



TM



新婚必读



名·喜·生
姓·必·读

*Xinhun
Bidu*

张清滨 编著
中国人口出版社



新

婚

必读

*Xinhun
Bidu*

张清滨 编著
中国人口出版社

图书在版编目(CIP)数据

新婚必读/张清滨编著. -北京:中国人口出版社,
2007. 1

ISBN 978 - 7 - 80202 - 594 - 3

I. 新… II. 张… III. ①结婚 - 基本知识 ②性知识
IV. ①C913.13 ②R167

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 144308 号

新 婚 必 读 张清滨 编著

出版发行	中国人口出版社
印 刷	北京金马印刷厂
开 本	880 × 1300 1/32
印 张	11.5 插 页 1
字 数	180 千字
版 次	2007 年 1 月第 1 版
印 次	2007 年 1 月第 1 次印刷
书 号	ISBN 978 - 7 - 80202 - 594 - 3/R · 566
定 价	22.80 元

社 长	陶庆军
电子信箱	chinaphouse@163.net
电 话	(010)83519390
传 真	(010)83519401
地 址	北京市宣武区广安门南街 80 号中加大厦
邮 编	100054

版权所有 侵权必究 质量问题 随时退换

新 婚 必 读 CONTENTS 目录

PART1
第一章

做好婚前心理准备 / 1

ZUOHAO HUNQIAN XINLI ZHUNBEI

- 1. 婚前心理准备 1
- 2. 婚恋心理障碍 3
- 3. 异性恐惧症 8
- 4. 男女择偶的心理差异 11
- 5. 避免婚恋误区 13
- 6. 养成正确的婚恋心理 15
- 7. 摆脱“爱”的嫉妒 18
- 8. 学会爱人 20



PART2
第二章

婚前检查与婚姻选择 /23

HUNQIAN JIANCHA YU HUNYIN XUANZE

- 1. 结婚对象选择 23
- 2. 交往与婚恋的关系 25
- 3. 哪些人不能结婚 26
- 4. 婚前检查的必要性 30
- 5. 婚前检查的内容 32
- 6. 婚检后发现异常情况怎么办 34

PART3
第三章

婚礼的准备 /37

HUN LI DE ZHUN BEI

- 1. 新婚庆典选日子 37
- 2. 新郎如何变英俊 39
- 3. 新娘如何变漂亮 42
- 4. 新郎新娘服饰的搭配 48
- 5. 如何筹备婚宴 49
- 6. 婚礼婚宴礼仪 52
- 7. 新婚夫妇的日常礼仪 55



PART4
第四章

了解性生理知识 / 67

LIAO JIE XING SHENG LI ZHI SHI

- 1. 认识男性的生殖器官 67
- 2. 认识女性的生殖器官 74
- 3. 男女性表现之差异 79
- 4. 男女性活动之区别 81
- 5. 男女性和谐 83

PART5
第五章

新婚性生活与性和谐 / 89

XIN HUN XING SHENG HUO YU XING HE XIE

- 1. 如何营造好做爱的环境 89
- 2. 做爱的前奏——“性前戏” 92
- 3. 爱抚、拥抱和接吻的艺术 96
- 4. 性生活的尾声——“性后戏” 102
- 5. 性生活的时间和次数 104
- 6. 初次性交的注意事项 107
- 7. 和谐性生活 108
- 8. 正确处理性生活中的特殊情况 111
- 9. 性生活的步骤 113
- 10. 高质量性生活和其他技巧 118
- 11. 女方主动 123
- 12. 新娘蜜月综合征 124



- 13. 处女膜破裂的修复 127
- 14. 男性乳头与性敏感区 129
- 15. 女性达到性高潮 130
- 16. 浪漫初夜 132
- 17. 新婚之夜性交失败之因 136
- 18. 女方为何在性生活中呻吟 138
- 19. 夫妻性高潮是否一定要同步 140
- 20. 夫妻性心理的沟通与调适 142
- 21. 性生活时要不要迎合对方 145
- 22. 如何达到夫妻性和谐 146
- 23. 新婚期间的用药原则 149
- 24. 新婚期间的饮食要求 151

PART 6
第六章

新婚避孕与影响性的因素 / 153

XINHUN BIYUN YU YINGXIANGXING DE YINSU

- 1. 避孕套的使用 153
- 2. 特殊情形的避孕措施 158
- 3. 夫妻如何讲究性文明道德 161
- 4. 视觉——感受欣赏异情美 165
- 5. 体味对性活动的的神奇影响 173
- 6. 声音在性兴奋中的积极作用 175
- 7. 触觉在性爱中的促进作用 179

