

■ 马晓年  
主编

A close-up photograph of a woman's face, focusing on her eye and lips. The eye is brown and looking slightly to the right. The lips are red and partially visible at the bottom right. The background is a soft, warm tone.

# 女性学咨询

- 性生理篇
- 性障碍篇
- 性与育篇
- 性心理篇

科学出版社

# 女性学咨询

马晓年 主编

科 学 出 版 社

1993

(京)新登字 092 号

## 内 容 简 介

本书系《男性学咨询》的伴侣书,是应读者要求编写的。作者根据临床、咨询及研究工作的经验,全面而系统地回答了有关女性的生殖生理、性生理、性功能障碍、性心理、优生、不孕等方面的问题 130 个,内容丰富,融科学性、知识性、实用性为一体,深入浅出,可读性强。

本书既能帮助广大女性更好地了解自我,又能帮助男性更好地了解女性,还可供基层医务人员、计划生育工作者参考。

## 女性学咨询

马晓年 主编

责任编辑 马索卿

人民军医出版社

北京东黄城根北街 16 号

邮政编码:100717

冶金印刷总厂印刷

新华书店北京发行所发行 各地新华书店经售

1993 年 9 月 第一版 开本:787×1092 1/32

1993 年 9 月 第一次印刷 印张:13

印数:1—30100 字数:289 000

ISBN 7-03-003823-1/R·201

定价:7.30 元

## 序 言

每一个了解一点历史的人也都知道,没有妇女的作用就不可能有伟大的变革,在任何社会中,妇女解放的程度是衡量普遍解放的天然尺度。我国妇女在政治的、经济的、文化的、社会的和家庭的生活等方面享有与男子平等的权力,90年代的中国妇女正以自尊、自爱、自重、自强的精神风貌顽强拼搏,开拓创新,在社会主义物质文明和精神文明建设中发挥着越来越重要的作用。然而,随着妇女日益向社会的深度和广度进军,向生活的更高更美的层次攀登时,人们已经明显认识到古老的文明和传统的道德并不完美。因为人类的历史观、价值观、伦理观的天平总是倾向男性,就连科学也不例外,尤其是性科学。在整个性科学园地里,女性学这一分支就像迟开的花朵刚刚破土而出,而男性学的招牌却早已挂遍神州大地。

《女性学咨询》一书正是在这种形势下应运而生的,我认为值得向读者推荐。这本书好就好在它深入地揭示了过去认为是禁区的性的奥秘。解放后,我国妇女地位不断提高,广大妇女有学习、就业、提干、攀登科学高峰、摘取运动金牌、驾机飞上蓝天等机会一显身手,不再依附于人,显示了自身巨大的力量。按说她们应该活得很潇洒,很快活,很幸福,但在实际生活中却有不少妇女拘于旧风俗、旧道德、旧观念,以及缺乏性知识,对个人生活中的不幸,包括性生活不和谐往往硬撑面子。另外,不仅在广大群众中缺乏性知识教育,医学教育中也缺乏完整的性知识教育,妇产科教材中基本上不包含性功能

方面的内容。《女性学咨询》一书以严肃的科学态度,从解剖学、生理学、心理学及社会学各方面详细讲述了女性性功能的正常、异常及其在人类生活中产生的深远影响。文章通俗易懂,从理论到实践,深入浅出地对性生理、性障碍、性与育、性心理四大类 130 个问题作了剖析,并提出解决问题的建议,可谓广大男、女读者的良师益友。作为妇产科专业医务人员,我认为它是一本很有价值的参考书。凡是在性问题上遇到困惑的女性总会从中找到有益答案的。

更为重要的是《女性学咨询》一书为我们医务人员开了个好头,它促使人们面对现实,要花费时间及精力去学习、认识及解决这个领域遇到的问题。衷心期望本书作者在广大读者的支持、帮助和鼓励下,不断补充,更臻完善,能更贴切地回答我国男、女同胞有关性生活的问题。使这本书成为婚前、新婚夫妇必读之书,使它成为成年男女组成幸福家庭的不可缺少的生活手册,并成为广大医务人员的得力助手。

