

计划生育科普丛书

国家计划生育委员会

主编

宣传教育司

# 新婚卫生

XINHUN WEISHENG

人民卫生出版社

062635

R 167  
6735

# 新 婚 卫 生

韩向阳 郎景和 编著

人 民 卫 生 出 版 社

## 新 婚 卫 生

韩向阳 郎景和 编著

人民卫生出版社出版

(北京市崇文区天坛西里10号)

人民卫生出版社印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行

787×1092毫米32开本 38印张 78千字

1986年1月第1版 1986年6月第1版第2次印刷

印数：55,001—245,020

统一书号：14048·5256 定价：0.44元

## 前 言

实行计划生育,有计划地控制人口增长,提高人口素质,是直接关系到社会主义现代化建设和中华民族兴旺发达、子孙后代幸福的一件大事。为了帮助广大群众特别是青年男女了解有关计划生育、优生优育的科学知识,我们委托人民卫生出版社出版一套《计划生育科普丛书》。

今年先编著十种,内容有青春期卫生、新婚卫生、避孕节育、孕产期保健、遗传与优生、婴幼儿保健等六个方面,可供具有初中文化程度的城乡青年、育龄夫妇、基层计划生育专干、妇女干部等阅读。丛书的内容具有科学性、知识性、实用性和趣味性,使之适合于广大读者的需要。

在《丛书》陆续出版之际,我们谨向为其出版付出了许多辛勤劳动的作者、审稿者、出版者表示诚挚的谢意。由于编辑时间比较匆促,尚有不足之处,请专业人员及广大读者提出批评与指正。

**国家计划生育委员会宣传教育司**

一九八五年十一月十五日

ABE 53/04

# 目 录

前言..... 国家计生委宣教司

## 生理解剖

- 人为什么要结婚? ..... 1
- 性是怎样起源的? ..... 2
- 男女的主要区别在哪里? ..... 3
- 男性的生殖器官主要有哪几部分? 都有哪些生理作用? .... 5
- 女性的生殖器官主要有哪几部分? 都有哪些生理作用? .... 7
- 什么叫性激素? 性激素有什么作用? ..... 10
- 精液的成分有哪些? 一次排出的精液量有多少? ..... 12
- 遗精是怎么回事? 遗精对健康有害吗? 婚后是不是就不再  
发生遗精了? ..... 13
- 什么叫手淫? 手淫有无害处? 怎样戒掉手淫习惯? 婚前有  
过手淫, 婚后会影响夫妻性生活吗? ..... 14
- 女子月经是怎么回事? 什么叫月经周期? ..... 17
- 在月经期间应注意些什么? ..... 18

## 婚姻优生

- 何谓优生? 优生学的任务是什么? ..... 20
- 什么是遗传? ..... 21
- 近亲结婚有什么害处? ..... 22
- 是同姓不能结婚吗? ..... 24
- 什么是遗传性疾病? ..... 24
- 为什么要做婚前检查? ..... 26
- 婚前检查包括哪些内容? ..... 27

哪些人之间不能结婚？	28
哪些人应暂缓结婚？	28
新婚后如何选择怀孕时机？	29
新婚妇女出现哪些征象就是怀孕了？	30
什么是“妊娠四忌”？	31
怎样进行遗传咨询？	32
哪些情况应做产前诊断？	33
什么是选择性流产？	33
新婚妇女怀孕后要注意哪些卫生问题？	34
怎样计算预产期？	36
新婚妇女怀孕后出现哪些现象必须到医院检查？	37
第一胎孕妇快到临产前要做好哪些准备？	37
什么叫围产期和围产期保健？	38
人的性别是怎样决定的？	40

### 夫妻生活

怎样正确认识性生活？	42
为什么要树立正确的性道德观念？	43
怎样过好新婚之夜？	45
处女膜破裂与出血是怎么回事？	46
性生理反应过程是怎样的？	47
男女性功能有什么不同？	48
怎样才能达到性生活的和谐？	50
怎样认识性快感和性交时间？	53
性生活卫生包括哪些内容？要注意些什么？	54
什么情况下要避免性生活？	56
什么叫早泄；新婚后发生早泄有哪些原因？发生早 泄怎么办？	57
新婚之夜，或新婚后久别重逢，男子射精较快。 这是不是早泄？	59

