



大学生

◎主 编：李玉山 林萍 李敏



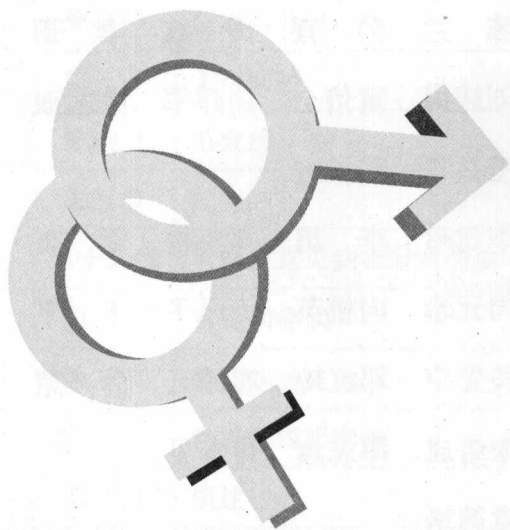
性与健康教育

DAXUESHENGXINGYUJIANKANGJIAOYU
DAXUESHENGXINGYUJIANKANGJIAOYU
GYUJIANKANGJIAOYU

湖北长江出版集团
湖北人民出版社

大学生

性与健康教育



◎主 编：李玉山 林 萍 李 敏

湖北长江出版集团
湖北人民出版社

鄂新登字 01 号

图书在版编目(CIP)数据

大学生性与健康教育/李玉山,林萍,李敏主编.

武汉:湖北人民出版社,2007.6

ISBN 978-7-216-05130-9

I. 大…

II. ①李…②林…③李…

III. ①大学生—性教育—教材②大学生—健康教育—教材

IV. G479

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 074666 号

大学生性与健康教育

李玉山 林 萍 李 敏 主编

出版发行: 湖北长江出版集团
湖北人民出版社

地址:武汉市雄楚大街 268 号
邮编:430070

印刷:武汉市楚风印刷有限公司

经销:湖北省新华书店

开本:880 毫米×1230 毫米 1/32

印张:9.125

字数:245 千字

插页:1

版次:2007 年 6 月第 1 版

印次:2007 年 6 月第 1 次印刷

书号:ISBN 978-7-216-05130-9

定价:22.00 元

本社网址:<http://www.hbpp.com.cn>

本书编委会名单

主 编：李玉山 林 萍 李 敏

副主编：陈 兰 姜 宜 田 红 李 田

刘婷凤 黄信全 向建军 陈冠亚

王昌华 吴长虹

编 委：李雪玲 李 勇 邓小梅 周 英

周元珍 向桃英 王凤平 王 平

段先宇 邓红玲 廖泽云 薛 慧

朱组成 谭志鑫 肖本见

审 订：袁德培

前 言

当代大学生是我们国家的宝贵人才，是祖国的未来和希望，他们能否健康成长、成为国家的栋梁，决定着国家的前途和命运。大学生的性健康以及由性引发的诸多问题，日益引起大学生以及社会各界的广泛关注。来自全国各高等院校的资料表明，当前大学生性健康状况令人堪忧。大学生的性健康状况不佳，不仅直接影响到他们在大学期间的学习和生活，而且还将对他们毕业后的工作和家庭生活造成不良影响。因此，大学生的性与健康问题，已成为迫切需要面对和重视的社会问题。

处于青春发育（后）期的大学生，其性发育已经成熟。然而，在校大学生的心理却正处于迅速发展趋于成熟而又尚未成熟的阶段，身心状态还不稳定，可塑性很大。青春期是性发育的一个重要时期，由于受到中国传统思想的影响，谈“性”色变，所以大多数青少年未能从家庭、学校及社会宣传等正规渠道获得科学、系统的性知识，有一部分可能通过电视、书籍及互联网上获得一些不系统、不正规、不完整的性知识，甚至有一些青少年通过非正规渠道获得错误的有害的性观念。同时，我国正处于一个改革开放发展的时期，国内外的文化频繁交流、价值观的多元化和西方“性解放”、“性自由”思想的冲击给中国大学生的性观念、性道德、性行为带来巨大的影响，中国大学生的性观念、性道德正在发生巨大的变化，大学生的婚前性行为、校外同居甚至性犯罪等社会问题已经出现，而此时我们国家的性健康教育又表现得相对滞后。因此，加强对大学生进行系统的性与健康教育，让大学生了解青春期的性生理、性心理和性行为特点，明确个人在爱情、婚姻、生育等方面应

