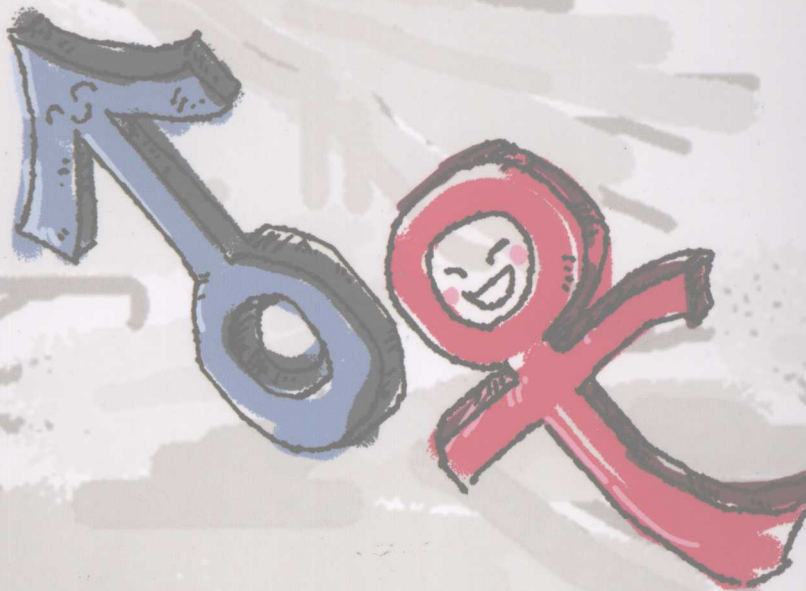




性健康指南

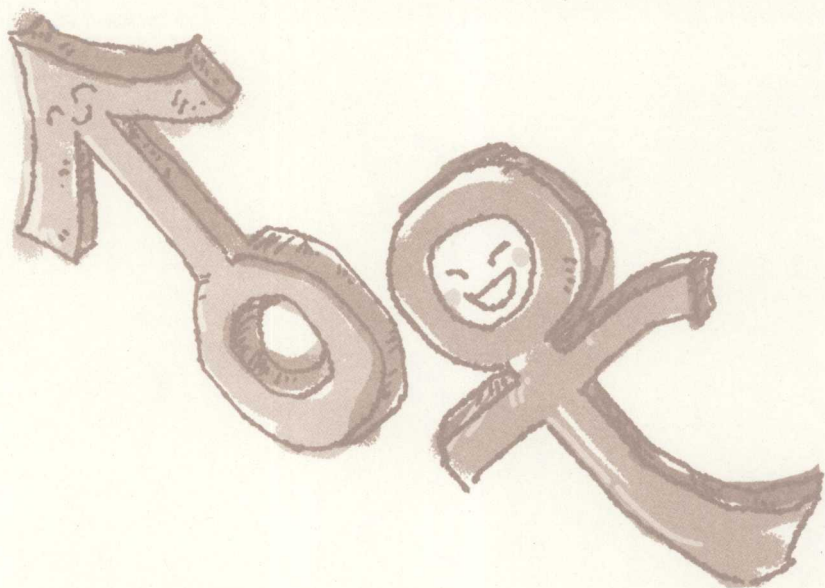
孩子问 vs 家长答

Questions Kids ask about Sex
and How Parents can Respond



中国轻工业出版社

美国全国医生家庭资源中心
NATIONAL PHYSICIANS CENTER FOR FAMILY RESOURCES



性健康指南

孩子问 ♥ vs 家长答

Questions Kids ask about Sex
and How Parents can Respond

 中国轻工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

性健康指南: 孩子问—家长答/ (美) 莱特福特等编著.
—北京: 中国轻工业出版社, 2007.9

ISBN 978-7-5019-5135-2

I. 性… II. 莱… III. 青少年—性教育—问答

IV. G479-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 115981 号

版权声明

Copyright © 2005, 2004, 1998, 1995 National Physicians Center for Family Resources 版权所有。未经授权, 不可以使用任何机械或电子手段复制, 包括复印、复录, 以及其他任何现有或将有的资料处理系统(评论家在报纸、杂志或广播中引用除外)。如有疑问, 请向美国全国医生家庭资源中心(National Physicians Center for Family Resources, P. O. Box 59692, Birmingham, Alabama 35259, USA)

责任编辑: 石 巍

责任终审: 劳国强

出版发行: 中国轻工业出版社(北京东长安街6号, 邮编: 100740)

印 刷: 河北省高碑店市鑫昊印刷有限责任公司

经 销: 各地新华书店

版 次: 2007年9月第1版第3次印刷

开 本: 787×1092 1/32 印张: 4

字 数: 60千字

书 号: ISBN 978-7-5019-5135-2/G·573 定价: 10.00元

著作权合同登记 图字: 01-2005-5310

读者服务部邮购热线电话: 010-65241695 85111729 传真: 85111730

发行电话: 010-85119845 65128898 传真: 85113293

网 址: <http://www.chlip.com.cn>

E-mail: club@chlip.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社读者服务部联系调换

