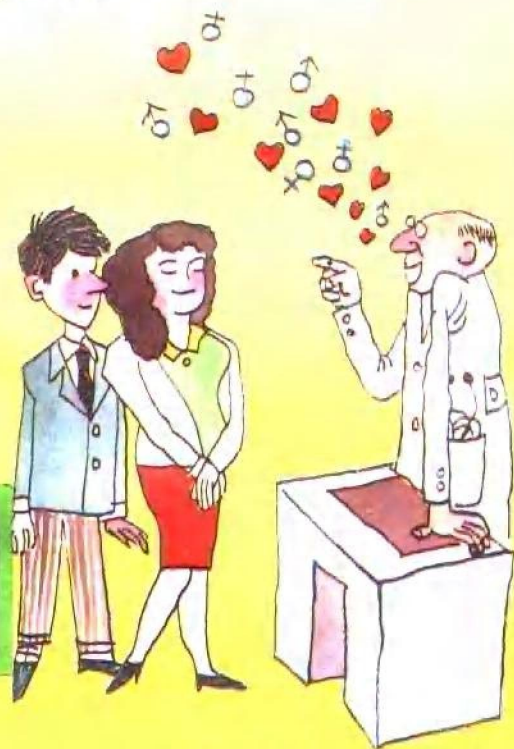


100问小丛书

性知识100问

康力升 张 鹏 编著
刘春英 蔡 明



江苏科学技术出版社

96
r167
73
2

100 问小丛书

性知识 100 问

康力升 张 鹏 编 著
刘春英 蔡 明

出版发行:江苏科学技术出版社
经 销:江 苏 省 新 华 书 店
照 排:南京金花园轻印刷中心
印 刷:南京江浦第二印刷厂

开本 787×1092 毫米 1/36 印张 5.75 插页 2 字数 105,000

1994 年 10 月第 1 版 1999 年 1 月第 5 次印刷

印数 31,001—36,000 册

ISBN 7—5345—1841—5

R·304 定价:5.00 元

责任编辑 沈 志

江苏科技版图书如有印装质量问题,可随时向承印厂调换。

目 录

一、性医学简论

1. 什么是性? (1)
2. 什么是性医学? (2)
3. 什么是古代房中术? (4)

二、性器官解剖与生理

4. 男性生殖系统是由哪些器官组成的?
..... (6)
5. 男性生殖功能是怎样调节的? (8)
6. 男性性反应周期是怎么回事? (10)
7. 阴茎是怎样勃起的? (11)
8. 精子是怎样产生的? (12)
9. 精液是怎样射出体外的? (13)
10. 女性生殖系统是由哪些器官组成?
..... (14)
11. 女性生殖功能是怎样调节的? (17)
12. 女性性反应周期是怎么回事? (18)
13. 卵子是怎样产生的? (21)
14. 卵子是怎样受孕的? (22)
15. 处女膜是怎么回事? (23)

16. 青春期性器官是如何发育变化的?
..... (24)
17. 什么是性敏感区? (25)
18. 中医对性器官的解剖有哪些认识?
..... (26)
19. 中医是怎样认识性反应周期的?
..... (28)
20. 肾、天癸与性的关系如何? (29)
21. 冲、任、督、带与性的关系如何?
..... (31)

三、性心理与性行为

22. 人的性心理发展是怎样一个过程?
..... (33)
23. 儿童期真的是“无性”期吗? (35)
24. 儿童性心理有何特点? 如何对儿童
进行性教育? (37)
25. 怎样正确看待手淫? (40)
26. 如何对待婚前性行为? (41)
27. 性幻想、性梦和遗精是病态吗?
..... (44)
28. 怎样使夫妻性生活过得更美满?
..... (45)
29. 老年性心理有哪些特点? (48)
30. 老年夫妻应当怎样过性生活? (51)
31. 什么是性变态心理? (53)
32. 性变态有哪些表现? 怎样防治?