北京医科大学第一临床学院

妇产科教授 麦永嫣谨识

1993 年 7 月 1 日

## 前 言

宇宙之浩瀚，粒子之轻微，地球之巧妙，生命之奥秘，无不诱导人们百折不挠地去探索，去征服，去研究。在人类各种自然需要和行为中，性的需要和性的行为占有非常重要的地位。奥古斯特·倍倍尔在其《妇女和社会主义》一书中写到，“在人的所有自然需要中，继饮食的需要之后，最强烈的就是性的需要了。……这种需要深深地埋藏在每一个发育正常的人身上，到成年时，满足这种需要是保证人的身体和精神健康的重要条件。”长期以来，受几千年封建意识影响和束缚，一些人习惯于以反科学的态度来看待性科学，一直把性行为看作是大逆不道，庸俗下流。所以性科学始终是一个神秘和敏感的禁区，很难堂堂正正地步入科学的殿堂。性科学的发展荆棘遍地，无坦途可走，即使是专家学者也避之唯恐不及，偶有勇敢选择这一事业者也如履薄冰，战战兢兢，不是触雷就是遭受不公正待遇。如德国性学家赫希菲尔德遭纳粹查抄、焚书、驱逐之苦，晚年一直流浪，再未回到德国；美国金西博士则受麦卡锡主义迫害，过早去世。但性需求并不以人们的意志为转移，它像日月经天、江河行地一样永恒，一样举足轻重。恩格斯针对当时虚伪的和假道学的传统提出尖锐批评：“我不能不指出，德国社会主义者也应该有一天公开地扔掉德国市侩的这种偏见、小市民的虚伪的羞怯心，其实这种羞怯心不过是用来掩盖秘密的猥亵言谈而已。例如，一读到弗莱里格拉特的诗，的确就会想到，人们是完全没有生殖器的。但是，再也没有谁像这位在

诗中道貌岸然的弗莱里格拉特那样喜欢偷听猥亵的小故事了。最后总有一天,至少德国工人们会习惯于从容地谈论他们自己白天或夜间所做的事情,谈论那些自然的、必需的和非常惬意的事情,就像罗曼语民族那样,就像荷马和柏拉图、贺拉斯和遇列纳那样,就像《旧约全书》和《新莱茵报》那样。”笔者在临床实践中发现,许多夫妻或男女在来咨询之前早已饱尝性失败、性不和谐的痛苦,甚至早已反目为仇,临近婚姻崩溃的边缘。有的人第二天就要上法庭判离婚了,却在前一天快下班时才来找医生。等到婚姻的基础早已松散或垮掉才想起寻求帮助,岂不太晚了。

由于性生活不和谐会影响夫妻双方的身心健康和感情,并进一步威胁到婚姻的稳定和家庭的和睦,从而成为社会不安定因素之一。在过去性医学不发达,遇到这类问题的夫妻最终只好求助于法院或痛苦地忍受病患的折磨。在某种意义上说,婚姻失败和破裂的挽救、悲剧的避免,医学常常可以起很大作用。当然,医学也可以因为不恰当的介入(如手术、药物治疗、医生不恰当的谈论)而导致医源性性功能障碍,这些往往会在无意之中影响夫妻性生活的协调,对人们的身心健康造成不良影响。

此外,性本身具有双向性,它既可以给人们带来欢乐与愉悦,也可以给人们造成痛苦与悲剧,有些人正是因性问题而走上犯罪道路,受到应得的惩罚。所以,除了普及性科学知识之外,也要大讲性伦理与性道德,张扬性文明,禁锢固然不对,但放纵同样为害匪浅。

我们在1987年出版《男性学咨询》一书后,受到广大读者的热烈欢迎,于是在1990年、1992年又出了第二版,第三版,总共发行十万余册。广大读者除对《男性学咨询》非常满意并不断提出宝贵意见之外,还希望早日见到《女性学咨询》的出

版,性急的读者甚至把书款寄到出版社。在读者的鼓励之下,我们经过两年多的努力终于完成了《男性学咨询》的伴侣书——《女性学咨询》。女性学顾名思义是研究女性性问题的学科,由于妇科学内容浩瀚,卷帙浩繁,性问题在妇科学中一直没有受到充分重视,看来有必要像妇科内分泌、妇科肿瘤那样划分出一个分支学科。在请教一些妇科权威后决定冠之以女性学这一术语,但它的意义又不限于妇科学,还外延到心理学与社会学等范畴。性,往往是涉及两性的问题,所以单提男性性问题或女性性问题的确有不妥之处,但它们确实又有各自的特点,比如男性阳痿的器质性原因占有相当大的比例,而女性性困难的社会学和心理学影响却非常重要,故此斗胆提出女性学这一术语供医学界及其他学术界专家学者斧正。