70815J7C103ZYW

亲爱的读者：

无论是在美国还是在中国，作为教师和家长，我们都常常会面对相同的困境：“我是不是应该和孩子谈性？”很多时候，父母不知道怎样和孩子谈论这些敏感问题，于是孩子从互联网、书籍或其他途径获得自己想要的知识。为了帮助你和孩子沟通这些敏感话题，最终有了《性健康指南：孩子问——家长答》。这本书经过数百位美国医生审阅，已在全世界发行了超过100万册。

我们的机构——美国全国医生家庭资源中心——是一家非盈利性机构，目的是为了让医生参与卫生与儿童福利事业，帮助世界变得更美



好。机构的医生都是志愿者，他们用自己的时间和专业知识服务于社会，为家庭和教育者提供教育资源，帮助青少年学会管理自己。

我们在中国与国家教委、青苹果之家、中国性学会、中国红十字会、北京儿童医院等合作，参与培训教师、卫生健康教育者、父母和学生，帮助他们了解青少年的身体和心理的健康需要，并帮助他们解决成长中遇到的问题。并致力于帮助中国的青少年预防艾滋病和性病。

戴安娜·莱特福特

美国全国医生家庭资源中心总裁

读者来信

“你是否也像许多家长一样，苦于不知道怎样与你的孩子谈论与性有关的问题？那么你不用再烦恼了，因为美国全国医生家庭资源中心已经为我们提供了这个小册子《性健康指南：孩子问——家长答》。它涉及所有能想像到的问题，回答为什么和怎样做到洁身自爱，保持婚前的纯洁。在同类与孩子谈性的读物中，我们认为《性健康指南：孩子问——家长答》是最好的一本书。”

约翰·罗斯蒙德 (John Rosemond),
美国 家庭心理学家和 “家教” 专栏作家

“我已经告诉过你们有关美国全国医生家庭资源中心的信息，我认为这是个很有责任感并且值得信赖的机构，他们着重倡导性纯洁和拒绝婚前性关系。他们有一本小册子《性健康指南：



孩子问——家长答》可以帮助你们与孩子讨论与性有关的问题……这本书在这个重要的领域提供了很多正确的资讯，很多家长和你们一样，并没有掌握这些知识。这本问答小册子从医学和性纯洁方面为青少年提供了青春期健康保护和必要的性知识。”

劳拉·史来辛基博士 (Dr. Laura Schlessinger),

广播 / 电视名家和作家

“在与许多家长和年轻人交流时，我发现家长和孩子之间很难谈论有关性的话题。更遗憾的是，如果大多数青年人知道他们父母的价值观，他们就可能按照父母的期望去做……这个小册子表达的信息很直接、准确、清晰，消除了家长与孩子之间就性话题进行沟通的障碍。”

乔·麦克翰尼医生 (Dr. Joe S. McIlhane, Jr.),

医学研究院院长

“一直以来，我们看到很多的需要，要求帮助家长，让他们了解如何与孩子讨论性问题。这些家长想给孩子们公开传授正确的性健康知识，我们愿意向他们推荐一本非常好的小册子，即《性健康指南：孩子问——家长答》。”

凯瑟琳·苏利文 (Kathleen M. Sullivan),
“现实世界” (Project Reality) 主任

“我们的未来取决于下一代以什么样的世界观和价值观去生活。成年人有责任告诉年轻人，在他们未来的生活中性关系对他们的影响有多大……在我们当代的文化中，年轻人需要确切的知识 and 来自父母恒久的爱。《性健康指南：孩子问——家长答》是一本很好的工具书，通过这本书，家长们可以很方便地把他们的价值观传递给下一代。”

李安娜·本 (LeAnna L. Benn),
少年帮助者 (Teen-Aid) 公司 国内部总裁



“谢谢你们的小册子。我发现它既富有知识性又非常实用。它传达的信息正是我们想要告诉孩子的内容。我期待与我的孩子们分享这些知识，也能建立有意义的交流沟通。”

B.巴斯科姆 (B. Bascom),
美国康涅狄格州的一位家长

“这本小册子给我留下了深刻的印象。我多么希望我的孩子在青少年时读过这本小册子啊。不过，我也很高兴能与我的孙子以及他们的父母分享它。感谢你们为教育我们的孩子做出的努力。”

K.杨 (K. Young),
美国爱达荷州的一位家长

“我刚读完你们的小册子，我应当说这是一个理想的性知识读本。我感到小册子编写得很好，它的语言和观点让家长和教育家在与青少年的交谈中感到很自然。我认为每个家长和青少年都应该读这本小册子……”

C.迪哈特 (C. Dehart),
美国路易斯安那州的一位家长

“我是一个老年公民，也是很为孩子着想的爷爷，我现在退休在家与孙子们享受天伦之乐，也常与邻居的青少年在一起。我发现他们没有接受过有关性的教导。你们的小册子真是好极了！”

