有男。但是，这种与性别相反的性激素的存在并不起主导作用，只有在某些性特征异常的疾病中，才会发生性激素主次颠倒的状况，出现男性女性化或女性男性化。

**1. 雄激素(睾丸酮)** 在垂体促性腺激素的影响下，睾丸合成雄激素和产生精子。雄激素是含有十几个碳原子的甾体激素，具有雄性激素活性的甾体有多种，主要有睾酮、雄烯二酮、脱氢异睾酮及雌酮四种，其中以睾酮的活性最高。

雄激素对精子的产生、男性性器官发育、促进和维持第二性征与性功能起着重要作用。此外，雄激素在脂肪代谢中能使体内贮存的脂肪减少。

**2. 雌激素** 雌激素由颗粒细胞、卵泡内膜细胞和黄体细胞分泌。卵巢分泌的雌激素主要是雌二醇，在血液内代谢成为与蛋白结合的雌酮。雌二醇与雌酮在肝内变成作用力弱的雌三醇，后者与葡萄糖醛酸结合后失去活力，经尿排出。

测定血或尿中雌激素水平，可以作为了解卵巢功能的指标之一，常用方法是测定尿中雌激素的排出量。在月经周期的第1周甚少，以后逐渐增多，到排卵的第1天即月经周期的第13天左右达高峰，即排卵高峰。排卵后稍减少，约1周后(月经第21天左右)，出现第2个高峰。黄体萎缩时雌激素水平迅速下降，在经前期达最低水平。

雌激素测定的数值，每个周期或个体的差异较大，所以单次测定的结果意义不大。