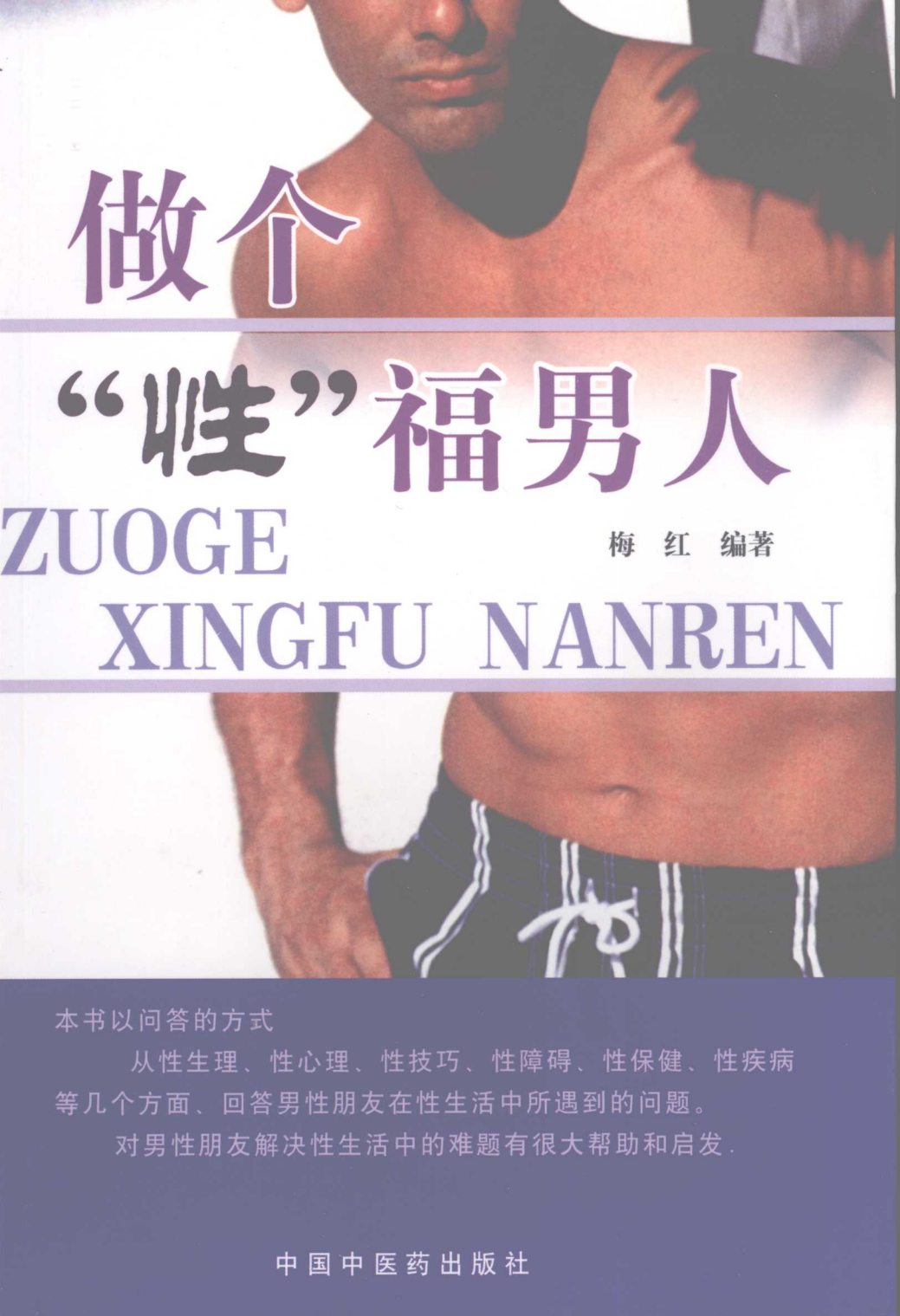




做个 “性”福男人

ZUOGE
XINGFU NANREN

梅 红 编著

本书以问答的方式

从性生理、性心理、性技巧、性障碍、性保健、性疾病等几个方面、回答男性朋友在性生活中所遇到的问题。

对男性朋友解决性生活中的难题有很大帮助和启发。

中国中医药出版社



做个 “性”福男人

UOGE

XINGFU NANREN

梅 红 编著

本书以问答的方式

从性生理、性心理、性技巧、性障碍、性保健、性疾病
等几个方面、回答男性朋友在性生活中所遇到的问题。

对男性朋友解决性生活中的难题有很大帮助和启发。

中国中医药出版社
北 京

图书在版编目 (CIP) 数据

做个“性”福男人/梅红编著. —北京: 中国中医药出版社,
2007. 1

ISBN 978-7-80231-132-9

I. 做… II. 梅… III. 男性—性知识—问答 IV. R167—44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 162633 号

中国中医药出版社出版
北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦 16 层
邮政编码: 100013
传真: 64405750
北京市纪元彩艺印刷有限公司 印刷
各地新华书店经销

