

人口与 性健康教育

主编 肖月华 吴霞 肖筱娟

湖南大学出版社

人口与 性健康教育

顾问 彭念一 叶恺钦 黄 英
余重贤 喻惠军 黄丽芝

主审 邹雁宾

主编 肖月华 吴 霞 肖筱娟

编委 (以姓氏笔划为序)
肖月华 吴 霞 肖筱娟
陈晓青 张友良 曾和平

湖南大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

人口与性健康教育/肖月华,吴霞,肖筱娟主编.

长沙:湖南大学出版社,2001.7

ISBN 7-81053-360-6

I. 人… II. ①肖…②吴…③肖… III. ①人口
教育学—青年读物②性教育—青年读物
IV. G479②167—49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 046726 号

人口与性健康教育

Renkou yu Xingjiankang Jiaoyu

主编 肖月华 吴霞 肖筱娟

☐责任编辑 姚利民 罗素芬

☐装帧设计 张毅

☐出版发行 湖南大学出版社

社址 长沙岳麓山 邮码 410082

电话 0731-8821691 0731-8821315

☐经 销 湖南省新华书店

☐印 装 湖南大学印刷厂

☐开本 850×1168 32 开 ☐印张 6.75 ☐字数 163 千

☐版次 2001 年 7 月第 1 版 ☐2001 年 10 月第 3 次印刷

☐印数 11 001—19 000 册

☐书号 ISBN 7-81053-360-6/G·77

☐定价 8.00 元

(湖南大学版图书凡属印装差错,请向承印厂调换)

前 言

为贯彻中共中央、国务院 2000 年第 8 号文件关于在大中专学生中开展人口与性健康教育的精神,根据大学生的实际情况,我们组织编写了这本书。

本书在编写过程中,得到了长沙市计生委主任叶恺钦、市计生委宣传科科长余重贤、市计生委宣传科副科长喻惠军、岳麓区计生委主任黄英、桔子洲街道计生办主任黄丽芝的指导和帮助。担任本书主审的是原省计生委领导、现湘雅医院专家门诊教授邹雁宾。他在审阅初稿时,对本书提出了许多宝贵的意见和建议,使本书的结构更趋合理,内容更接近实际。湖南大学彭念一副校长对本书的编写给予了很多支持和帮助。此外,在编写过程中,我们参考了有

关文献资料,吸取了一些同志的研究成果,谨在此一并致谢。

本书由肖月华拟出编写大纲,由肖月华、吴霞、肖筱娟修改和定稿。

本书各章撰写人是:第一、八章吴霞;第二、三章肖筱娟;第四、十章肖月华;第五、六章陈晓青;第七、十一章曾和平;第九章张友良。

由于编者水平有限,加之时间仓促,书中如有错误、缺点、不当和疏漏之处,恳请读者批评指正,以便再版时修订。

编 者

2001 年 7 月

目 次

第一章 绪 论

- 第一节 健康与健康教育…………… (2)
- 第二节 性与性健康教育…………… (5)

第二章 两性解剖与生理

- 第一节 男性生殖系统解剖 …… (20)
- 第二节 女性生殖系统解剖 …… (25)
- 第三节 性发育与性征 …… (31)
- 第四节 性生理变化 …… (35)
- 第五节 受精与胚胎发育 …… (43)

第三章 两性心理与心理差异

- 第一节 性·性别·性角色 …… (45)
- 第二节 两性心理差异 …… (51)
- 第三节 两性心理差异的形式 …… (53)
- 第四节 性别差异的互补 …… (55)

第四章	恋爱 婚姻 家庭	
第一节	恋爱与择偶	(59)
第二节	婚姻与家庭	(66)
第三节	婚前性行为的危害	(69)
第五章	相关疾病与婚育	
第一节	男性生殖系统疾病与婚育	(75)
第二节	女性生殖系统疾病与婚育	(80)
第三节	相关全身性疾病与婚育	(84)
第四节	婚育的一般指导原则	(88)
第六章	性功能障碍及其防治	
第一节	男性性功能障碍	(91)
第二节	女性性功能障碍	(97)
第七章	性行为异常	
第一节	性行为异常的概念	(101)
第二节	性行为异常的类型	(102)
第三节	性行为异常的原因	(106)
第四节	性行为异常的预防和治疗	(109)
第八章	性传播疾病	
第一节	性传播疾病的预防	(115)
第二节	性传播疾病的诊断与治疗	(120)
第三节	常见性传播疾病的防治	(121)

