

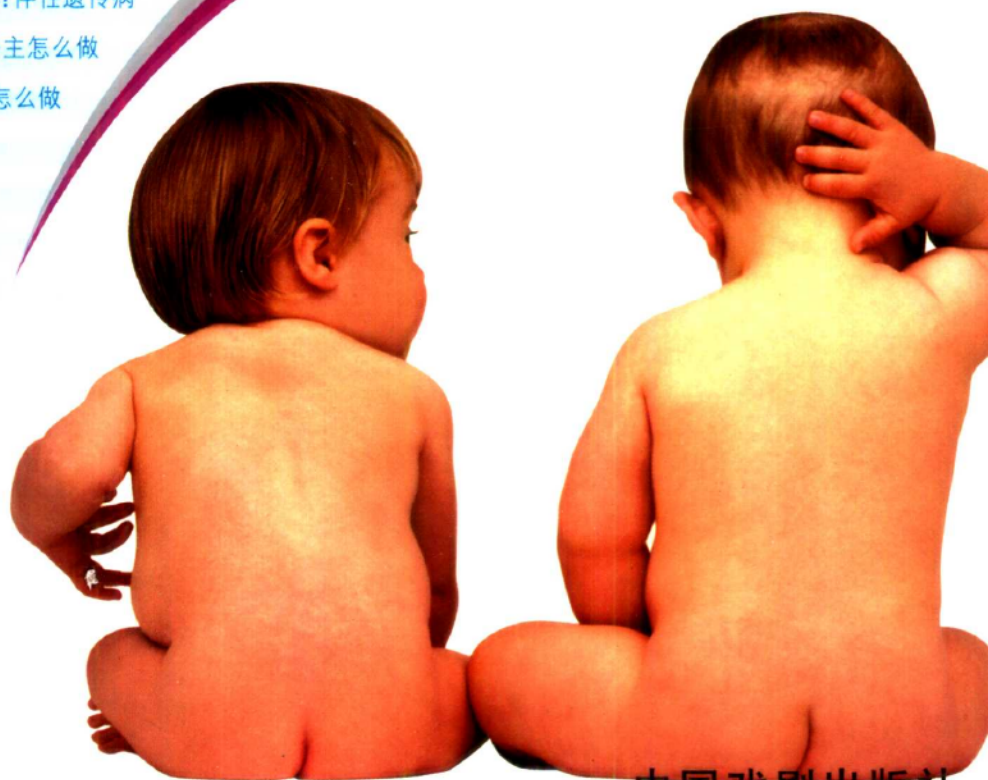
妇幼家庭保健专家方案丛书

中华母婴保健联合会隆重推荐

SHENGNAN SHENGNV  
ZHUANJIA FANG'AN

# 生男生女专家方案

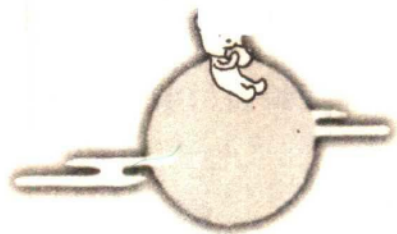
- 追根溯源，性别之谜
- 生男生女，欲说还羞
- 生男生女不一样：伴性遗传病
- 想生个公主怎么做
- 想生个少爷怎么做



中国戏剧出版社

妈妈宝宝图书





# 生男生女

## 专家方案

主 编：余旭煌

执行主编：余荡生



中国戏剧出版社

---

## 图书在版编目(CIP)数据

生男生女专家方案 / 余旭焯 主编. — 北京: 中国

戏剧出版社 2005.9

(妇幼家庭保健专家方案丛书)

ISBN 7-104-02206-6

I. 生 ... II. 余 ... III. 妇幼保健家庭保健 - 基础知识

IV. R17

---

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 101891 号

---

妇幼家庭保健专家方案丛书·生男生女专家方案

策 划: 左灿丽

责任编辑: 左灿丽

封面设计: 颜振鹏 高峰

版式设计: 颜振鹏

责任印制: 冯志强

出版发行: 中国戏剧出版社

经 销: 全国新华书店

社 址: 北京市海淀区紫竹院路 116 号嘉豪国际中心 A 座 10 层

邮政编码: 100089

电 话: 84042552 (发行部)

传 真: 84002504 (发行部)

电子信箱: fxb@xj.sina.net (发行部)

印 刷: 北京业和印务有限公司

开 本: 680 mm × 950 mm 1/16

总 印 张: 81.625

版 次: 2005 年 9 月 北京第 1 版第 1 次印刷

书 号: ISBN 7-104-02206-6/C·199

总 定 价: 130.80 元(全六册)