*

开本 850×1168 毫米 1/32 印张 8.375 字数 207 千字
2007 年 1 月第 1 版 2007 年 1 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-80231-132-9 册数 5000

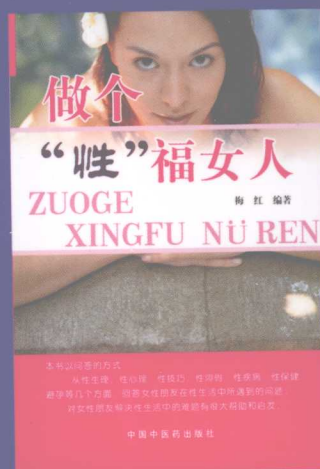
*

定价 15.00 元
网址 www.cptcm.com

如有质量问题请与本社出版部调换
版权专有 侵权必究
社长热线 010 64405720
读者服务部电话 010 64065415 010 84042153
书店网址: csln.net/qksd/



相关推荐



性爱，是一种超越肉体感觉的高层次的心灵和情感的享受；性爱，是幸福生活的重要组成部分。

本书共分性生理、性心理、性技巧、性障碍、性保健、性疾病六部分，让男性朋友从中探索性生理无穷的奥秘，解密丰富的性心理，攀登性技巧的顶峰，正视性疾病无情的侵扰，走出性保健的误区。

相信男性朋友掌握了这些性知识，就能享受“性”福！

——梅红

目 录 Contents

性 生 理



男性生殖器官包括哪些？各有何功能？	(3)
什么是性欲？	(6)
雄性激素怎样影响男性性欲？	(6)
男性哪些部位对性刺激敏感？	(7)
男性性反应周期有哪些特征？	(8)
什么是不应期？	(9)
阴茎是如何勃起的？	(11)
阴茎短小会影响性生活吗？	(11)
保持阴茎硬度的关键是什么？	(12)
你了解精子吗？	(13)
精液具有什么作用？	(14)
为什么精液会改变颜色？	(15)
什么样的精液好？	(16)
前列腺在男性生殖活动中起何重要作用？	(18)
当妻子进入性兴奋时有怎样的变化？	(19)
为什么阴蒂很敏感？	(20)
阴蒂在性交中起何重要作用？	(21)



做个“性”福男人

Zuo Ge Xing Fu Nan Ren

为什么刺激乳房易激发女性的性欲？	(22)
性在男性的一生中有何变化？	(22)
男女性反应有何差异？	(24)
每次性生活的持续时间多长才合适？	(25)
男人怎样正确判断自己的性功能？	(26)
性能力可以贮存吗？	(27)
为什么有些男子阴毛稀少？	(28)
为什么睾丸会萎缩？	(29)
射精时会不会同时有排尿现象？	(30)
长期禁欲阴茎功能会退化吗？	(32)
哪些男性易出现更年期症状？	(32)
男性更年期性功能有什么变化？	(34)
除性功能变化外，男性更年期还有	
哪些临床表现？	(35)
只有一个睾丸可以结婚生子吗？	(36)
为什么有些男性的阴茎会弯曲？	(36)
生男生女取决于夫妻哪一方？	(37)
性生理要求性生活注意什么？	(37)

性心理



什么是两性交合心理？	(43)
做爱的心理过程怎样？	(43)
感官在性心理活动中起何作用？	(45)
为什么语言、音乐能激起性爱？	(46)

女性在性爱中最渴望什么？	(47)
男人有何主要性心理习惯？	(48)
什么是心理性的性冷淡？	(49)
性厌倦有什么表现？	(49)
性幻想与性妄想是一回事吗？	(49)
什么是性羞涩心理？	(51)
什么是性梦？	(51)
什么是性嫉妒？	(51)
什么是性恐惧？	(52)
性洁癖是心理障碍吗？	(54)
什么是自恋癖？	(55)
什么叫做性变态？	(55)
性变态者主要有哪些异常表现？	(56)
哪些人需要性心理咨询？	(57)
夫妻生活中怎样注意性心理卫生？	(57)
如何调适乏味性生活心理？	(59)
男女性爱有何不同心理差异？	(60)
性生理和性心理如何随年龄而变化？	(61)
男人常见性误区有哪些？	(62)
夫妻双方应该怎样培养健康的性观念？	(63)
再婚夫妇做到性和谐应注意什么？	(64)



性 艺 术

哪些因素可激发人的性兴奋？	(67)
怎样进行性交前的嬉戏？	(67)