第九章 人口理论基础	
第一节 人口学的基本范畴和研究内容·····	(134)
第二节 人口发展历史·····	(144)
第三节 人口与可持续发展·····	(152)
第十章 人口政策与计划生育健康教育	
第一节 计划生育的重要性·····	(161)
第二节 计划生育政策·····	(163)
第三节 怀孕与避孕·····	(166)
第四节 人工流产·····	(179)
第十一章 性与法律	
第一节 人类性行为的社会调控·····	(182)
第二节 越轨性行为的原因和表现·····	(190)
第三节 性犯罪的认定及其防治·····	(195)
参考文献·····	(205)

第一章 绪 论

随着社会的进步与发展，人们观念的转变，求知欲和全民健康意识的增强，健康教育的重要性更为突出。高校教育的目的是为祖国的建设与发展输送德、智、体、美等方面全面发展的优秀人才。然而，目前高校中许多学生由于缺乏一些基本的医学知识，心理素质欠佳，社会适应能力较低，自我保健能力较差，因此出现不同程度的心、身疾患，影响学业完成，甚至出现一些严重后果。高校中由于缺乏性健康教育，致使发育即将成熟的青少年，不能正确对待正常的性生理现象，或出现一些性方面的不良习惯，或对两性问题过于敏感。加强性健康教育，能引导青年学生把兴趣与精力转向学习、运动或其他爱好上去，能使他们了解性生理与性心理特征、性传播疾病和正确处理性问题，从而使他们真正成为文明、健康的高素质人才。

我国是人口众多的国家，到 2000 年 11 月 1 日止，全国人口近 13 亿。人是生产者，能创造出丰富的物质财富；人又是消费者，需消耗大量的物质资料。因此，人口的增长必须与社会经济的发展相协调。人具有生物性，但更重要的是具有社会性，为了适应社会的发展，人需要不断地完善自身，改造自己。学习人口理论与政策，了解我国的国情，能明确人在社会发展中的地位与作用。

第一节 健康与健康教育

一、健康的概念

什么叫健康？健康包括哪些方面？影响健康的因素有哪些？不同的时代有不同的回答，狭义的观点认为，没有疾病就是健康。随着社会的进步与发展，生物医学模式向生物——心理——社会医学模式的转变，人们对健康的概念有了新的认识，认为健康不仅仅是一个生物概念，而且也是一个心理概念和社会概念，生物、心理和社会因素对人类的健康都有着巨大的影响。世界卫生组织(WHO)于1948年在制定的宪章中对健康下的定义是：“健康不仅是没有疾病或不虚弱，而且在躯体上、心理上和社会适应上达到一种完美的状态。”1978年9月国际初级卫生保健大会在《阿拉木图宣言》中指出：“健康不仅是疾病和体弱的匿迹，而且是身心健康、社会幸福的完美状态。”

综上所述，广义的健康概念应包括：健康的躯体（无疾病）、健全的心理和良好的社会适应能力三个方面，即身体、精神和社会适应性三者均处于一种完美的状态。

二、影响健康的因素

影响健康的因素很多，主要包括生物因素、心理因素和社会因素几方面。

（一）生物因素（遗传因素）

现代科学已经证实，很多躯体疾病如血友病、肥胖症、高血压等与生物遗传有关，人的某些气质、个性和心理特征也与

遗传有关，遗传因素对人的健康有着重要的影响。人的生长发育过程是按一定的规律进行的，在不同的时期，衡量与检查的标准也不同，而且在不同的发育阶段，有不同的生理、心理特征。因此，人们不断地接受健康教育，完善与充实自己，采取不同的自我保健措施，有利于减少疾病，保持和维护身心健康。