- (55)
33. 什么是同性恋? 应当怎样正确对待?
..... (57)
34. 中医认为男女性反应各有哪些表现?
..... (61)
35. 性功能与增龄的关系如何? (63)

四、性功能障碍

36. 性功能障碍是怎么回事? (65)
37. 引起性功能障碍的原因有哪些?
..... (66)
38. 如何治疗性功能障碍? (68)
39. 什么是阳痿? (70)
40. 中医和西医怎样治疗阳痿? (72)
41. 阴茎为什么会异常勃起? 怎样治疗?
..... (73)
42. 什么是不射精症? 如何治疗? (75)
43. 逆行射精是怎么回事? 如何治疗?
..... (77)
44. 射精为什么疼痛? 用什么方法治疗?
..... (78)
45. 中医和西医是如何认识早泄原因的?
..... (79)
46. 怎样治疗早泄? (81)
47. 什么是遗精? 中医是如何认识和治
疗遗精的? (83)
48. 什么是性欲减退症? 中西医结合治

- 疗有哪些方法? (85)
49. 为什么会发生性交疼痛? 怎样治疗?
..... (87)
50. 阴道痉挛的原因有哪些, 如何治疗?
..... (89)
51. 中医是如何认识和治疗性欲亢进的?
..... (91)
52. 什么是女性性高潮障碍? 怎样治疗?
..... (92)

五、性传播疾病

53. 性传播疾病是怎么回事? 有哪些特点? (94)
54. 性传播疾病的危害有哪些? (95)
55. 家庭中有性传播疾病病人怎么办?
..... (97)
56. 性传播疾病是怎样传播的? 易感人群及职业特征如何? (98)
57. 什么是梅毒? (100)
58. 怎样防治梅毒? (101)
59. 淋病是怎么回事? 患病后男女症状有何不同? (103)
60. 如何防治淋病? (104)
61. 什么是软下疳? 如何诊断和治疗?
..... (105)
62. 性病性淋巴肉芽肿的主要症状是什么? 如何治疗? (107)

63. 尖锐湿疣表现如何？怎样治疗？
..... (109)
64. 非淋球菌性尿道炎是怎么回事？如何
诊断和治疗？ (110)
65. 滴虫病是怎么回事？如何治疗？
..... (111)
66. 什么是艾滋病？其病毒主要存在于
病人体内的哪些部位？ (113)
67. 艾滋病的临床表现有哪些？如何治疗？
..... (114)
68. 怎样预防艾滋病？ (116)

六、性保健

69. 中医是如何认识性保健的？ (119)
70. 中医性保健有哪些基本原则？ (121)
71. 禁欲有益于健康吗？ (123)
72. 气功疗法为什么能调节性功能？
..... (124)
73. 有哪些简易气功可用于性保健？
..... (126)
74. 有哪些按摩法可用于性保健？ (128)
75. 治疗阳痿有哪些简易的推拿方法？
..... (130)
76. 性功能障碍的饮食疗法有哪些原则？
..... (132)
77. 治疗阳痿有哪些药膳？ (133)
78. 治疗早泄有哪些药膳？ (135)
79. 精液异常可以用药膳调治吗？ (137)
80. 给孩子服用补品会引起性早熟吗？

- (139)
81. 烟、酒对性保健有什么影响? (141)
82. 绝育手术会影响性功能吗? (142)
83. 衣着不当也会影响性器官吗? (144)

七、生 育

84. 生男生女由谁决定? (146)
85. 中医是如何认识优生的? (147)
86. 怀孕期间为什么要控制性生活?
..... (149)
87. 私自打胎有什么不良后果? (151)
88. 人工流产有哪些并发症? (153)
89. 习惯性流产一定是坏事吗? (154)
90. 乳房发育不良对婚育有影响吗?
..... (157)
91. 如何选择避孕药具? (158)
92. 何时放置节育器最适宜? (160)
93. 绝育有些什么措施? (162)
94. 什么是不育症? (164)
95. 男性不育有哪些病因? (165)
96. 女性不孕有哪些病因? (167)
97. 中医怎样治疗精液异常所致的不
育症? (169)
98. 中医是怎样诊断和治疗女性不孕的?
..... (171)
99. 什么是免疫性不育? 如何防治?
..... (173)
100. 人工授精是怎么回事? (175)

一、性医学简论

1. 什么是性？

大自然创造了生命，生命造化了性。性把生命妆扮得光彩绚丽。性寓于生命，与生命交织在一起，变得神奇。

《圣经》说：上帝用“大地的灰尘”制造了男人，又从他鼻孔里吹入了生命；而他则拿下自己的一根肋骨，塑造出了他的女伴。性果真是上帝创造的吗？其实，我们了解一下性在自然界中演化的过程，就会明白性是怎样一回事？