1993年是周恩来总理关于开展青春性教育讲话30周年。在邓小平同志南巡讲话和十四大精神鼓舞下,中国性学界正在伸开双臂迎接性科学春天的到来,为建立符合中国国情的性科学研究体系和建设富有中华民族文化色彩和道德风貌的性教育学而努力奋斗,以造福于亿万家庭。愿本书给广大妇女和她们的家庭带来一点温馨和深情。由于客观条件的限制,我们不可能对所有女性性问题采取“知无不言,言无不尽”的作法,所以有些文章难免有仅仅触及皮毛,隔靴搔痒之嫌,欢迎读者来信就女性性问题与主编进行深入探讨,以便在将来再版时予以修订。编者也乐于进一步回答有关的问题,欢迎读者来信。

编者

1993年2月



# 目 录

序言 .....	I
前言 .....	III

## 性 生 理 篇

1. 什么是性健康? .....	1
2. 你了解性观念形成过程吗? .....	3
3. 女性性系统是由哪些器官组成的? .....	5
4. 你知道阴蒂的解剖生理吗? .....	10
5. 阴蒂在性反应周期中有哪些变化? .....	13
6. 有关阴蒂的错误认识有哪些? .....	16
7. 你了解阴道的解剖与生理特点吗? .....	19
8. 阴道在性反应周期中有何变化? .....	23
9. 人们对阴道刺激有何新见解? .....	26
10. 阴唇在性反应中有哪些变化? .....	29
11. 子宫在性反应周期中有哪些变化? .....	32
12. 你知道女性乳房的性生理反应吗? .....	35
13. 女性性反应的生理测定有何新进展? .....	38
14. 性欲是怎样形成的? .....	41
15. 性欲是由哪些因素决定的? .....	44
16. 血浆雄激素水平与女性性行为有关吗? .....	47
17. 妇女为何常有经前期情绪低落? .....	50
18. 什么是女性性高潮? .....	52

19. 何谓 G 点和女性高潮射液? .....	56
20. 女性性高潮有几种类型? .....	61
21. 性反应顶峰和性高潮有何区别? .....	65
22. 如何正确看待女性性高潮问题? .....	68
23. 文化对女性性高潮的影响是什么? .....	71
24. “梦交”是怎么回事? .....	76
25. 性爱等于性交吗? .....	78

## 性 障 碍 篇

26. 女性性欲为何受到压抑? .....	82
27. 她为什么给丈夫开“绿灯”? .....	88
28. 什么是女性性唤起障碍? .....	91
29. 如何治疗性恐怖状态? .....	93
30. 她们为什么会性欲亢进? .....	96
31. 为什么性交竟会给她们带来痛苦? .....	99
32. 造成性交疼痛的器质性原因有哪些? .....	101
33. 心理性性交疼痛的诊治特点是什么? .....	104
34. 尿道肉阜也是女子性交疼痛的原因吗? .....	107
35. 女性是否也有前列腺疾病? .....	108
36. 她为什么会发生阴道痉挛? .....	109
37. 如何诊断阴道痉挛是否存在? .....	114
38. 怎样进行阴道痉挛的性治疗? .....	117
39. 她为什么会脱肛? .....	121
40. 什么是女性性高潮障碍? .....	123
41. 性高潮障碍的心理治疗原则是什么? .....	126
42. 性咨询和性治疗中应如何问诊? .....	130
43. 性咨询和性治疗的程序如何? .....	135
44. 何谓性感集中治疗? .....	137