（二）心理因素

从医学心理学的角度看，人的心理状态直接影响着很多疾病的发生和转归，同时心理因素也可以导致许多躯体疾病与心理疾病。健康的心理状态，乐观、开朗的性格，能正确地处理周围的人与事，能使人的抗病能力处于恰当的水平，对疾病的预防具有重要意义。健全的心理又能使人心胸开阔，保持激情，战胜疾病，早日康复。

（三）社会因素

人们所处的社会文化背景、社会环境、社会制度、家庭结构、个人的健康行为以及社会的经济状况对人们的健康都有重要影响。

三、健康教育

关于健康教育，目前尚无公认的定义，学者众说纷纭。美国罗斯（Helen S. Ross）和米科（Pawl R. Mico）指出，健康教育的专业有多少种，健康教育这个术语就有多少种，只是这些定义稍稍不同而已。美国学者格林及西蒙-毛顿（Greene, W. H. Q, Simons-Morton, B. G）编著的《健康教育概念》一书中，列举了1943至1980年美国卫生福利部、美国健康教育协会名辞委员会等提出的18个健康教育的定义。世界卫生组织的历次文件中，其提法也不尽相同。1954年世界卫生组织在《健康教育专家委员会报告》中指出：“健康教育和一般教育一样，

关系到人们知识、态度和行为的改变。一般说来，它致力于引导人们养成有益于健康的行为，使之达到最佳的健康状态。”1969年世界卫生组织在《健康规划评价委员会报告》中指出：“健康教育是诱导、鼓励人们养成并保持有利于健康的生活；合理并明智地利用已有的保健措施；自觉自愿地从事改进个人和集体卫生状况或环境的活动。”世界卫生组织健康教育处处长慕沃勒非（A. Moarefi）博士1981年指出：“健康教育帮助并鼓励群众有达到健康状态的愿望，知道怎样在必要时如何寻求适当的帮助。”1988年2月9日在美国德克萨斯州的休斯顿召开的第十三次世界健康教育大会指出：“健康教育是研究以传播保健知识和技术，影响个体和群体行为，预防疾病，消除危害因素，促进健康的一门科学。”

我国的健康教育学者们根据我国的实际情况提出了健康教育的定义，南京医学院许新东教授主编的《大学生健康教育概论》指出：健康教育是“通过生理的、心理的、社会的以及与人健康密切相关的卫生知识教育，帮助全国人民树立正确的人生观、生命观与卫生观，改变不利于健康的各种行为和生活习惯，建立科学的生活方式，养成良好的卫生习惯，增强自我保健与群体保健意识，进而达到精神、身体、社会交往和心理承受能力等方面处于最佳的健康状态。也可以这样说：健康教育是通过各种形式的教育，把与人体健康密切相关的社会科学、自然科学与医学卫生知识普及到广大人民群众中去，帮助人们了解和掌握常用的医学卫生知识、技能与方法，提高创建社会主义精神文明的自觉性，唤起人们对个人卫生和社会卫生的自觉性与责任感，积极投入以‘群众参与’为中心的卫生保健活动，使1988年世界卫生组织提出的‘健康为人人、人人为健康’的口号更加深入人心，使人们善于用健康的观念来处理个

人生活、家庭生活和社会生活。健康教育提供自我保健技能,以提高人们的健康水平,达到躯体、精神和社会的完美状态,从而使人们真正做到身心健康。”

综观国内外学者的研究成果,结合我们多年的大学生健康教育的实际,我们认为,健康教育可描述为:健康教育是采取不同的形式与方法,向人们提供健康知识,使他们了解健康概念,增强健康意识,克服不健康的观念与行为,掌握基本的医疗卫生知识与操作技能等。健康教育不是一般的卫生知识的宣传与传播,而是一门独立的科学,但它又与其他学科(如生物学、医学、心理学、伦理学)密切相关。健康教育的目的是培养人们对自我保健和维护公众健康的责任感,鼓励人们采取和保持有利于健康的生活方式和行为,维护和促进个人与公众的健康。