做个“性”福男人

Zuo Ge Xing Fu Nan Ren

如何刺激女性的性感区？	(68)
怎样抚摸更能激发妻子的性欲？	(69)
怎样刺激阴蒂使妻子获得性高潮？	(69)
提升女性性欲如何从接吻开始？	(70)
哪几种接吻口型更易激发性欲？	(70)
怎样爱抚妻子的乳房？	(71)
如何找到妻子的隐藏兴奋点？	(72)
丈夫应如何主动接收妻子的性信号？	(73)
选择什么样的性交体位使性更和谐？	(74)
如何掌握性生活频度？	(75)
怎样延长男性的性交时间？	(76)
如何发挥爱液在性爱中的作用？	(76)
怎样使妻子尽快达到性高潮？	(78)
使妻子更好地享受性快感的秘密是什么？	(78)
怎样判断妻子是否已经达到性高潮？	(79)
性爱被打断怎么办？	(80)
“后戏”应该做些什么？	(82)
为什么性爱中说点粗话有助提高性兴奋？	(82)
怎样克服夫妻性厌倦？	(83)
性生活为什么需要互动？	(84)
夫妻性爱忌什么？	(84)
为什么有的男性喜欢早上做爱？	(85)
为什么有的男性喜欢裸露的刺激？	(86)
性交结束后为什么还要爱抚妻子？	(86)

性 障 碍

男性性功能障碍主要表现在哪些方面？	(89)
哪些原因可能引起 ED？	(89)
导致男子性欲减退的原因是什么？	(90)
哪些疾病易引起男子性冷漠？	(91)
导致阳痿的主要原因是什么？	(92)
前列腺结核病人为什么易发生阳痿？	(92)
心脏出现问题会导致阳痿吗？	(93)
手淫会不会导致阳痿？	(94)
什么是性欲亢进症？	(95)
性欲亢进的常见病因是什么？	(95)
阴茎勃起角度大小影响性交吗？	(96)
阴茎为什么会持续勃起？	(97)
什么是男性勃起的异常表现？	(98)
哪些原因会引起阴茎异常勃起？	(99)
勃起不灵就是 ED 了吗？	(99)
什么是性交失语症？	(100)
什么是性窒息？	(101)
什么是性交恐惧症？	(101)
何为性交猝死症？	(102)
何为早泄？	(103)
引起早泄的病因是什么？	(103)
早泄和射精过快是一回事吗？	(104)



做个“性”福男人

Zuo Ge Xing Fu Nan Ren

早泄与阳痿有什么区别?	(105)
遗精是怎么回事?	(105)
什么情况是不正常的遗精?	(106)
为什么有些人体育锻炼后遗精次数会增加?	(106)
为什么有些人不能射精?	(106)
什么叫逆行射精?	(110)
发生逆行射精的常见原因是什么?	(110)
逆行射精与不射精有何区别?	(111)
射精力量减弱是怎么回事?	(111)
哪些原因可引起男性性交痛?	(112)
出现射精痛如何处理?	(112)
为什么有的男性性高潮时会出现强烈头痛?	(113)
性疲劳是怎么回事?	(113)
包皮过长或包茎对性生活有何影响?	(114)



性保健

现代男性面临哪三种男科疾病?	(119)
有规律的性生活具有哪些健康效应?	(120)
男性维持正常性功能需要具备哪些基本条件?	(122)
夫妻长期不过性生活会不会有害处?	(122)
男人如何做好性保健?	(123)
哪些人需做婚前保健?	(124)
哪些疾病会降低“性”趣?	(125)
为什么男性保健调理应坚持平和原则?	(126)

婚后丈夫自慰正常吗？	(127)
忍精不射可取吗？	(128)
你的性生活中潜伏艾滋病吗？	(130)
有办法延缓男性性功能衰退吗？	(131)
怎样采用冷热水交替浴来增强男性性功能？	(132)
为什么性生活之后不宜马上喝冷水	
或洗冷水澡？	(133)
为什么性生活后不要马上睡觉？	(133)
男性避孕方法主要有哪些？	(134)
避孕套有哪些种类？	(136)
避孕套怎么使用才安全？	(137)
戴避孕套是否会影响性快感？	(137)
避孕套破了怎么办？	(138)
如何保证避孕不失败？	(140)
如何选择最佳避孕方式？	(140)
男性不育应做哪些检查？	(141)
什么美食疗法能让你“性”福？	(143)
正常人为什么不能乱服伟哥？	(144)
哪些时尚因素可能会导致男性不育？	(144)
体外排精有什么害处？	(146)
尿液混浊就是遗精吗？	(147)
性交有可能使哪些生殖器损伤？	(148)
有损性功能的三大“杀手”是指什么？	(149)
性事中可能发现哪些疾病隐患？	(150)
新婚期有可能发生哪些房事急症？	(151)