有的态度和责任,树立正确的性道德观,消除对性的神秘感和好奇心,自觉抵制不健康性观念的危害,促进他们德、智、体、美全面发展,成为 21 世纪高素质的现代化建设的开拓者和创造者,具有十分重要的现实意义。

《大学生性与健康教育》主要针对大学生们所感兴趣的性问题,结合这一群体的健康状况和对性与健康知识的需求,从人类的生物属性、心理属性和社会属性三个角度,进行了系统的编写。同时,结合我国国情,我们还对爱情婚姻家庭、生殖与计划生育、大学生常见病防治和性传播疾病等知识也进行了详细的讲述。通过系统的性与健康教育,使大学生初步掌握性的基本知识,消除性愚昧和性无知,指导大学生树立健康的性观念,规范他们的性行为,预防性传播疾病,促进人类社会性文化文明的进步。

本书的编写得到了许多大学生的支持,在此表示感谢!在编写过程中参阅了大量资料,并引用了大量论文材料,在此向原作者表示谢意。本书涉及面广,尽管在编写过程中我们付出了很大努力,但内容疏漏和不足在所难免,望广大读者和同仁批评指正。

湖北民族学院生理教研室

2007 年 5 月

目 录

第一章 人类性文化	1
第一节 性是动物的本能	1
第二节 原始的生育观	3
第三节 古人性崇拜的内容	5
第四节 人类性的性质	10
第二章 健康的新概念	14
第一节 健康的概念	14
第二节 健康的内涵	15
第三节 大学生健康	17
第四节 什么是人类的性健康	20
第五节 影响健康的因素	20
第三章 性别的决定、检测和控制	24
第一节 性别的决定	24
第二节 性别的检测	27
第三节 性别的控制	28

第四章 生殖系统（性器官）的构造与功能	32
第一节 生殖系统	32
第二节 男性生殖系统	33
第三节 女性生殖系统	37
第五章 性生理与健康	46
第一节 性成熟的表现	46
第二节 性行为与性反应	51
第三节 性功能障碍	58
第四节 嗜好品与性功能	60
第五节 大学生的性生理保健	66
第六节 几个共性的性生理问题	78
第六章 性心理与健康	84
第一节 性意识的发展	85
第二节 大学生性心理的表现（特点）	93
第三节 大学生性心理健康的维护	95
第七章 性行为与健康	102
第一节 性行为的分类	102
第二节 性行为的功能	105
第三节 性行为与健康	106
第四节 影响性行为的因素	113

第五节 青少年的性行为·····	114
第六节 大学生婚前性行为危害·····	119
第七节 大学生应做好性适应·····	131
第八章 性侵害与自我保护·····	133
第一节 概 述·····	133
第二节 性 骚 扰·····	134
第三节 强 奸·····	136
第四节 要善于保护自己·····	140
第五节 色情文艺·····	143
第六节 注重个人修养抵制色情污染·····	148
第九章 性道德与法制·····	151
第一节 性道德及其特征·····	151
第二节 性道德规范·····	153
第三节 性道德范畴·····	154
第四节 性道德关系·····	158
第五节 当代大学生的性道德·····	162
第六节 性 法 制·····	165
第十章 爱情婚姻家庭·····	169
第一节 友情和爱情·····	169
第二节 婚姻与家庭·····	187
第三节 爱情、道德和性的统一·····	193

第十一章 生殖和计划生育	197
第一节 性与生殖	197
第二节 妊娠与分娩	200
第三节 人口问题	211
第四节 节育的斗争	214
第五节 优生	222
第十二章 大学生常见病症状与防治	230
第一节 常见病症状	230
第二节 常见病的防治	242
第十三章 常见性传播疾病	256
第一节 概述	256
第二节 性传播疾病的类别及传播途径	258
第三节 性传播疾病的危害	260
第四节 性传播疾病的防治原则	261
第五节 常见性传播疾病及防治	262
主要参考文献	281
参编人员编写内容统计表	282