第二节 性与性健康教育

一、性的概念

人们对性的概念,大多含糊不清。有的受传统封建思想的影响,提到“性”便觉低劣可耻;有的则由于对“性解放”“性自由”的错误理解,酿成苦果。然而,人类的性是一个很复杂、多层次的现象,它主要包括生理现象、心理现象与社会现象三个部分。日常生活中所了解的性的含义与科学意义上的定义往往有很大差别。性科学给“性”的定义包括三个方面:

(一)“性”是指男女两性在生物学上的差别

男女两性在生物学上的差别主要表现在:1. 遗传学上性染

色体的不同。人体细胞有 23 对染色体,其中 22 对为常染色体,1 对为性染色体,它决定男女性别的不同,男性为 XY 型,女性为 XX 型。2. 性腺不同。男性有睾丸,女性有卵巢,决定了男女两性在生殖器上和第二性征上的差别。3. 性激素不同。男性体内以雄激素为主,女性体内以雌激素为主。4. 内生殖器官和外生殖器官不同。男性有输精管、精囊、前列腺、阴茎和阴囊,女性有输卵管、子宫、阴道、阴蒂、小阴唇、大阴唇等。5. 第二性征不同。男性身材高大,体格强壮,喉结突出,声音低沉,长胡须;女性身材矮小,皮肤细腻,皮下脂肪丰富,乳房高耸,骨盆较宽大,声音尖细等。另外男女两性在生育过程中各自承担的使命不同,在性生活中各自表现出的性反应也稍有不同。

(二)“性”在心理学上的含义是指性别

有人研究发现,男性与女性在心理上存在着明显的差异,如男性的视觉、平衡能力较强,数学能力较高,更为好斗,更富于竞争性,在交友中更主动,更喜欢支配。女性的语言表达能力较好,触觉更敏感,更容易表露和述说害怕、焦虑等行为和体验,更倾向于顺从。近年来也有人认为男女两性心理上并没有多大差异,相反还有不少共同点。

(三)“性”在社会学上的含义是指“性角色”

性角色是男女两性在社会结构中所具有的特定权力和义务,也可以理解为一种社会身份。是男还是女,这是由于两性的生理、心理特征以及社会风俗、传统习惯等决定的。正是由于男女两性的差异,从而出现社会分工,有些事男性为宜,有些事则女性为佳,一个家庭中,丈夫与妻子的性角色也是如此。性不仅指个体性别的不同,更多是指异性间所发生的性的种种活动,其主要表现在性欲、性冲动和性行为上,以及伴随着它们而产生的各种心理和社会问题。

二、性健康教育及其必要性

性健康教育是健康教育的一部分。对青少年加强性健康教育非常重要。性健康教育可以促进青少年身心健康成长,抵制腐败、淫乱思想,消除丑恶的社会现象。对成年人进行性健康教育,可以促进性生活和谐,稳固夫妻感情,增进家庭幸福,优生优育,提高人口素质,推进社会进步和稳定社会秩序。

目前我国性健康教育主要面对成年人,而对青少年则采取回避态度,这使青少年难以对“性”建立起健康的兴趣与态度,并且容易出现许多尴尬,有时出现焦虑和抑郁。有些青少年对青春期出现的正常现象不明白,甚至产生罪恶感和压抑感,而家长与学校又不能及时开导和解释,致使青少年走上歧途。

华东师范大学心理学系近年来就性健康教育等问题对20所高等院校2000名大学生(男女各半)进行调查,结论是,绝大多数学生感到“自己缺乏”性知识,希望受到性科学的教育,80.9%的男生和83.8%的女生反映,父母从未向他们谈及过性问题。只有2.6%的男生和9.1%的女生提到他们的性知识来自学校教育。上海某中学对112名学生进行性知识调查,对“你的性知识是从哪里来的?”这一问题的答案是:29%从书刊上获得;57%从小伙伴交谈中得到。而这两种来源的绝大部分知识是不完全的或不正确的,容易对青少年产生“性”误导。有人对2071名性犯罪人员的调查显示,20岁以下的青少年竟占89.3%,其中女性大多数是14~15岁,男性大多数是15~16岁。