大约在 30 亿年前，地球上出现了原始的单细胞生命，这种生物通过一分为二的自身分裂，进行着繁殖。约 10 亿年前，多细胞生物出现，开始了有性繁殖。即多细胞生物中一部细胞司生育，产生性细胞（配子）通过配子相结合产生合子，由合子发育成新个体。

在有性繁殖中，最初是雌、雄同体的，就是说，同一个体，有睾丸和卵巢两套生殖器官。后来又经过进化，雌雄分为异体。其中低等动物类在体外进行受精，如鱼在水中受精；高等动物形成了一个特殊的器官——阴茎，把精子直接导入雌性动物体内。

由此可见，性产生于生物进化过程中，性使物

种得以生存、繁衍。同时，有性繁殖有两个亲代参加，促进了进化，创造了新物种。当然，性又总是伴有一种神奇的力量，驱使动物交配从而生育，显然，那些无性欲的个体，无法参加生殖而自然淘汰。

经过漫长的进化，人已不再是一般的高级动物。那么，对于人来说，性是什么呢？这是一个很难确切回答的问题。首先，在生物学上，性依然是一种生育方式，人类通过性而生存、繁衍。同时，性又是一种表达、交际和娱乐的方式，这就还需要我们从心理学、社会学多方面来讨论。通读了这本小册子后，您将会对性这个问题有更深一层的理解。

2. 什么是性医学？

性学是一门跨自然科学与社会科学等多学科的综合性新兴学科，它包括了性的生物学，行为学和人文学。性医学是性学的重要组成部分，是研究人的性器官与生理，性心理与性行为，以及性卫生与性疾病的一门医学。

可以说，从猿进化到人的第一天起，人类就开始探究自身的性。在人类遗留下来最早的文化作品中，可以看到性是作品表现的重要内容。岩洞壁画用夸张的女性性器官来表现丰收；用巨大的男性生殖器作为崇拜物。在现存最早的医学著作中，如中国出土的汉代马王堆墓的《五十二病方》中，也都以大块的篇幅记载了性医学问题。但性医学作为一门独立的学科还只有 100 多年的历史。

在建立性医学的 100 多年历史中，有三位伟大

的学者为性医学发展建立了三个里程碑。第一位学者是德国医生弗洛伊德。他在 19 世纪末，提出了性学中无意识与幼儿性欲两个极其重要的概念，系统地阐述了性发育与性行为学说，自此，性医学成为一个专门学科。第二位学者是美国印第安纳大学的动物学家金赛。他在本世纪 40 年代建立了性研究所，用了 10 年时间和他的同事做了 16000 份性史调查，其中金赛一人就做了 7000 份，他的这种既无先人又无来者的浩大的性学调查研究，引起了当时医学界和社会学工作者对性学的极大兴趣。金赛工作的意义不仅在于他描述了各种各样的性行为模式，更重要的还在于他极大地推动了医学界、社会学界对性学的研究和普及。成为性医学发展第三个里程碑式人物的是一位美国妇科医生——马斯特。60 年代他在美国创立了性学生理实验室，在 694 名志愿者的配合下，他观察、检测、拍摄了由手淫或性交达到的 10000 次性高潮引起的人体反应，他的研究工作奠定了性生理的基础，进而由此开辟了性治疗学的新天地。

虽然，在我国灿烂的中医文化中很早就有许多性医学研究方面的记载，但它作为一个学科发展却相当晚，只有约 10 年的历史。现在我国开展的性医学工作主要有三方面：介绍和引进国外性医学研究的成果和进展；整理中医文化中与性学相关的内容；性疾病的防治研究。

3. 什么是古代房中术？

古代房中术是我国一种古代的房事养生术，是一种通过性交得以健身的方术。主要内容可分为：接阴之术、房事损益、采阴补阳、房事忌禁、房事与子嗣。

接阴之术是讲性交的姿势与体位。古代医书中对接阴之术有详尽、生动的记载。马王堆出土的《五十二病方》就把房事与10种动物姿态相比提出“十节”。《素女经》则把接阴之术分为十条、九法、六势等。