什么叫阳痿？引起阳痿的原因有哪些？发生阳痿 怎么办？ .....	59
什么叫性欲亢进？出现性欲亢进怎么办？ .....	63
女子性感异常是怎么回事？新婚后哪些原因能引起性感异 常？发生性感异常怎么办？ .....	64
女子性交障碍有哪些原因？新婚后性交障碍怎么办？ .....	66
男子阴茎包皮过长或包茎对性生活有影响吗？ .....	67
射精疼痛是什么原因？发生射精疼痛怎么办？ .....	68
不能射精是什么病？有无治疗方法？ .....	69

### 计划生育

什么叫计划生育？ .....	71
怀孕必须具备的条件是什么？ .....	71
怀孕的经过是怎样的？ .....	73
避孕与节育的原理是什么？ .....	74
新婚夫妇怎样选择避孕方法？ .....	75
有一个子女后，夫妇坚持长期避孕，选择什么避 孕方法好？ .....	76
怎样使用避孕套？ .....	77
使用避孕套失败的原因有哪些？如何避免失败？ .....	78
使用避孕套时，射精后发现避孕套破了怎么办？ .....	78
避孕套滑脱掉入阴道里怎么办？ .....	79
较长时间使用避孕套对人体健康有无害处？会不会引起生殖 器官发炎？ .....	79
如何保存避孕套？什么样的避孕套不能使用？ .....	80
放入阴道的外用避孕药有哪几种？避孕原理是什么？外用 避孕药适合新婚夫妇使用吗？ .....	80
外用避孕药膜的成分是什么？怎样使用避孕药膜？ .....	80
外用避孕药片的成分是什么？怎样使用外用避孕药片？ .....	82

避孕栓的成分是什么？怎样使用避孕栓？	82
避孕药膏的成分是什么？怎样使用避孕药膏？	83
外用避孕药有什么优缺点？	83
常用的短效口服避孕药有哪几种？各有什么成分？	84
怎样使用短效口服避孕药？	85
哪些妇女适合使用短效口服避孕药？哪些妇女不适合使用？	85
服短效避孕药后出现恶心、呕吐等类早孕反应怎么办？	86
为什么有人在服短效避孕药期间发生阴道出血？	86
服避孕药期间发生阴道流血怎么办？	87
怎样防止服避孕药期间发生阴道流血？	87
服短效避孕药后发生闭经怎么办？	88
短效口服避孕药有哪些优缺点？	88
什么叫速效口服避孕药？哪些人适合使用？避孕作用是什么？	89
常用速效口服避孕药有哪几种？怎样使用？	89
速效避孕药有哪些优缺点？	91
什么叫长效避孕药？新婚妇女适合使用长效避孕药吗？	91
口服长效避孕药有哪几种？为什么有长效作用？	92
怎样使用口服长效避孕药？	92
哪些人适合吃长效口服避孕药？哪些人不适合吃？	94
口服长效避孕药有哪些优缺点？	94
注射用长效避孕药有几种？怎样使用？	95
注射用长效避孕针剂有哪些优缺点？	96
使用避孕药，一般要注意什么问题？	96
什么叫阴道避孕药环？怎样使用它？	97
什么叫宫内节育器？常用的宫内节育器有哪些种类？	98
宫内节育器避孕的原理是什么？	99
哪些人适合放置宫内节育器？新婚妇女可以放置宫内节育器吗？	99



什么时间放置宫内节育器好？	100
放置宫内节育器后要注意什么？	100
生育一胎后，放置宫内节育器可以作为长久的终生避孕吗？	101
什么叫阴道隔膜避孕法？	102
新婚妇女适合使用阴道隔膜避孕法吗？	102
阴道隔膜有几种型号？怎样选配？	102
怎样使用阴道隔膜？	103
什么叫安全期避孕法？	104
怎样计算安全期？	104
哪些人适合选用安全期避孕？	105
安全期避孕法有哪些优缺点？	105
什么叫体外排精避孕法？	106
避孕会影响性生活吗？	107
避孕失败怀孕了怎么办？	107
得了哪些疾病必须坚持避孕？	107
什么叫不孕症？婚后不孕有哪些原因？	108
婚后不孕怎么办？	110
如果女方不育的原因是卵巢不排卵还可以治疗吗？	111