做个“性”福男人

Zuo Ge Xing Fu Nan Ren

血精的发生有哪些原因？	(152)
便秘对性欲有影响吗？	(153)
男子房事大汗是虚弱的象征吗？	(154)
过量饮酒为什么会导致 ED？	(156)
肥胖对男性性功能有何影响？	(157)
性激素的主要作用是什么？	(157)
精子怕什么？	(159)
精道为何不通了？	(160)
前列腺结核影响男性生育力吗？	(160)
雄激素能让睾丸长大吗？	(161)
怎样守护好你的“命根子”？	(161)
重金属对男性生殖有何影响？	(163)
治疗阳痿的食疗方有哪些？	(164)
是否可以用雄激素来壮阳？	(166)
如何预防早泄的发生？	(166)
怎样进行早泄的行为治疗？	(167)
防止频繁遗精有什么方法？	(169)
男子得了性交恐惧症怎么办？	(170)
怎样消除新婚妻子的性交恐惧症？	(170)
丈夫如何保护妻子的生殖器？	(171)
男性也要常洗下身吗？	(173)
消除性爱疲劳有什么方法？	(174)
怎样锻炼 PC 肌以延长阴茎勃起时间？	(175)
男子性欲过强怎么办？	(176)
男性同房时发生“见红”怎么处理？	(176)

男子有可能发生哪些性交过敏反应?	(177)
做爱时发生包皮嵌顿怎么办?	(178)
怎样自摸及早发现睾丸癌?	(179)

性 疾 病

性病主要包括哪些?	(183)
生殖器以外的性病有哪些?	(183)
性病通过什么途径传播?	(185)
性传播疾病的高危人群包括哪些?	(186)
为什么同性恋者易感染性病?	(187)
性病的症状有什么规律?	(188)
性病的主要危害是什么?	(189)
什么是梅毒?	(190)
梅毒的症状怎样?	(190)
什么叫潜伏梅毒?	(191)
凡是梅毒都有传染性吗?	(192)
梅毒病会遗传给胎儿吗?	(192)
与梅毒患者握手也有可能感染梅毒吗?	(193)
治疗梅毒应注意什么?	(193)
什么是淋病?	(194)
淋病的传染途径和发病机制怎样?	(195)
男性淋病的临床表现是什么?	(196)
男性如何自查慢性淋病?	(198)
什么是软下疳?	(199)



做个“性”福男人

Zuo Ge Xing Fu Nan Ren

腹股沟肉芽肿有哪些临床表现?	(200)
艾滋病有什么临床表现?	(202)
感染艾滋病病毒有急性期吗?	(206)
艾滋病是怎样传播的?	(206)
哪些接触方式不会感染艾滋病?	(208)
为什么吸烟者更易患艾滋病?	(208)
艾滋病如何做好个人防护?	(209)
什么是生殖器疱疹?	(211)
生殖器疱疹有怎样的临床表现?	(212)
生殖器疱疹如何采取家庭自疗?	(213)
生殖器疱疹预防要点是什么?	(214)
尖锐湿疣的传染性强吗?	(214)
尖锐湿疣是如何传播的?	(215)
尖锐湿疣的临床表现是什么?	(216)
尖锐湿疣需与哪些疾病鉴别?	(217)
尖锐湿疣与假性湿疣如何区别?	(218)
性病性淋巴肉芽肿的临床表现是什么?	(219)
什么是非淋菌性尿道炎?	(222)
非淋菌性尿道炎表现什么症状?	(222)
非淋菌性尿道炎的传播途径是什么?	(224)
患非淋菌性尿道炎后要注意什么?	(224)
怎样预防非淋菌性尿道炎?	(225)
什么是阴道毛滴虫病?	(225)
阴道毛滴虫病有什么特点?	(226)
疥疮是性病吗?	(226)

疥疮是怎样传播的？	(227)
疥疮有哪些主要症状？	(227)
如何治疗和预防疥疮？	(229)
阴虱病是通过什么途径传染的？	(229)
阴虱病常伴有那些症状？	(231)
怎样预防阴虱病？	(232)
股癣是性病吗？	(232)
容易与股癣混淆的皮肤病主要有哪些？	(233)
如何预防股癣？	(234)
加特纳菌性阴道炎有什么特点？	(234)
什么是生殖器念珠菌病？	(235)
哪些性器官疾病容易被误认为是性病？	(236)
眼睛也会感染性病吗？	(238)
阴囊瘙痒是性病吗？	(239)
怎样预防性病？	(240)
夫妻一方得了性病怎么办？	(242)
治疗性病要注意哪些事项？	(242)
做爱后服抗生素能预防性病吗？	(243)
常见的几种性病多久才能治愈？	(243)
性病治愈后会有后遗症吗？	(245)
性病与性功能障碍的关系怎样？	(246)
性病会导致男性不育吗？	(247)
性病会影响妇女的生育能力吗？	(247)
性病会影响家庭其他人吗？	(248)
性病对后代会有影响吗？	(248)