版权所有 翻印必究



# 目录

|                      |            |
|----------------------|------------|
| <b>生男生女不一样：伴性遗传病</b> | <b>/1</b>  |
| 什么是伴性遗传病             | /3         |
| 为什么要生女孩              | /5         |
| 为什么要生男孩              | /7         |
| <b>桃花园里识庐山面目</b>     | <b>/9</b>  |
| 男性生殖系统               | /10        |
| 女性生殖系统               | /16        |
| <b>追根溯源：性别之谜</b>     | <b>/25</b> |
| 46个染色体造出一个人          | /27        |
| 人类性别是怎样形成的           | /30        |
| 小小精子决定生男生女           | /32        |
| 千古奇冤：还历史本来面目         | /33        |



## 揭开神秘的精子谜团 /36

---

- 精子自白：我的一生 /38
- 男性体内：精子初长成 /38
- 女性体内：神圣使命的完成 /40
- 初步认识精子结构 /42
- 精子的生成和成熟 /44
- 精子的类型和特点 /47
- 精子的寿命有多长 /49
- 谁在“保驾”精子 /50
- 宝贝精子有“六怕” /54
- 精子大军历险会卵子 /56

## 生男生女，排卵正当时 /63

---

- 基础体温：概念和意义 /64
- 怎样正确测量基础体温 /66
- 怎样正确记录基础体温 /69
- 根据月经周期推算排卵日期 /71
- 根据宫颈粘液的变化测排卵 /77
- 还有其他测定排卵的方法吗 /79
- 精子与卵子的亲密对话 /83



|                      |              |
|----------------------|--------------|
| <b>生男生女, 欲说还羞</b>    | <b>/ 87</b>  |
| 生龙怀凤, 随心所欲           | / 89         |
| 精子分离术与生男生女           | / 90         |
| 阴道酸碱度与生男生女           | / 92         |
| 性行为频率与生男生女           | / 95         |
| 性爱高潮与生男生女            | / 96         |
| 性爱时间与生男生女            | / 99         |
| 怀孕年龄与生男生女            | / 103        |
| 食物酸碱性与生男生女           | / 106        |
| 环境温度与生男生女            | / 108        |
| 环境因素与生男生女            | / 109        |
| <br>                 |              |
| <b>酸儿辣女: 都是厨房惹的祸</b> | <b>/ 113</b> |
| 食物酸碱性与生男生女           | / 115        |
| 认识食物的酸碱性             | / 117        |
| 常见酸性碱性食物             | / 119        |
| 食物控制时间安排             | / 122        |
| 想生男孩, 吃什么好           | / 123        |
| 想生女孩, 吃什么好           | / 125        |
| 生男生女饮食禁忌             | / 127        |



小贴士：食物酸碱性与健康 /128

## 想生个少爷怎么做 /136

---

掌控生男孩的方法 /138

走向生男孩的步骤 /139

性交体位与生男孩 /141

性交高潮与生男孩 /149

中药控制生男药方 /153

附录：性反应周期 /155

## 想生个公主怎么做 /161

---

掌控生女孩的方法 /163

走向生女孩的步骤 /164

性交体位与生女孩 /166

性交高潮与生女孩 /170

中药控制生女药方 /174

## 老公，我怀孕了 /176

---

组合智能、个性、健康 /177

感谢上苍，我终于怀孕了 /180





妈妈宝宝风雨同舟 10 个月

/185

附录：美国优生圣经 49 条

/194





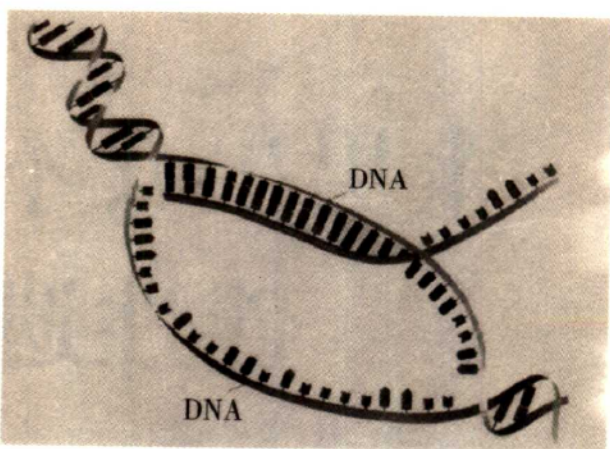
A woman with short reddish-brown hair and bangs, wearing a white lab coat over a dark top. She has a stethoscope around her neck and is holding a small photograph of a child in her left hand. The background is a plain, light-colored wall.