# 生理解剖

## 人为什么要结婚？

这是一个看来浅显而又深奥的问题。

一般地说，一个人总要承担着两大使命：一是为社会、为他人做贡献，即通过劳动和工作来创造和提供有益的东西；二是为民族、为人类尽义务，即通过婚姻和生殖来繁衍后代，维系种族延续。

繁衍后代，延续种族，是一切生物普遍具备的基本特征。人也决不例外。人类的生殖繁衍离不开两性的结合。男女到了成熟期，便产生性的欲念，以至要求结合，这当然是很自然的、合理的事情，并不是什么淫秽和邪恶，乃是人的至洁至纯。然而，人也有别于动物，是受道德和法律制约的。人类的两性结合，不仅是性的吸引，而且要更加高尚，更加完美，并有更为丰富的社会内容。

从两性情爱、选择配偶到性活动，是人的复杂而多彩的、自然和社会相互作用的过程。它对促进人的文明进化，家庭和睦、社会安宁起着重要作用。这其中需要有高尚的道德、纯洁的感

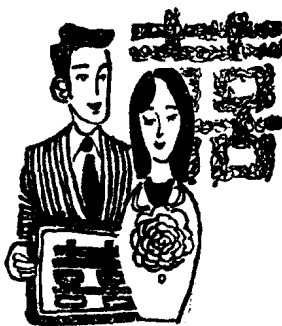


图 1

情，也需要有科学和理智。

两性结合以后，性生活仍然只是生活的一部分，而且处于从属地位。人生最主要的目的是把自己的青春、智慧和力量，以至生命献给最美好、最壮丽的共产主义事业，为世界上绝大多数人谋利益，这才是人生最大的幸福和快乐。青年伴侣，不仅仅是恩爱夫妻配偶，更应是志同道合的战友。“择偶须偕千秋业，爱有源头情不竭”。

维系家庭，发展爱情，也正是靠这一坚实而纯洁的基石，同时也要注意解决好家庭生活中出现的其它问题（包括性生活）。希望大家都建立起一个互敬、互爱、互信、互勉、互帮、互让、互谅、互慰的美满和睦的家庭。

## 性是怎样起源的？

谈到性，首先应该从生殖说起。生命的原始形态，是单细胞生物，并无性别之分。生殖的方法也很简单，一分为二，各半继续生长再行分裂，像草履虫就是这样。也有的小动物（如水螅）将体内芽胞破除，长成个新体；或将身体分成若干段（如扁平绦虫），每一段即可生长为新个体。这些生殖方法不涉及性别，故称无性生殖。生物的进化，使得在比较高等的生物体内，有了特定的专门进行生殖的细胞和器官。生殖是靠性细胞（或生殖细胞）的结合，如精子和卵子的结合完成的。于是，便有雄雌之分。尽管有些动物（如蚯蚓），父母是一个雌雄同体者，但从紫紫起舞的蜜蜂到万物灵长的人，都同样是雄雌分开，靠异性的交配繁殖后代的，这便是有性生殖。

所以，两性的吸引、追逐和交合，是包括人类在内的一

切较高级动物的共同的生物本能。为了求偶，雄性动物或者卖弄自己的奔跑跳跃的本领，或者放声歌唱表达“钟情”，或者展示艳丽的尾羽……，它们在竭力显示自己的特长和“男子气概”，来取得配偶的青睐和倾倒。

诚然，人在性的结合上要比动物复杂得多，但就生殖而言，与高级哺乳动物并没有多大差异。而且，人类是能够控制自己生育的。

人类个体性的发育也是耐人寻味的。性别的决定只在受精的一刹那，而胎儿在16周时外生殖器已经形成。从出生到青春期前，男女性的发育可以说是潜在的、渐进的。到了青春期，男女才在性发育的外部特征和心理上发生了极为显著的变化，即所谓“青春突变”。更为微妙的是，男