- 
- 8. 阴毛稀疏或无是否影响性生活 182
 - 9. 小阴茎会不会影响女方的性满足 186
 - 10. 阴茎弯曲能否影响性生活 188
 - 11. 肥胖能否影响男女性功能 189
 - 12. 减肥不当对性的消极影响 193
 - 13. 食欲与性欲的关系 196
 - 14. 烟瘾君子当心性功能 197
 - 15. 酒,少饮助“性”,多饮败“性” 199
 - 16. 酒精对女性性行为 and 性功能的影响 202
 - 17. 吸毒对性生活的影响 203
 - 18. 阴囊坠胀与性生活有没有关系 204
 - 19. 包皮切除后对性生活有无影响 206
 - 20. 慢性前列腺炎会影响性功能吗 207
 - 21. 慢性前列腺炎患者能否过性生活 209
 - 22. 患慢性前列腺炎会不会影响生育 210
 - 23. 便秘亦能妨碍性生活吗 212
 - 24. 痔疮的发生与性生活的关系 213
 - 25. 阴道、子宫疾病与性 214
 - 26. 妇科感染性疾病与性 216
 - 27. 女性淋病和梅毒与性 220
 - 28. 女性阴蒂疾患与性 222
 - 29. 多囊卵巢综合征与性 223
 - 30. 阴道分娩方式对性生活有无影响 225
 - 31. 会阴切开术后是否影响性生活 227
 - 32. 各种妇科手术后何时恢复性生活 229

- 33. 绝育手术后会不会影响性欲 230
- 34. 子宫切除术后会不会影响性功能 232
- 35. 刮宫后多长时间能同房 235
- 36. 不良情绪对性活动的影响 236
- 37. 情绪不佳性欲为啥反而亢进 238

PART7
第七章

蜜月旅游须知 /241
MIYUE LUYOU XUZH

- 1. 旅游中的饮食宜忌 241
- 2. 旅游中的睡眠宜忌 244
- 3. 旅游中性生活宜与忌 246
- 4. 旅游中进补问题 249
- 5. 水土不服 251

PART8
第八章

与性有关的各种疾病 /253
YUXINGYOUGUANDEGEZHONGJIBING

- 1. 性器官的卫生 253
- 2. “房劳” 259
- 3. 性交出汗症 260
- 4. 性紧张 261
- 5. 性交意外伤病 263
- 6. 外阴、阴道损伤 266
- 7. 女性阴蒂有哪些异常病变 269

- 8. 女性最常见的乳房病有哪几种 271
- 9. 乳腺增生会否癌变? 其表现和治疗如何 ... 276
- 10. 女性性交出血常见有哪些原因 281
- 11. 异常白带与性生活的关系及调治方法 283
- 12. 女性外阴阴道念珠菌病有哪些表现 287
- 13. 如何治疗女性生殖器念珠菌病 288
- 14. 女性阴道滴虫病有哪些临床表现 291
- 15. 怎样治疗女性滴虫病 292
- 16. 慢性宫颈炎有什么表现, 如何治疗 294
- 17. 龟头红肿防治 296
- 18. 新婚阳痿、早泄 298
- 19. 前列腺炎 301

PART9
第九章

主要性病的防治 / 305

ZHUYAO XINGBING DE FANGZHI

- 1. 什么是性病 305
- 2. 性病是通过哪些途径传播的 307
- 3. 性病有哪些危害 309
- 4. 什么是淋病 311
- 5. 女性淋病的临床表现 313
- 6. 淋病的治疗方法 315
- 7. 淋病患者生活中应该注意什么 317
- 8. 男性非淋菌性尿道炎的症狀 318
- 9. 女性非淋菌性尿道炎的临床表现 320

- 10. 如何治疗非淋菌性尿道炎 322
- 11. 什么是尖锐湿疣 323
- 12. 尖锐湿疣的治疗方法 325
- 13. 何谓生殖器疱疹 331
- 14. 原发性生殖器疱疹有何临床表现 332
- 15. 怎样治疗生殖器疱疹 334
- 16. 生殖器疱疹的护理 338
- 17. 细菌性阴道病 339
- 18. 梅毒 342
- 19. 艾滋病 349



第一章

做好婚前心理准备

ZUO HAO HUN QIAN XIN LI ZHUN BEI

1

婚前心理准备



婚后的夫妻生活与恋爱中的恋人相处是截然不同的，尽管朝夕相处，但天天要与柴、米、油、盐打交道，生活和工作中也会遇到许许多多意想不到的麻烦，两个人对众多问题的看法和做法也不会永





远一致，矛盾会时时发生。婚前如果缺乏这方面的准备，就很容易使新人们不知所措，甚至大失所望，导致夫妻感情破裂。因此，婚前一定要做好充足的心理准备。

首先，要摆脱对婚姻生活的幻想，不要存在过高的期望与奢望，不要认为爱人样样都好，完美无缺。应该清楚地认识到，新家庭诞生的同时也意味着要承担相应的责任，意味着双方要为家庭尽力尽责，尽自己做丈夫或妻子的责任。须知，蜜月的甜美是自己甘心为爱人吃苦受累而赢来的，是互相的奉献，共同的营造。