有人对760名男性农民的性心理调查发现,婚前对性知识完全不懂的占21.32%,婚前懂得一些性知识的占70.66%,婚前很懂性知识的占8.03%。女性的情况更差,对670名女性农民进行调查时发现,在婚前一点都不懂性知识的占44.33%,懂

一点性知识的占 50.30%，婚前很懂性知识的占 5.37%。如果把男性、女性对性知识了解情况相加，那么可以看到，在 1 430 名男女农民中竟有 32.83% 的人是在对性毫无所知的情况下进行两性结合的。更有甚者，一些早已结婚的男人竟然不知道如何过性生活，有的女青年认为男女接吻就会怀孕，有的女青年竟不知道和男人发生性行为会怀孕、生孩子，有的女青年怀孕 5 个月还不知道怎么一回事，男青年不知道遗精是正常现象，担心健康会受影响；女青年对月经初潮大惊小怪，更不懂经期卫生。

我们对湖南大学选修健康教育课的大学生进行问卷调查发现，了解性知识的学生还不到一半，而且大多是从报刊杂志中了解，并非从学校或家庭中获得。

物质生活水平的提高，青少年身体的发育成熟期也普遍提前，随着性成熟期提前，青春期性冲动与青少年相对薄弱的道德伦理观念和道德意志之间的矛盾显得愈来愈突出，青少年就容易出现性心理障碍，甚至性犯罪。据调查，目前青少年学生对性的关心和早恋现象，远比以前普遍。少数学生还因发生了婚前性行为受到处分。据调查，在城市，有 20%~30% 的男性和 15%~20% 的女性承认婚前有性行为；在农村，这一数字为 10%~15%。少年儿童在男女关系上偏离正常标准的行为方式也较前增多。这些都是青少年性健康教育工作中的新情况、新问题，有待从事性研究与性教育的工作者高度认识，并采取解决的措施。

大学生由于性生理已基本发育成熟，性激素水平较高，容易产生性冲动及性欲。但由于性心理发育未完全成熟，性伦理道德观念不强，尤其是对性传播疾病一无所知，将会妨碍大学生的健康发育。如果法律意识薄弱，可能会走上犯罪的道路。我们在几年的心理咨询中发现，有的大学生（尤其是女生）在大

学一年级甚至中学阶段就已失身，一旦失恋，经受不住压力与打击，常常会出现性心理障碍。由于缺乏性健康教育，有的学生产生了错误的观念与对人生不正确的认识。由此可见，破除性愚昧和无知已经成为一个急需解决的问题，它不但影响青少年的健康成长，而且关系到整个民族素质的提高。因此，加强性健康教育对成人、青少年和儿童都有十分重大的意义。

三、国内外性教育进展情况

（一）国外性教育现状

性教育在国外开展得比较早，而且非常重视，性教育已成为一项时兴的社会活动。

美国是提倡性教育最早的国家之一。早在1892年就公开出版了第一部性教育图书《真理的教导》。1910年6月美国性欲卫生联合会成立。1912年7月20日全美教育联合会决定培养中学性教育师资力量，由此开始了美国的早期性教育活动。美国早期性教育的书籍大都是引导人们节制自己的性欲，建议青年人要以工作、学习为重，注意休息，避免手淫；女孩子从小要多做家务，多读书，打消性的念头，并且有事多找母亲交谈。

20世纪20年代末期和30年代，美国受弗洛伊德学说的影响，开始对性的态度有了转变。30年代以后，美国中学性教育进入了实验阶段，但是教材和方法还没有统一的标准。直到40年代，学校才有了标准化的性教育教材，全社会开始懂得实施性教育的重要性。到了60年代，性教育开始在大学普及。1965年成立了“美国性信息和性教育理事会”。1968年在美国宾州大学建立了“医学性教育研究中心”。从60年代开始，美国性教育的内容发生了很大的变化，在某种程度上，滋长了“性解放”“性自由”的思潮。到了70年代，性教育几乎成了“性解