第一章 人类性文化

人类从诞生到现在至少有 300 万年的历史了。人类要靠饮食来维持生存，通过性来繁殖后代。性是人类社会十分关注的一个问题。在人类的活动中，性占有重要的地位，它几乎渗透到人类社会生活的各个领域。从某种意义上讲，性相当神秘，凡是与性有关的事物都充满了神秘的色彩，人们对性的认识也被一层一层的迷雾笼罩着。社会的、文化的、宗教的种种禁忌又几乎使人类对性知识的了解步入了漫长的迷途。人们想了解它，又怕触及它。随着人类文化和生活水平的提高，人们对性的认识逐渐从愚昧和迷信中走出来，人类的性问题对个人健康的影响也越来越受到重视。

第一节 性是动物的本能

性是动物的本能之一，它几乎无所不在。对于人类来说，性这种男女之间最亲密的游戏，绝对是一种快乐的事情，却往往叫人讳莫如深。然而，性也是自然界最神秘的谜题，时至今日我们仍不能将其彻底解释清楚，只有随着人类的进步和科学的发展，去一层层地揭开它的面纱。

一、人类性的起源

长久以来，人们已经把很多事情与彗星和小行星联系起来，其中包括地球形状的改变、生命的起源、恐龙的消逝等，以及可能改变人类进化的历程。但是性还未在此列。自第一个有机体诞生大约

10 亿年之后,性的起源仍然是生物学上最大的谜团。科学家们说不清我们为什么会有性行为,也解释不了是什么东西引发了陆地上最早的调情举动。在性出现之前,生命通过无性生殖延续,随着天体自然的变化,有可能对无性的生物体产生了冲击,造成了一批基因的突变,并把它们送上了有性繁殖之路。从生物学上说,有性繁殖是指一对个体把它们的基因物质结合在一起,从而产生一个跟这两个个体都不同的新个体的过程。也就是说,性是由基因造成的。当一个个体成熟时,修复其有缺陷的或受损的 DNA 的最好方法就是和另一个个体的基因结合,因此就出现了“性”。

二、性是人类进化的必需和权利

在基因结合的过程中,出现的基因互补和基因突变促进了物种的进化和变异。科学家认为,有性繁殖比无性繁殖更有利,因为有性繁殖能更快地积累好的基因突变,更快地去掉坏的基因突变,以及更好地抵抗寄生物。但是有性繁殖也要付出一定的代价,比如说雌性的代价,在分雌雄两性的动物中,雌性浪费一半的资源来繁殖本身不能繁殖后代的雄性个体;重新组合的代价,当一个个体达到繁殖的年龄,它显然已经适应其生存环境了,当它的基因和另一个体的基因相结合时,却不能保证结果一定是好的;还有交配的代价,每个个体在寻找其配偶时都要付出代价。但不管怎样,地球上的大多物种都选择了依靠有性繁殖来繁衍后代,其中就包括了人类。从人类历史来看,有性繁殖是利多于弊的,它不仅使人类在生理上进化得更好,而且还大大地丰富了人类的文化。不可否认,性对于人类来说除了具有繁衍后代的功能外还具有享乐的功能,当人类通过性来繁衍的同时也享受了性带来的快乐。因此,性既是人类的必需,也是人类的权利。

三、性的功能

性的功能如何?在人类学的视野中,性的功能一是因生育而

具有传宗接代的功能；二是因婚姻而具有社会关系的功能；三是因单纯的肉体快乐而具有愉悦的功能；四是有利于人类健康的功能。

第二节 原始的生育观

一、原始人群的婚姻关系

原始人群处于人类的幼年时期。当时生产手段甚少，生产力极低，生活资料相当缺乏，经常受到饥饿的威胁。他们居处简陋，游荡不定。生存的困难以及同自然界斗争的困难，使原始人受到沉重的心理压抑。

原始人群是比较松散的社会集团，只有母系血统可能起一定的作用。这种社会组织是人类存在的一个必要条件。当时，生产资料公有、集体生产、共同生活是他们的社会准则。

原始人群的早期阶段，两性关系是杂乱的性交关系。人们可以“无限制的性交”，没有婚姻和家庭。但是，它同动物的性交关系是有严格区别的。“所谓杂乱，是说后来由习俗所规定的那些限制那时还不存在，现在或较早时期通告的禁例在那时是没有效力的”。既有兄弟与姊妹的婚配，也没有上下辈婚配的限制。我国古代文献中记载的“昔太古尝无君矣，其民聚生群处，知母不知父，无亲戚兄弟夫妻男女之别，无上下长幼之道”。“男女杂游，不媒不聘”都是对当时人类社会状态的生动描述和追忆。这是人类脱离动物状态之后的必然发展阶段。

