



人口与 性健康教育

Population
and Sexual Health
Education

主编 肖月华

湖南大学出版社

课外借



人口与 性健康教育

Population
and Sexual Health
Education

主编 肖月华

湖南大学出版社

内 容 简 介

本书分别从两性解剖与生理、两性心理与心理差异、婚恋与家庭、疾病与婚育、性功能障碍及其防治、性行为异常、性传播疾病、人口理论基础、人口政策与计划生育健康教育、性与法律等方面进行详细讲解,以培养读者正确的人口与性健康思想观念,帮助读者从知识源头上提升健康与安全防范意识,使之理性支配自身行为,严防伤害事故的发生。

本书可作为人口与性健康教育普及读物及教材使用。

图书在版编目(CIP)数据

人口与性健康教育/肖月华主编. —长沙:湖南大学出版社,
2018.8

ISBN 978-7-5667-1583-8

I. ①人… II. ①肖… III. ①大学生—性教育—高等学校—
教材 IV. ①G479

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2018)第 161396 号

人口与性健康教育

RENKOU YU XINGJIANKANG JIAOYU

主 编:肖月华

策划编辑:卢 宇 刘 旺

责任编辑:刘 旺

印 装:长沙鸿和印务有限公司

开 本:889×1194 32 开 印张:7.25 字数:170 千

版 次:2018 年 8 月第 1 版 印次:2018 年 8 月第 1 次印刷

书 号:ISBN 978-7-5667-1583-8

定 价:27.00 元

出 版 人:雷 鸣

出版发行:湖南大学出版社

社 址:湖南·长沙·岳麓山 邮 编:410082

电 话:0731-88822559(发行部),88821315(编辑室),
88821006(出版部)

传 真:0731-88649312(发行部),88822264(总编室)

网 址:<http://www.hnupress.com>

电子邮箱:pressluy@hnu.edu.cn

版权所有,盗版必究

湖南大学版图书凡有印装差错,请与发行部联系

顾 问 徐国正 张 坤 洪 苹
刘琼林 杨冰玲 胡 平
袁文胜 黄丽芝

主 审 赵晋湘
主 编 肖月华
编 委 (以姓氏笔画为序)

孙 喆 肖月华 张 佳
张 宽 陈晓青 易子琳
黄小忠

原版前言

为贯彻中央中共、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，得到了长沙市统计局局长叶恺钦、市计生委宣传科科长余重贤、市计生委宣传科科长喻惠军、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、现中南大学湘雅医学院生殖工程研究室邹雁宾教授。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。

本书各章编写人员如下：第一、八章编写者为吴霞；第二、三章编写者为肖筱娟；第四、十章编写者为肖月华；第

五、六章编写者为陈晓青；第七、十一章编写者为曾和平；第九章编写者为张友良。

由于编者水平有限，加之时间仓促，书中如有错误、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

再版前言

2001年我校顺应国家的要求和针对大学生的特点，编写出版了《人口与性健康教育》教材。如今，十余年过去了，在大学生中开展健康教育已经得到了国家和社会越来越多的重视，也越来越受到大学生的喜爱和欢迎。

2017年习近平同志在党的十九大报告中指出，“人民健康是民族昌盛和国家富强的重要标志”，并提出了实施“健康中国战略”；李克强总理在政府工作报告中也指出要加快发展全民健身；《“健康中国2030”规划纲要》也提出了加强学校健康教育力度的明确要求，以上均体现了我们党对人民健康重要价值和作用的认识已提高到新的高度。随着时代的飞速发展，人们观念的不断更新，以及医疗卫生技术的不断进步，当代大学生的实际需求和特点以及在大学生中开展健康教育的具体内容形式等都发生了很大的变化。因此，我们本着科学、精简、通俗、实用的原则，对原有教材的内容进行了重新修订，增加了新一版教材的科学性、趣味性和可读性，希望此书能成为促进大学生身心健康的有价值的参考书。

在编写过程中，我们参考了大量文献资料，吸取了多位专家学者的调查和研究成果，反复斟酌，几易其稿，终成此书。担任本书主审的是原湖南大学校医院院长赵晋湘主任医师。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，内容更贴近实际。本书在改编过程中，得到了国家计生协副秘书长洪苹，湖南省计生协业务指导处处长刘琼林、副处长杨冰玲，湖南省长沙市计生协常务副会长胡平，长沙市岳麓区计生协常务副会长袁文胜，岳麓区桔子洲街道卫计办主任黄丽芝等领导和同仁的悉心指导。湖南大学副校长徐国正和湖南大学校医院书记张坤也对本书的编写给予了很多支持和帮助。在此，对原版教材的编者以及为新一版教材的编写给予帮助的各位专家学者和领导同仁表示深深的谢意。

本书是在 2001 年原版的基础上，由主编肖月华牵头拟定编写大纲。本书各章编写人员如下：第一、九章编写者为张佳，第二、三章编写者为易子琳，第四、十章编写者为肖月华，第五、六章编写者为陈晓青，第七章编写者为张宽，第八章编写者为黄小忠，第十一章编写者为孙喆。由于编者水平有限，加之时间仓促，书中如有错误、不当和疏漏之处，恳请读者批评指正，以便再版时修订。