45. 原发性性高潮障碍者如何自我训练? .....	141
46. 什么是性治疗? .....	144
47. 为什么催眠术又卷土重来? .....	147
48. 什么是亲昵行为为主的性治疗? .....	150
49. 女性性功能障碍的男方因素有哪些? .....	154
50. 为什么要锻炼耻骨尾骨肌? .....	157
51. 阴蒂有哪些常见的异常? .....	162
52. 什么是女性包皮环切术? .....	165
53. 她们为何在蜜月中悲鸣? .....	167
54. 产后为什么会发生阴道撕裂? .....	170
55. 如何注意乳房美与乳房保健? .....	172
56. 乳房一大一小怎么办? .....	175
57. 女性一生中性功能有哪些变化? .....	176
58. 中年妇女的性反应特点是什么? .....	180
59. 更年期妇女面临哪些性问题? .....	183
60. 性交体位的变化有何意义? .....	187
61. 女孩性早熟该怎么办? .....	189
62. 她为什么血带淋漓不尽? .....	190
63. 白带异常与性生活有关吗? .....	192
64. 女子没有阴毛就是“克夫”的“白虎”吗? .....	194
65. 有些少女为何外阴瘙痒? .....	197
66. 外阴白斑是怎么回事? .....	198
67. 当前世界上流行哪些严重的性病? .....	200
68. 性交出血有可能是尖锐湿疣吗? .....	206
69. 尖锐湿疣都是性途径传播的吗? .....	207
70. 性交后为何会全身奇痒? .....	210
71. 什么是医源性性功能障碍? .....	211
72. 药物对女性性功能有何影响? .....	215

73. 避孕影响性生活吗? .....	221
74. 酒精对女性性功能有哪些影响? .....	223
75. 焦虑一定会造成性功能障碍吗? .....	225
76. 过度减肥对性有何危害? .....	228
77. 肥胖对性有何影响? .....	232
78. 哮喘对女性性行为有何影响? .....	234
79. 高血压会影响女性性行为吗? .....	237
80. 性行为对女性生育力有哪些影响? .....	241
81. 不育症能带来哪些性心理反应? .....	244
82. 患多发性硬化症后性生活会变化吗? .....	249
83. 脊髓损伤妇女的性行为有哪些变化? .....	252
84. 子宫切除影响性生活吗? .....	255
85. 癌症对女性性行为有何影响? .....	257

## 性 与 育 篇

86. 哪些人不宜结婚或生育? .....	263
87. 生男生女有无奥秘? .....	265
88. 你知道有哪些避孕途径吗? .....	267
89. 新婚期间宜采用哪种避孕方法? .....	271
90. 已有子女的夫妇应采用什么避孕方法? .....	272
91. 怎样使用外用避孕药膜? .....	274
92. 目前避孕技术有何重大进展? .....	275
93. 父母年龄与先天畸形有何关系? .....	278
94. 避孕过程中妊娠胎儿会畸形吗? .....	280
95. 先天性疾病都是遗传病吗? .....	281
96. 为什么近亲结婚危害极大? .....	283
97. 妻子习惯性流产可能与丈夫有关系吗? .....	286
98. 怎样利用遗传工程治疗遗传病? .....	288

99. 你知道人类生殖研究的现状和前景吗? .....	291
100. 哪些因素可以造成女性不孕或不育? .....	294
101. 性交因素会造成不孕症吗? .....	297
102. 神经精神因素也会造成闭经和不孕吗? .....	300
103. 女性生殖道结核能造成不孕吗? .....	302
104. 为什么肥胖容易引起不孕? .....	303
105. 为什么豆芽菜体型的妇女不易受孕? .....	306
106. 怎样认识原因不明性不育? .....	309
107. 祖国医学如何认识女性不孕? .....	311

## 性 心 理 篇

108. 恋爱时如何协调男女差异? .....	315
109. 恋爱时为何应懂点性心理? .....	319
110. 少女的性权利是什么? .....	323
111. 为什么有些人性感受贫乏? .....	325
112. 在婚后性生活中如何寻求美的感受? .....	332
113. 如何维系美满姻缘? .....	339
114. 女性性权利是如何丧失的? .....	342
115. 主动也是女性性权利吗? .....	346
116. 为什么不把自己解放出来呢? .....	348
117. 女人的性与爱矛盾吗? .....	349
118. 如何纠正女性性洁症? .....	352
119. 如何珍重第二春里的爱? .....	357
120. 中老年妇女应如何认识性权利? .....	362
121. 温柔应是妻子的天性吗? .....	364
122. 夫妇为何应该相依不相融? .....	367
123. 错误的性教育会带来哪些危害? .....	372
124. 性观念的改变有利于性满意程度吗? .....	373

125. 性虐待史对妇女成年后性功能有何影响? .....	376
126. 如何进行家庭性教育? .....	378
127. 性教育不当与性变态有关吗? .....	383
128. 我是同性恋患者吗? .....	388
129. 女性同性恋是怎么回事? .....	390
130. 西方妇女如何看待“性革命”? .....	394