起初，原始人群是不固定的，有分有合。随着采集、狩猎经历的发展，劳动中按年龄分工的出现，促使原始人群不断分化，由于不同年龄的男女之间生理条件的悬殊所引起的反应，人们思维的进步，父母与子女也不愿再发生通婚关系，终于逐步排斥了杂乱的性交关系，发展为比较固定的血缘群团，又称血缘家庭或

血缘公社。它既是一个生产生活单位，又是一个内部互婚的集团。其内部排斥了祖辈和少辈之间、双亲和子女之间互为夫妻的权利和义务；而在同一辈份之间既是兄妹，也是夫妻，即兄弟姐妹之间互相通婚。马克思也说：“在原始时代，姊妹曾经是妻子，而这是合乎道德的。”兄妹结婚，这是血缘婚姻的晚期形式。恩格斯说：“他们把这种关系看做自然而然的事。”这种血缘群婚在历史上曾经存在很长时期。两性关系由杂乱性交进入血缘群婚经历了一个漫长的过程，而且是婚姻史上的一大进步，它促进了人类社会的发展和人类身体结构的显著变化。我国的云南元谋人、陕西蓝田人、湖北郧县郧西人、河南南召人、安徽和县人均属于分类学上的直立人阶段，大致处于血缘公社时期。他们的典型代表是北京人及他们创造的文化。

二、原始人群的生育观念

女人为什么会生孩子？这个现在看来十分简单的常识，在原始时代可以说是最尖锐的问题。远古时代，人们并不认为生殖繁衍与性交有什么联系。人从女性阴道出生的直观印象又使原始人把对妇女的崇拜集中于女性生殖器官之上，人们开始认识到妇女在生殖中的重要作用，但还不知道妇女受孕是男女两性交媾所造成，认为妇女怀孕是因为某种灵物投胎所致，男人的生育作用被完全排斥。这与当时经济文化状况是分不开的，在几十万年或是几百万年前，那时没有家庭，没有国家，大地上人烟稀少，都是以“原始群”为单位生活。那时人们还不会生产，既不会种地，也不会养牛、养马、养鱼，只会捕鱼、打猎、采摘果实，吃大地上现成的食物。“原始群”往往由几十个人组成，人不能太少，否则就难以抵御野兽的袭击，也难以进行大规模的打猎、捕鱼活动；可人又不能太多，会很快把周围大地上现成的食物吃光，大家都要饿肚子了。“原始群”中的男男女女，老老少少都住在山洞里，吃喝睡都是混杂的，在性方面自然也是混杂的。人（哪怕是最原始的人）与动物一个很大的

不同就是有了思维，经常思考“为什么”，而动物只是凭本能吃东西、交配，是不会问“为什么”的。原始人的脑筋动得可多了，天上打雷、闪电了，为什么？下雨刮风了，为什么？为什么高山那么雄伟？为什么人离不开水而水又能淹死人？如此等等。虽然他们提出了问题，但却找不到正确的答案，由于那时还谈不上什么科学，于是只能把这一切现象归于魔力神力的存在，于是雷公电母，雨师风伯，山神水神的故事都被编造出来，对这些神灵，当然就要烧香磕头，加以崇拜了。在生殖方面也是同样。为什么男女性交会那么快乐？为什么从女人肚子里面会钻出一个小生命来？原始人也不能正确的认识这些问题，于是自然而然产生了对性和生殖的崇拜。

第三节 古人性崇拜的内容

一是生殖崇拜，二是性交崇拜，三是生殖器崇拜。这些内容是以生殖崇拜为中心的。古人对生育看得很重要，把人丁兴旺看成是头等大事，因为人就是生产力。这与现代不同，在现代社会，科技是生产力，一个人按一按电钮，能抵上成千上万劳动力的作用，可是在古代，人就是生产力，人多力量就强大，所以人们崇拜生殖。生殖又是男女生殖器接触，即性交的结果，于是也就崇拜性交和生殖器了。古人提倡孩子越多越好，把妇女分娩看成是一件大事，在原始社会，妇女都要去野外分娩，认为可以得天地之气。那时没有什么医疗条件，妇女因为难产而死亡的较多，人们对待她们就像对待战死的英雄一样。