图 2

女间既有自然的吸引和亲和，又有不自然的退避和疏远。进而而有性欲的产生，男女的向往、追求和爱恋。

由此可见，从人类进化和群体的延续上，性的作用是多么重要；从个体的发育和家庭的组合上，性的影响又何等深刻啊！

## 男女的主要区别在哪里？

男女的主要区别是各自身体内生殖器官的不同。人类的

生殖，是通过两性生殖器的生理活动而实现的，它包括生殖细胞（精子和卵子）的形成、交配、受精、着床（或种植）、胚胎发育、成熟、分娩等生殖生理过程。担任这项重要任务的器官是生殖器官，或称生殖系统。男女两性生殖器官的构造与生理功能是不同的。男女性器官构造上的不同与特征，称为第一性征。

生殖器官包括主要性器官和附属性器官。男子的主要性器官是睾丸；女子的主要性器官是卵巢。它们除能产生精子和卵子外，还分泌男性激素和女性激素。男子的附属性器官有附睾、输精管、前列腺、精囊腺、阴茎等；女子则有子宫、输卵管、阴道、前庭大腺等。

男女一进入青春期（一般男子是14~20岁；女子是12~18岁），便开始出现一系列与性有关的特征（如男子长胡须、喉结突出、嗓音低沉和骨骼粗大等；女子则乳房发育、骨盆宽大、皮肤细腻、皮下脂肪丰富和嗓音尖细等），这种生理发育上的不同特征，称为第二性征，也叫副性征。

第一性征和第二性征的不同点，还在于前者是在胎儿时期就发育起来的，而后者是在性逐渐成熟时才逐渐发育和表现出来。也可以说，只有在睾丸和卵巢所产生的性激素的作用下，男女性器官和第二性征才能逐渐发育和出现，否则，性器官就得不到发育，会永远保持在幼稚型上，第二性征也不会出现。

性腺的内分泌功能，除了上述的生理作用外，对于男女两性的心理活动，体格的发育以及性生理功能都有重要作用。

## 男性的生殖器官主要有哪几部分？都有哪些生理作用？

男性生殖器官主要分内、外两大部分。内生殖器有睾丸、附睾、输精管、精囊腺、前列腺等。外生殖器有阴茎、尿道和阴囊。男性生殖器官的生理功能活动是大脑皮层及皮层下中枢神经控制的。

(1) 睾丸：睾丸在阴囊里面，呈卵圆形，左右各一个，如栗子大小。睾丸是男子的性腺，是一种内分泌腺体，主要的生理作用是产生精子和男性激素（睾丸酮）。睾丸里有许多曲细精管，是产生精子的地方。所产生的精子，通过睾丸输出管进入附睾，再进入输精管而排出。男性激素可促进男

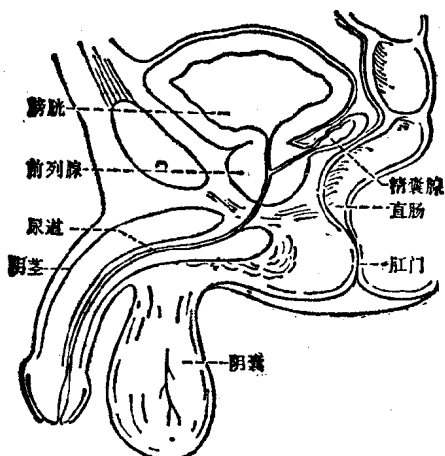


图3 男性生殖器官

子生殖器官的发育，保持男子的生理特征和性机能，并能促进精子生长。

(2) 附睾：附睾在睾丸的上方，左右各一个，形状扁平，和睾丸相连，是由许多曲折的小管构成。睾丸产生的精子，通过睾丸输出管，被输送到附睾里贮存。所以，附睾是睾丸和输精管中间的一段通路，又是贮存精子和促进精子发育成熟的器官。

(3) 输精管：输精管是一条细长的管，左右各一条，每条全长约 35 厘米，一端起于附睾，连结着附睾管，另一端和尿道相连，开口于尿道。输精管本身有收缩和蠕动能力，它主要的生理作用是输送精子。