F.斯坦恩 (F. Stern),
美国夏威夷的一位祖父



“我感谢你们编写的小册子，我要把它们带到学校，让孩子们也读到它。”

A. 库顿 (A. Kuden),

挪威的一位家长

“非常感谢你们的小册子…… 它一定会对我们家有很大帮助，我们也会按你们的希望与其他人分享。”

B. 克莱维尔 (B. Clavier),

挪威的一位家长

在北京儿童医院的青春期门诊，我们利用这个小册子，对青少年及其家长进行青春期性教育工作，家长们常常感到解决了他们心中的大问题。

闫春梅

北京儿童医院青春期门诊

作者:

戴安娜·莱特福特 (Dianna Lightfoot), 美国国家医生家庭
资源中心总裁

简·安德森 (Jane Anderson), 儿科医生

麦克斯·奥斯丁 (Max Austin), 妇产科医生

唐·巴海姆 (Don Barham), 眼科医生

格伦·巴德所 (Glenn Bedsole), 传染病科医生

里德·贝尔 (Reed Bell), 小儿 / 公共健康医生

菲伊·W.布兹曼 (Fay W. Boozman) 阿肯色州卫生部主任

列弗·布拉格 (Lev Bragg), 耳鼻喉科医生

唐·卡麦克尔 (Don Carmichael), 血管外科医生

查尔斯·柯菲 (Charles Coffey), 家庭医生

巴顿·库克 (Barton Cook), 儿科医生

哈罗德·考克斯 (Harold Cox), 家庭医生

威廉姆·考尔森 (William Coulson), 精神科医生

约翰·克洛福特 (John Crawford), 内科医生

威廉姆·柯里 (William Curry), 家庭医生

汤姆·菲奇 (Tom Fitch), 儿科医生

桂勒姆·戈德埃 (Guillermo Godoy), 新生儿科医生

歌林·格里芬 (Glen Griffin), 儿科医生 / 婚姻与家庭杂志

主编



大卫·夏甲 (David Hagar), 妇产科医生

奇浦·翰尼斯 (Chip Hanes), 妇产科医生

肯特·琼 (Kent Jone), 普通外科医生

菲利普·奇拉齐兹 (Philip Kiratzis), 精神科医生

保罗·拉罗萨 (Paul LaRussa), 精神科医生

乔·迈克林顿 (Joe D. McClinton), 妇产科医生

保拉·摩尔 (Paula Moore), 家庭医生

鲍勃·姆林斯 (Bob Mullins), 家庭医生

艾伦·牛顿 (Allen Newton), 新生儿科医生

大卫·派特 (David Pate), 内科医生

贝斯·韦乌尔·皮尔斯 (Beth Weaver Pierce), 儿科医生

史提夫·斯坎纳 (Steve Skinner), 皮肤科医生

格里高利·斯奇夫 (Gregory Skipper), 传染病科医生

布伦达·泰勒 (Brenda Taylor), 妇产科医生

丹·楚姆布尔 (Den Trumbull), 儿科医生

肯德尔·韦格 (Kendall Vague), 整形骨科医生

豪尔·沃利斯 (Hal Wallis), 妇产科医生

约翰·惠芬 (John Whiffen), 整形骨科医生

汤姆·伊尔伍德 (Tom Yearwood), 麻醉科医生

E.朗斯顿·海古德 (E. Langston Haygood) 博士

安吉拉·诺尔斯·格里菲思 (Angela Knowles Griffiths) 健

康教育专家 / 脊椎指压治疗医生

堂纳·帕克 (Donna Parker), 机构总裁

莫尼卡·罗德曼 (Monika Rodman), 道德顾问

丹尼斯·基里斯派 (Denise Gillispie), RN

拉里·吉 (Larry Gee), 家庭全科医生

李黄秀娟 (Rosemary Lee), 儿童健康与疾病预防护士长

闫春梅, 北京儿童医院医生

周明, 中日友好医院医生

阴波, 和睦家医院医生

王培洁, 编辑

以下作者所言不代表美国全国医生家庭资源中心（National Physicians Center for Family Resources）的观点。本文无任何动机要去解释或阻碍法律。

P.O. Box 59692
Birmingham, AL 35259

toll-free (877) 870-1890
www.physicianscenter.org



目 录

家长需要注意的 10 个问题 / 1

青春期/性成熟期 / 9

一般问题 / 11

身体变化——女性 / 19

女性生殖系统解剖图 / 30

身体变化——男性 / 33

男性生殖系统解剖图 / 35

生殖 / 39

性欲 / 51

术语 / 53

性纯洁 / 56

“安全”性关系 / 57

性传播疾病 / 59

概要 / 62

常见的性传播疾病(STDs):症状和治疗 / 69

青春期的情绪及社会问题 / 77

词汇表 / 97

家长需要注意的 10个问题

Ten Pointers for Parents