# 性 生 理 篇

---

## 1. 什么是性健康？

性健康与性卫生保健是一个既古老而又时髦的问题，但什么是性健康，如何实现性健康，在不同的时代和不同的社会却具有不同的认识和标准，至今人们还没有一个科学的、权威性的解释。我们的医学家、心理学家、社会学家对性问题的认识仍不很成熟。

世界卫生组织认为，随着人类文化和生活水平的提高，人类的性问题对个人健康的影响将远比人们以前所认识的更为深入和重要。对性的无知或错误观念将极大地影响人们的生活质量。

性健康是指具有性欲的人在躯体上、感情上、知识上、信念上、行为上和社会交往上健康的总和，它表达为积极健全的人格，丰富和成熟的人际交往，坦诚与坚贞的爱情和夫妻关系。它包括以下三个方面内容：

(1) 根据社会道德和个人道德观念享受性行为和控制生殖行为的能力。

(2) 消除抑制性反应和损害性关系的诸如恐惧、羞耻、罪

恶感以及虚伪的信仰等不良心理因素。

(3)没有器质性障碍、各种生殖系统疾病及妨碍性行为与生殖功能的躯体缺陷。

实际上性健康包括这样三个内容,即生殖健康,性心理健康,性生理健康。

性卫生保健也就是如何实现性健康的问题,它不仅和生育与生育控制有关,也和预防艾滋病等性传播疾病侵袭的医疗保健有关,还是生活质量不断提高的保证。性卫生保健问题贯穿于人的一生,在不同年龄阶段具有不同的重点和内容。

儿童期:父母如何对待儿童玩弄生殖器官的性行为问题,怎样回答孩子提出的形形色色的性问题,父母在孩子面前的亲昵等行为举止的适度与禁忌问题。

少年期:孩子们对性器官的好奇,性器官的较量,性游戏(如医生、护士的扮演,过家家等),模仿父母或影视银幕所见的成人行为。

青春期:手淫,因身体发育带来的种种性困惑或性焦虑,同伴间的性尝试,恐人症,孤独感,无聊感,躯体不适,情绪波动,白日梦。

未婚成年期:对性的需要,寻找伴侣所遇到的困难,自卑感,失落感,失恋或失足,性焦虑,没有归宿的爱情,愿意接触异性又害怕妊娠,充当第三者。

已婚成年期:随结婚而出现的性问题,新婚的适应困难,处女膜问题,情感疏远问题,离婚,婚外恋,无端嫉妒与猜疑,中年性失调,老年性淡漠等。

总之,性健康是人类健康的一个不可缺少的重要组成部分,万万忽视不得,要想实现性健康就必须重视性卫生保健,而性教育则是性卫生保健的基础,尤其是加强父母对子女的早期性教育(主要是言传身教,树立正确榜样和形象),从娃娃



抓起；发挥学校在履行性教育中的积极作用（这将起到家长难以发挥的作用）；凡此种将给青春期发育期的孩子带来能受益一生的良好影响，从而保证了他们一生的幸福与性健康。当然，人们也不能忽视对人生其他不同时期人群的针对性的性教育。

（马晓年）

## 2. 你了解性观念形成过程吗？

大多数家长认为他们两岁左右的子女不大可能像学习其他事情那样吸收有关性问题的知识，但事实并非如此。父母应该了解到儿童的许多焦虑会导致他们对性领域兴趣的增强，或导致完全与性无关的但可因许多不同原因引起的手淫活动的增加。

教给孩子有关生殖与性的确凿的科学知识，尤其是由父母亲自传授这些知识将使孩子感到满意，并对当前的性角色和未来的生殖角色产生一种安全感。但父母若对孩子进行的性游戏或预演游戏予以责骂将无疑会伤害他们的幼小心灵，挫伤他们的求知欲，因此采取和蔼可亲和平静的处理方式，将有助于孩子们树立积极向上的生活态度。

对性反应系统的了解需要历经整个婴儿期、儿童期和青春期。越来越多的性学家和性治疗学家同意手淫在性发育和人类一生中的特殊作用，其最重要的功能之一是它有建立一个强有力自我感受的作用，也可以把手淫看作是成熟的性活动的预演，就像青少年总是尝试各种途径来检测其身体的其他功能，如远足、登山、驾车等一样，他们也需要了解自己的身体是如何行使性行为的。手淫是实现这一目的的安全方法，因为它不涉及其他人。还应认识到大量成年人直至步入老年时