其次，要做好适应新生活的精神准备。婚前就应想到婚后生活的各个方面都会发生变化，不仅只和爱人生活在一起，还要处理好双方的父母、兄弟、姐妹以及亲戚朋友关系。

最后，也是最为关键的是，男女双方都要不断地加强相互之间的了解，加深感情，这是最重要的婚前心理准备。这项准备若不充分，其他的准备再完备也不能保障婚后生活的美满幸福，纵然是婚前物质准备应有尽有，亦难以弥补心理的损伤，维持夫妻真挚的恩爱。





爱心提示

(1) 每一对恋人在决定终身大事之前，务必做好这些至关重要的心理准备。

(2) 要求恋人们在婚前就要有为爱人、为未来的小家庭甘心吃苦受累的决心，要宽容和谅解爱人的缺点。

(3) 要学会与他们和睦相处，在婚前乃至婚后一段时间内，应该创造条件去认识和熟悉那些应该认识的人，以免婚后因许多陌生人闯入自己的生活而感到紧张，从而伤害夫妻感情。

2

婚恋心理障碍



恋爱中的青年们对异性了解的渠道主要有这样几条：一是青年人自己的交往和接触；二是通过其同事、领导、邻居或家长来了解；三是通过对方的工作或学习成绩、表现来了解。

并不是所有的人都能客观地评价自己的恋爱对象，恋爱中的认识受到炽热爱情的强有力的影响，往往妨碍青年人客观地、全面地认识对方的优缺点。有一外国谚语说：“爱情使人盲目”，指的就是这个意思。

对自己的认知，是恋爱中认知的第一方面。只有清楚地认识自己的主客观条件，对自己的能力、性格、地位做出符合实际的评价，才能理智地决定



择偶标准，客观地评价对方。但是，由于青年人缺乏生活经验、阅历浅等原因，对自己的认知常常出现偏差。同时，主观猜测异性对自己的评价，与实际异性对自己的评价之间往往存在很大差距，给恋爱婚姻造成阻碍。常见的几种自我认知偏见有：

(1) 自傲心理。有的青年在选择恋爱对象时，认为自己长得漂亮、工作好、有文凭、出身名门等，从而产生优越感，甚至自高自大，爱挑剔对方的缺点，或者以追求者众多为荣。然而，追求者愈多，愈强化其自傲心理，自傲心理愈强，又愈看不起人。这些人往往会错过良机，拖延再三，直至青春将过，方才着急起来。这时，自傲心理又容易转化为自卑心理，随便选一个对象，草草完婚。



爱心提示

须知，把个人和家庭的优越地位作为抬高身价的筹码，就易使对方产生畏缩心理，使不少本来可能成为合适伴侣的人敬而远之，从身边离去。

(2) 自卑心理。它与自傲心理相反，是一种缺乏自信、认为自己不如他人的自我意识。有的姑娘要求对方在各方面都超过自己，对自己周围那些条件与自己相似的男青年不屑一顾。这表面



上是一种优越感，实际上是一种女性自卑感。此外，生理缺陷、家庭困难、个人缺点等都可能导致恋爱失败，产生自卑心理。

爱心提示

如果你知道“一个萝卜一个坑”的道理，就没有必要为自己的存在感到任何自卑。你现在没有找到与自己相伴一生的人，但那个人一定也正在苦苦地寻找你。

(3) 晕轮效应。是恋爱中最常见的偏见，这是指对恋人某个特征的印象，影响到对其整体形象和其他特征的认知与评价。恋人常常把自己的恋爱对象理想化，所谓“情人眼里出西施”、“一俊遮百丑”、“爱屋及乌”，说的就是这种现象。由于爱上了对方的某一点，因而看不到对方的缺点，即使看到了，由于被狂热的情感冲昏了头脑，也认为无关紧要或者觉得是“可爱的缺点”，不能正确评价对方被掩盖的某些人性品质。

爱心提示

晕轮效应往往使人婚恋迷惑，若不及时冷静地纠正它，那么，随着时间的推移，当狂热的冲动过去后，就会发现自己心目中的“完美偶像”原来还有这样的缺点，从而感到失望，甚至影响婚后夫妻感情。

(4) 定型效应。就是用自己头脑中关于某一类人的固定形象去评价眼前的异性。比如有的女青年认为煤矿工人肮脏、粗鲁，因而对矿工不屑一顾，



即便他是个多才多艺、品德高尚的人；有的男青年认为女党员、女劳模、女知识分子都是只要事业不顾家庭、缺乏温柔性格的人，一接触就摇头退缩；有的人认为对方受过高等教育，一定是事业心强、涵养很好、处事稳重沉着的人，对其寄予过高的期望。这种定型效应往往成为障眼的迷雾，使许多青年男女错过结成良缘的好机会。

爱心提示

越是表面上看起来不好接近的人，越有可以亲近的一面。因为，有你那种看法的人不少，他或她所接触的人也就相对较少。因而，他们是更需要得到爱的人。一旦他们的热情得到释放，你的感觉就美极了。



(5) 爱情错觉。或者叫单相思。有时可见到一些青年由于与某个异性经常接触，把对方的友好表示当成爱慕的信息，误认为对方爱上了自己。产生这种爱情错觉的人一般是自己对异性有了爱慕之心，于是把自己的情感投射