房事损益，其损者，系七种房事中对人体的损害；益者，系八种健身的房事之法。《五十二病方》、《黄帝内经》、《玉房秘诀》等医著中，对损益内容讲述的不尽相同，但都归纳为“七损八益”。《玉房秘诀》所论七损八益内容为：“一益曰固精……。二益曰安气……。三益曰脏利……。四益曰强骨……。五益曰调脉……。六益曰蓄血……。七益曰益液……。八益曰导体……。”七损内容为：“一损谓绝气……。二损谓溢精……。三损谓夺脉……。四损谓互泄……。五损谓机关厥伤……。六损谓百闭……。七损谓血竭。血竭者，力作疾行，劳困汗出，因以交合，……，连施不止，血枯气竭。”

采阴补阳，是指在性交时女子精泻，男子不泻，以此法采女子之阴精，补男体之阳，是房事中一种导引健身之法。应该说，采阴补阳术是房中术糟粕部分，没有科学根据，只不过是女性的一种淫乐

之术罢了。

房室忌禁，论述的是房事时天忌、地禁、人禁。天忌是说什么样的天时不能房事；地禁是说在某些场所不宜性交；人禁是说与什么样的女子不能接阴。如《千金方》中说，“御女之法，交会当避大风、大雨、大雾、大暑……。又避日月星辰，火光之下，神庙佛寺之中，井灶圜厕之则……。”当然，用现代观点看待古代房中术中的房事忌禁，应当是有扬有弃的。

房事与子嗣，这部分论述了房事中怎样生男育女和如何优生的方法。其中在优生学方面有很多值得推崇的内容；至于房事中如何决定妊娠的性别，又实在太缺乏根据了。

古代房中术的记载主要见于古代的中医文献，部分来源于佛家和道家的秘宗。纵观古代医著，我们很容易得出这样的结论：先秦、两汉是古代房中术发展的辉煌时期。据《汉书·艺文志》载，房中著作有 8 家、186 卷。虽然这些医书已佚失，但这些著书反映出先秦、两汉时期房中术已经有丰富的内容。至隋唐时期，古代房中术发展到了高峰。《隋书·经籍志》收录房中著作 11 部、34 卷。这个时期的医著成为我们今天整理、研究古代房中术的最宝贵的文献。宋代及其以后，理学盛行，“存天理，灭人性”，致使近 1000 年古代房中术发展缓慢，最终没能发展成为中医性医学。

二、性器官解剖与生理

4. 男性生殖系统是由哪些器官组成的？

男性生殖系统由内、外生殖器两部分组成。外生殖器包括阴茎和阴囊，内生殖器包括生殖腺体睾丸和生殖管道附睾、输精管、尿道以及附属性腺精囊、前列腺和尿道球腺。

(1) 外生殖器——阴茎和阴囊

阴茎是男性交配器官，具有排尿和射精功能。分为阴茎根部、阴茎体部和阴茎头（或称龟头）。阴茎体有阴茎包皮包裹，有三个圆柱状的勃起组织结构，上方为两个平行于阴茎的海绵体，下方中间是通过尿道的尿道海绵体。海绵体内有弹性纤维和平滑肌纤维交织成许多腔隙与迂曲的螺旋动脉和静脉相通。性兴奋时，螺旋动脉开放，大量血液由阴茎深动脉经过螺旋动脉进入海绵体腔隙，阴茎海绵体充血胀大，由于海绵体胀大，使静脉受压，血液回流受阻，故引起阴茎勃起现象，性兴奋减弱时，螺旋动脉闭塞，进入海绵体血量减少，而静脉回流无阻，故阴茎呈疲软状态。阴茎龟头与阴茎体以冠状沟为界区分，龟头富含感觉神经末梢，对性刺激十分敏感，是男子主要的性敏感区。阴茎龟头下方与阴茎体部之间附有一条相连的系带，称阴茎系带。大多

数男性的阴茎在常温下勃起时，平均长度为 7~9.8 厘米，勃起时为 11~17.5 厘米。阴茎的勃起及勃起维持，是由中枢神经发出信号，通过副交感神经控制和支配的。

阴囊是由皮肤、纤维及肌肉构成的一个囊。内含有睾丸、附睾及部分精索等，阴囊在神经调节下常随温度变化出现收缩或松弛的改变，以调节阴囊内温度，使之适合精子的生长与发育。在寒冷情况下，阴囊缩小出现皱壁，并与睾丸紧贴；温度升高时，阴囊常伸展松弛，皱壁消失。阴囊正中有一纤维隔将阴囊分为左右两部，一般左侧阴囊较右侧略低。