**生男生女不一样：  
伴性遗传病**



## 生男生女不一样：伴性遗传病

到目前为止，希望生男生女的理由有很多，在受“不孝有三，无后为大”观念影响的地区，想生男孩的人占绝大多数，他们的目的就是传宗接代。但是，如果控制性别的染色体（即性染色体，我们在下面将讲到，男性为XY，女



性为XX)出现问题，那么生育的宝宝就可能出现所谓的“伴性遗传病”，如色觉异常、血友病等。

所谓伴性遗传，就是与性别密切相关的遗传现象。从遗传学角度出发，选择胎儿性别的主要目的，是为了避免一些伴性连锁遗传病，也就是

### 小贴士：

伴性遗传所造成的疾病代表就是血友病、色觉异常（色盲）、夜盲症、肌肉萎缩症等。

说如果生男孩会出现的伴性连锁遗传病，那么生女孩就可以避免；如果生女孩会出现伴性遗传病的话，那么改生男孩就能够消除异常的遗传。



## 什么是伴性遗传病

位于性染色体上的致病基因引起的疾病称为伴性遗传病。此病分为 X 伴性遗传病和 Y 伴性遗传病两大类。

### X 伴性显性遗传病：

本病是由位于 X 染色体上的显性致病基因所引起的疾病。其特点是：

(1) 不管男女，只要存在致病基因就会发病，但因女子有两条 X 染色体，故女子的发病率约为男子的 2 倍。因为没有一条正常染色体的掩盖作用，男子发病时，往往重于女子。

(2) 病人的双亲中必有一人患同样的病(基因突变除外)。

(3) 可以连续几代遗传，但患者的正常女儿不会有致病基因再传给后代。

(4) 男病人将此病传给女儿，不传给儿子。女病人(杂合体)将此病传给半数的儿子和女儿。



常见的 X 伴性显性遗传病有：

1. 遗传性肾炎。
2. 假肥大型肌营养不良症。
3. 其他：深褐色齿、牙珐琅质发育不良，钟摆型眼球震颤，口、面、指综合症，脂肪瘤，脊髓空洞症，棘状毛囊角质化，抗维生素 D 佝偻病等。

X 伴性隐性遗传病：



这类遗传性疾病是由位于 X 染色体上的隐性致病基因引起的，女子的两条 X 染色体上必须都有致病的等位基因才会发病。但男子因为只有一条 X 染色体，Y 染色体很小，没有同 X 染色体相对应的等位基因。因此，这类遗传病对男子来说，只要 X 染色体上存在有致病基因就会发病。

X 伴性隐性遗传病的特点是：

(1) 患病的男子远多于女子，甚至在有些病中很难发现女患者，这是因为两条带有隐性致病基因的染色体碰在一起的机会很少所致。

(2) 患病的男子与正常的女子结婚，一般不会再生有此病的子女，但女儿都是致病基因的携带者；患病的男子若与一个致病基因携带者女子结婚，可生出半数患有此病的儿子和女儿；患病的女子与正常的男子结婚，所生儿子全有病，女儿为致病基因携带者。

(3) 患病的男子双亲都无病时，其致病基因肯定是从携带者的母亲遗传而来的，若女子患此病时，其父亲肯定是有病的，而其母亲可有病也可无病。

(4) 患病女子在近亲结婚的后代中比非近亲结婚的后代中要多。

常见的 X 伴性隐性遗传病有：

1. 血友病。
2. 葡萄糖 6-磷酸脱氢酶(G<sub>6</sub>PD)缺乏症。
3. 无汗性外胚叶发育不良症。
4. 其他：色盲、家族性遗传性视神经萎缩、眼白化病、无眼畸形、先天性夜盲症、血管瘤病、致死性肉芽肿、睾丸女性化综合症、先天性丙种球蛋白缺乏症、水脑等。据统计现在已发现这类遗传性疾病达 200 多种。

Y 伴性遗传病：

这类遗传病的致病基因位于 Y 染色体上，X 染色体上没有与之相对应的基因，所以这些基因只能随 Y 染色体传递，由父传子，子传孙，如此世代





相传。因此，被称为“全男性遗传”。这类遗传病没有显、隐性的区别，只要Y染色体上有致病基因的男子，就会发病。

常见的Y伴性遗传病有：

1. 蹼趾男人。
2. 长毛耳男人。

### 贴心提醒：

1. 有些遗传病是只在男性或只在女性身上发病，为避免后代发病，需要选择生男生女。例如：患色盲的男病人，其X染色体上携带有色盲基因，他与正常女性生育的子女，虽然都有正常的辨色力，但男孩的X染色体来源于母亲，是完全正常的，而女孩的一条X染色体来源于父亲，肯定为携带者。为避免以后的子代再次发生色盲病，可选择只生男孩而不生女孩。