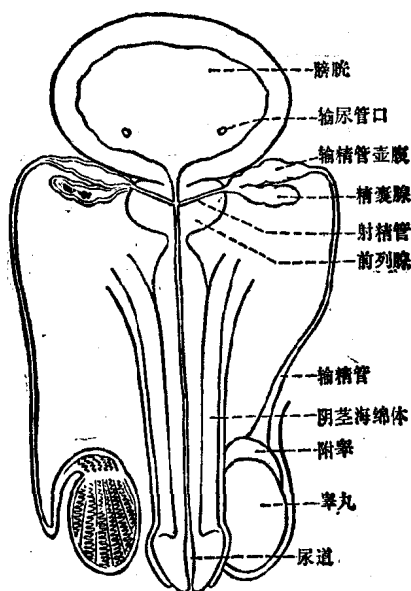


图4 男性生殖器官正面观

(4) 精囊腺、前列腺：均是生殖器官的附属腺体，开口在尿道。精囊腺和前列腺都能产生一种硷性液体，帮助精子活动，又是精液的主要内容。当精子过多时，可贮存在精囊内。

(5) 阴茎：是一个圆柱状海绵样的器官，有丰富的血管和神经分布。阴茎有两种功能，一是排尿，一是射精。性欲冲动时，可以充血而勃起，是性交的器官。尿道在阴茎中间通过。

(6) 尿道：尿道是一条较细的管道，全长约 12 厘米，内口连着膀胱，外开口在阴茎的龟头上。输精管、精囊腺、前列腺等，均开口在尿道。所以，尿道是排尿和排精的通道。

(7) 阴囊：阴囊是一个皮囊，中间有隔，左右各有一个睾丸、附睾和输精管的下半段。

## 女性的生殖器官主要有哪几部分？都有哪些生理作用？

女性生殖器官也分内生殖器和外生殖器两大部分。外生殖器在身体外面，可以看到，包括大阴唇、小阴唇、阴蒂、阴前庭等。内生殖器位于体内，包括阴道、子宫、输卵管和卵巢等。

(1) 外阴，外阴部有大阴唇和小阴唇，在两侧小阴唇之间的部分叫阴裂。阴裂中有两个开口，上方的小口是尿道口，向上通向膀胱，是排尿的通道。下方的口较大，是阴道口，向上连着阴道。小阴唇上方为阴蒂，由两个能勃起的海绵体组成，外面有纤维膜包着。阴蒂上有丰富的神经末梢分布，



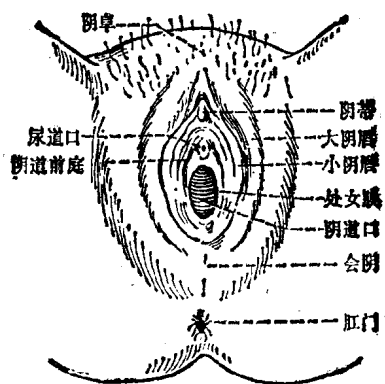


图5 女性外生殖器

感觉特别敏锐，是性感最强的部位。阴唇对生殖器有保护作用。

(2) 阴道：是一个空腔器官，为内外生殖器之间的通道，上方连着子宫，下方是阴道口。阴道口有一层薄膜组织，即处女膜。阴道全长约10厘米，有伸展性。整个阴道壁表面覆盖着粘膜，有丰富的血管网，但无分泌腺。阴道底部后方，叫后穹窿。阴道是流月经和生孩子的通道，又是女子性的交接器官。

(3) 子宫：是一个扁平的象倒放的鸭梨一样的器官，大小如鸡蛋大，是产生月经和胎儿生长发育的地方。它的下部向阴道内凸出，呈圆柱状，叫子宫颈。子宫颈上有子宫外口和阴道相通，精子从这里进入女性内生殖器。

(4) 输卵管：输卵管从子宫两侧角部伸出，左右各一条，全长约10厘米，是一条较细的管道。输卵管一头和子宫腔相通，另一头开口在卵巢附近，和腹腔相通。输卵管主要是