(2) 内生殖器——睾丸、附睾、输精管、前列腺、精囊、尿道球腺

睾丸是男性生殖系统的关键器官。由它产生精子和雄性激素。睾丸呈卵圆形，位于阴囊内左右两侧。成人两睾丸重 20~30 克，睾丸内含有 30 厘米长的曲细精管，曲细精管之间是睾丸间质细胞，曲细精管的生殖上皮上的精母细胞连续分化，逐步产生精原细胞、初级精母细胞、次级精母细胞和精细胞，精细胞经过变态成为精子。睾丸间质细胞主要产生雄激素。

附睾附着于睾丸的上部，头部与睾丸相通，尾部与输精管相连续。附睾主要由附睾管组成，是精子发育、成熟和储存的地方，精子长期不能排出时，则会被消化和吸收。

输精管由附睾尾部连续而成。是一个运送精子

的肌肉管道，长 30~50 厘米。远端与精囊腺排泄管合成射精管，开口于尿道前列腺部的精阜。射精时，输精管产生强有力收缩，将精子运送到射精管，和精囊腺液、前列腺液等组成精液从尿道射出。精囊为一对椭圆形囊状器官，上宽下窄，位于输精管壶腹外侧，前列腺底后，膀胱与直肠之间，与输精管共同开口于精阜。它所分泌的液体占精液的 70%。前列腺是一个实质性器官，约栗子大小，在膀胱下方，围绕尿道开始段，其分泌物是精液的主要部分。射精前或在性兴奋状态下尿道口流出的少量粘性液体，多是尿道球腺所分泌，尿道球腺是两个豌豆大小呈小球形的器官，它通过细长的排泄管与尿道相通。

5. 男性生殖功能是怎样调节的？

男性的生殖功能是在中枢神经系统、下丘脑—垂体—性腺轴的内分泌调节控制下，通过精子发生、精子成熟、精子运输和精子获能等一系列生理活动完成的。

(1) 神经系统调节

各种性兴奋刺激，如性敏感区的感觉神经末梢刺激，听或看到的色情刺激，使大脑皮层性兴奋中枢兴奋，并传入脊髓引起勃起中枢兴奋，阴茎勃起，兴奋刺激冲动不断增强致射精中枢高度兴奋，触发一系列射精反射，出现射精。

(2) 内分泌系统调节

下丘脑有一个内分泌调节中枢，它与垂体发生

联系，而垂体又通过内分泌素与睾丸等联系，这个调节系统称为丘脑—垂体—性腺轴。这个轴系所分泌的激素称为性激素。其在胎儿时期能促进性及生殖器官的分化与发育，在幼少儿时期能促进性器官的成长与发育，在青春期则能促进生殖器官的成熟，促进第二性征如胡须、喉结的出现，同时又有对性行为的启动与调节作用，激发性欲与维持性功能。下丘脑主要产生促性腺释放激素（GnRH），GnRH 通过结节漏斗束与跨脑室膜束到垂体，促使垂体合成并分泌 LH 和 FSH。LH 在女性称为促黄体生成激素，在男性则称间质细胞刺激素；FSH 在女性称为卵（滤）泡刺激素，在男性则称为生精刺激素或雄激素合成蛋白（ABP）刺激素。LH 在男性主要调节睾丸间质细胞分泌睾酮（雄性激素），正常成年男性睾酮主要来自睾丸间质细胞，仅 5% 由肾上腺皮质产生。血中睾酮浓度随昼夜时间不同变化较大。如睾酮明显增高，多伴有性欲亢进。FSH 在男性主要调节生精功能，它一方面作用于睾丸曲细精管生精上皮的支持细胞，使其形成血睾屏障，维持生精的微环境，另一方面促进支持细胞产生 ABP，ABP 与睾酮结合使曲细精管内睾酮浓度比血浆中高 100 倍，由于睾酮能促进精母细胞的减数分裂，故可大大提高生精能力。正常情况下，血中睾酮含量对下丘脑和垂体存在有正、负反馈作用，血中睾酮浓度过高，可抑制下丘脑 GnRH 和垂体 LH 的分泌，这种抑制称为负反馈抑制。若血中睾酮含量过低，又会使 GnRH 和 LH 分泌增加，这种促进作用叫正反