编 者

2018 年 3 月

目 次

第一章 绪 论	1
第一节 健康与健康教育	2
第二节 性与性健康教育	6
第二章 两性解剖与生理	20
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 性发育与特征	31
第四节 性生理变化	36
第五节 受精与胚胎发育	44
第三章 两性心理与心理差异	46
第一节 性·性别·性角色	46
第二节 两性心理差异的表现	53
第三节 两性心理差异的形成	55
第四节 性别差异的互补	59
第四章 恋爱、婚姻、家庭	63
第一节 恋爱与择偶	64

第二节 婚姻与家庭	70
第三节 婚前性行为的危害	74
第五章 疾病与婚育	80
第一节 男性生殖系统疾病与婚育	80
第二节 女性生殖系统疾病与婚育	86
第三节 相关全身性疾病与婚育	90
第四节 婚前医学检查与咨询及婚育的一般指导 原则	95
第六章 性功能障碍及其防治	101
第一节 男性性功能障碍	103
第二节 女性性功能障碍	109
第七章 性行为异常	113
第一节 性行为异常的概念	113
第二节 性行为异常的类型	114
第三节 性行为异常的原因	119
第四节 性行为异常的预防和治疗	122
第八章 性传播疾病	128
第一节 性传播疾病的预防	128
第二节 性传播疾病的诊断与治疗	134
第三节 常见性传播疾病的防治	135
第九章 人口理论基础	149
第一节 人口学的基本范畴和研究内容	149

第二节 人口发展历史与现状·····	158
第三节 人口与可持续发展·····	168
 第十章 人口政策与计划生育健康教育·····	175
第一节 计划生育的重要性·····	175
第二节 计划生育政策·····	177
第三节 怀孕与避孕·····	180
第四节 人工流产·····	194
 第十一章 性与法律·····	197
第一节 人类性行为的社会调控·····	197
第二节 越轨性行为的原因和表现·····	205
第三节 性犯罪的认定及其防治·····	211
 参考文献·····	220

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,健康教育的重要性变得更为突出。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健康知识,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身心疾患,影响学业的完成,甚至导致一些严重的后果。一些高校由于缺乏性健康知识教育,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,能帮助他们全面了解性生理与性心理特征、性疾病的传播途径和正确处理的方法,从而使他们真正成为文明、健康的高素质人才。

我国人口众多,截至2017年底,全国大陆总人口139 008万人。^①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,也具有社会性,为了适应社

^① 数据来源:国家统计局2018年2月28日公布的《2017年国民经济和社会发展统计公报》。

会的发展，人需要不断地完善自身，改造自己。在学习性健康知识的同时，学习人口理论与政策，了解我国的国情，更能明确当代大学生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）在1948年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，而且是在躯体上、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、自然因素和社会因素几方面。

（一）生物因素（遗传因素）

现代医学已经证实，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，可使病人保持激情，战胜疾病，早日康复。

（三）自然因素

自然环境是人类赖以生存和发展的物质基础，是人类健康的根本。气候变化、季节更替容易诱发疾病尤其是传染性疾病；空气、水、土壤污染，食品霉变过期，致病微生物侵袭，容易导致食物中毒事件发生；生物地球化学性疾病中的地质环境因素引起的碘缺乏病就是由于人体摄入碘不足而引起的地方病，最典型的表现形式是甲状腺肿大（俗称“大脖子病”），若发生于胚胎期和新生儿期，患者则表现出智力低下、身材矮小、听力障碍或神经运动障碍等症状，又称地方性克汀病，其严重影响儿童生长发育和身心健康；学习、生产、工作、生活环境中产生的有害物质或气体，电磁电离辐射等均可影响人体健康。

(四) 社会因素

人们所处的社会文化背景、社会环境、社会制度、经济状况、家庭结构、个人的健康行为以及经济状况等对人们的健康也有着重要影响。

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。美国的罗斯(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(Green, W. H. Q, Simons-Morton, B. G)编著的《健康教育概念》一书中,列举了1943年至1980年美国卫生福利部、美国健康教育协会等提出的18个健康教育的定义。在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习惯,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菲(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休斯敦召开的第十三次世界健康教育大会指出:“健康教育是研究传播保健知识和技术,影响个体和群体行为,预防疾病,消除危险因素,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，中国健康教育协会副会长黄敬亨教授主编的《健康教育学（第五版）》指出：“健康教育是通过有计划、有组织、有系统的教育和社会活动，促使人们自愿地改变不良的健康行为和影响健康行为的相关因素，消除或减轻影响健康的危险因素，预防疾病，促进健康和提高生活质量。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，提高健康素养，自觉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。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。性科学关于“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。性染色体决定了男女性别不同，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。男性有附睾输精管、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。男性身材相对高大，体格强壮，喉结突出，声音低沉，长胡须；女性身材相对矮小，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