生殖崇拜是产生于原始社会的一种以人的生殖器官为崇拜对象的自然崇拜形态。著名的性心理学家霭理士说：“生殖之事，造化生生不已和大德，原始的人很早就认识，是原始文明所崇拜的最大的一个原则。原始人为表达这崇拜的心理，设有种种象征，其中最主要的一个就是生殖器官的本身。”生殖崇拜分为女

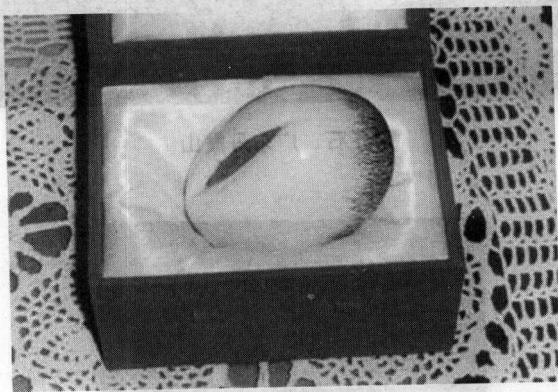
阴崇拜和男根崇拜，分别反映了人们在不同的历史时期对生育现象的认识。



绍兴大禹陵的“空石”，为男根崇拜物（距今约 4000 年）

在以女性为中心的母系氏族社会里，生殖崇拜更趋向于女性，因为当时人们还没认识到受孕是男女两性结合的产物，只看到繁衍人口的任务是由女性直接体现出来的，人们对女孩子的阴门怀有一种伟大的神圣感。魏勒在《性崇拜》中说过：“所以在古代宗教，阴门这一女人最显著的特点被用来象征整个女人，但不是象征下流的女人，而是象征有道德的女人，甚至象征女神。”所以老子《道德经》称：“玄牝之门，是谓天地根。”从而形成原始时代最早的女阴崇拜，东北红山文化孕妇形女神陶像的出土就是很好的例证。由于社会历史发展的差异，人们在对女阴的崇拜中，派生出了种种女阴崇拜习俗传承下来。但是，一般都是用最形象、最直观的方式把不同类型的自然物当作女阴崇拜物。有的把石头作为求子对象，有的则把洼地当成女神的生殖器进行膜拜。称为“司岗里”的岩洞是佤族传说中的“出人洞”。佤族认为，阿佤、拉祜、傣、汉等民族都是由此洞中“生”出，所以是一家。而拉祜族则把“葫芦”直观形象地比作怀胎的女腹：葫芦

口为“女阴”，认为拉祜族祖先就是从葫芦中诞生的。在这一传说中，他们把葫芦造人这一过程描绘得生动逼真、神奇美好。不但讲了象征女阴的葫芦如何怀胎，而且更详细地描绘了人如何从葫芦中出来的有趣经历：“从葫芦中出来的人是一男一女，男的叫扎笛，两人结成夫妻，生儿育女、繁衍后代，形成拉祜族。”从这一有趣传说中，我们可以窥探出早期先民对女阴崇拜观念的历史发展轨迹。有的甚至以石洞裂开、岩洞、水井、泉水，以及民间广为流传的人鱼、花苞、葫芦、石榴等为女阴象征的习俗，无一不是女阴崇拜的表象。



女阴酒杯

古人认为以此形状的酒杯盛酒，饮之会大吉大利

随着人类社会的进步，生育价值观念在性别取向上强烈地变换着，后来，到了父系氏族社会特别是形成父权制家庭以后，男性在社会结构中扮演了重要角色，逐渐形成了重视男性的习俗和观念，生殖崇拜也转向男性（当时人们已认识到男性在生育中的作用），在生育习俗中的性别取向也突出了男性。据考古材料所示，我国早在仰韶文化晚期已出现了男根遗物，从中派生出的男根崇拜风俗也流传至今。大地上有一些山峰、岩洞酷似男女生殖