又如，血友病家族中，妇女是血友病基因的携带者，她所生的男孩，将有一半的机会患血友病。患儿往往出血不止，在青少年时期便夭折。为了避免患血友病的孩子出生，最好只生女孩而不生男孩。

2. 人工选择胎儿性别的目的，主要是为了避免出生患伴性连锁遗传病的婴儿，它必须符合国家的有关法律法规，可在医疗机构的指导下进行。

## 为什么要生女孩

若母亲具有潜在血友病的遗传因子，而父亲是正常的，生下的孩子如



果是男孩,50%会出现血友病的症状。但若是女孩的话,虽然也有50%机率的血友病遗传可能性,但是却不会出现血友病症状。



### 我们的说明:

女性的性染色体为2条X染色体,即使有一边的X染色体是异常遗传因子,只要另一边的X染色体正常的话就可以将另一边的异常“遮盖”过去,所以,这类女性虽说是带原者,异常的症状却不会出现。

男性的性染色体是X染色体与Y染色体2条合为1套,当X染色体异常时,由于Y染色体不能“遮盖”异常的X染色体,就会出现遗传病的症状。



### 我们的建议:

如果母亲是血友病等伴性连锁遗传的带原者,那么生下的女孩,对孩子而言是幸运的。不只是血友病,像夜色症或肌肉营养不良症等,基于同样的理由,还是生下女孩比较好。



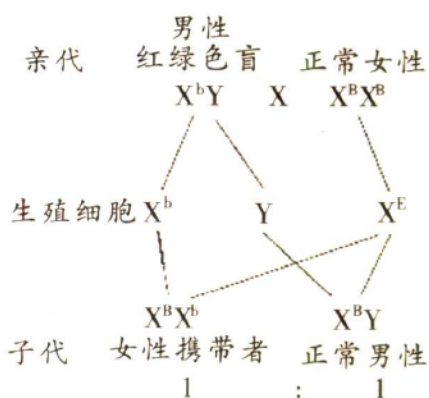
### 贴心提醒:

1. 科学家已知500多种疾病是伴性遗传的,在新生胎儿中的发病率约为千分之一。这些疾病包括血友病、脊髓病性肌营养不良症和X染色体联性遗传性疾病,其中许多是十分严重的、可导致终



生残疾或死亡。

2. 伴性遗传性疾病通常仅发生在携带病原基因的母亲所生的男婴身上, 而由同一母亲所生的女婴几乎总是不受影响。大多数曾经生育过患有以上一种伴性遗传性疾病的胎儿或有家族病史的夫妇, 可通过生男生女法获得一个健康的女婴。



## 为什么要生男孩

“色盲”这个名称相信大家都不陌生, 患者大都是红绿色觉异常, 也就是无法分辨红色与绿色, 这是一种遗传现象。色盲占全男性的 4% ~ 5%。全国人口若有 1 亿人的话, 男性为其一半约有 5

000 万人, 那么色盲患者就有 200 万人。

### 我们的说明:



色盲并不是父亲直接传给男孩的。如果色觉异常的父亲生下女孩, 这个女孩将成为带原者。当这个女孩成为母亲时, 生下的男孩就会得色盲。也就是说, 色盲是男性通过女儿再传给其男外孙子。

### 我们的建议:



患有色盲的家族, 如果只生男孩不生女孩, 则这个家庭的色盲遗传就



会中断。也就是说,利用生男生女法只生男孩就能办到这一点。

### 小贴士:善用超声波检查

在妊娠期进行胎儿性别预测,不是为了挑选男孩,而是用于预防和控制某些与性别有关的遗传病的扩散。

胎儿就像是躲在黑箱里的人,它看不到、摸不到,也不会说话,而超声波仪器的诞生就是为了使黑箱中的胎儿能够现身出来。透过超音波的作用,反射出胎儿及母体的结构,使胎儿不必冒照射 X 光的危险,便能显现出是否有异常,是一种相当安全的诊断工具。因此,利用超音波检查,可以判断腹中胎儿的性别。

需要说明的是:超声检查至少对妊娠 3 个月内的胎儿是有害的。另外,从法律上讲,如果没有医学指证,通过 B 超来做胎儿性别的鉴定并且人为地选择某一性别的胎儿是违法的。



A romantic couple walking in a field of white flowers. The woman is wearing a white jacket and a wide-brimmed hat, holding a bouquet of flowers. The man is wearing a dark sweater and light-colored pants. They are both smiling and looking at each other. The background is a soft-focus field of white flowers.

# 桃园里识 庐山面目