

LE GRAND LIVRE
DE LA FEMME

女性 生命的历程

[法] 勒帕日 帕热 著
刘京 王辉 等译

西苑出版社

GRAND LIVRE
LA FEMME

女性 生命的历程

[法] 勒帕日 帕热 著
刘京 王辉 等译

西苑出版社

图书在版编目(CIP)数据

女性·生命的历程 / (法)勒帕日,帕热著;刘京等译.
—北京:西苑出版社,2005.1
ISBN 7-80108-998-7

I. 女... II. ①勒...②帕...③刘... III. ①女性—人
体生理学②妇女心理学 IV. ①R339.2②B844.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 101567 号

女性·生命的历程

著 者 勒帕日 帕热
出版发行 西苑出版社
通讯地址 北京市海淀区阜石路 15 号 邮政编码 100039
电话 010-68214971 传真 010-68247120
网 址 WWW.xycbs.com E-mail aaa@xycbs.com
印 刷 北京雷杰印刷有限公司
经 销 全国新华书店
开 本 880 毫米 × 1230 毫米 1/32 印张 16
版 次 2005 年 1 月第 1 版
印 次 2005 年 1 月第 1 次印刷
印 数 1~10000 册
书 号 ISBN 7-80108-998-7/R·06

定价:33.80 元

(凡西苑版图书如有缺漏页、残破等质量问题,本社邮购部负责调换)



目 录

I

从女婴到小女孩

什么叫小女孩	2
【细胞的故事】.....	3
【性别的奇遇】.....	5
【女婴的诞生】.....	8
【女儿身】.....	9
外阴.....	9
处女膜.....	10
阴道.....	10
子宫.....	11
卵巢.....	11
乳房.....	11
0到9周岁的小女孩	12
【对身体的探索】.....	13
咿吮期.....	13
肛门区.....	14
生殖器.....	15
手淫.....	15
俄狄浦斯情结.....	16
【女孩卫生】.....	17
【内裤卫生】.....	18
外阴阴道炎.....	19
· 肠寄生虫.....	20
· 泥土脏污.....	20



· 局部摩擦	20
· 分泌物堆积	20
· 用脏手手淫	20
外阴阴道炎	21
· 外来异物	22
· 一般病菌	22
· 特殊病菌	22
· 性病病菌	22
· 真菌	23
出血	23
【儿童的妇科检查】	24
【如何护理女孩的内隐部位?】	26
外阴炎	26
阴道炎	26
【先天性缺陷】	27
轻微缺陷	27
· 小阴唇连体	27
· 小阴唇肥大	28
· 处女膜无孔	28
先天性畸形	28
早熟	28
严重畸形	29
两性人畸形	29
女性阴阳人	30
男性阴阳人	31
特纳氏 (Turner) 综合症	31
成人世界里的小女孩	32
【婴儿是如何诞生的?】	34



做爱.....	35
胎儿的产生.....	36
婴儿出生.....	38
【儿童面对成人的非正常性行为】	39
来月经前的女孩子	44
【荷尔蒙信号】	47
【身体变化】	48
乳房.....	50
· 乳房是什么.....	51
皮肤.....	52
· 什么是皮肤.....	52
· 皮下组织.....	53
· 真皮.....	54
· 表皮.....	55
体毛.....	56
【生殖系统】	57
生殖器.....	57
· 外生殖器.....	57
· 内生殖器.....	58
【内裤检查】	60
几种妇科病.....	61
【生理现象】	62
什么是前青春期.....	62
结束过去，创建一个自己的新天地.....	64
无性欲.....	65
内心秘密.....	65
缩小社会接触范围.....	65



月经来潮	68
【谁揭开了月经周期的秘密】	70
【第一次月经是怎么来的】	73
【几岁开始来月经】	74
【珊珊来迟的月经初潮】	75
处女膜闭锁.....	76
先天性无子宫.....	76
无子宫内膜.....	76
雌性化睾丸症候群.....	76
特纳氏 (Turner) 综合症.....	76
肿瘤.....	77
【内裤卫生】	77
月经初潮的卫生防护.....	77
经血.....	78
【精神状况】	78
月经来潮之后	82
【对身体的新发现】	84
对性器官的兴趣.....	86
【青春期烦恼】	87
皮脂溢、粉刺.....	87
如何治疗.....	88
体重增加.....	88
体瘦异常.....	89
月经期过量出血.....	89
【观察内裤】	90



II

青春期 — 女人的诞生

什么是青春少女	94
【周期】	95
· 周期的第 10 天	97
· 周期的第 13 或 14 天	97
· 卵泡分裂成为什么	98
· 周期的发展、变化	98
【随着周期运行的生理现象】	100
乳房	100
输卵管	100
子宫	101
子宫颈	101
阴道	102
体温	102
【月经】	103
经血	103
经量及经期	103
痛经	103
经血不凝	105
【什么是女人】	105
外阴	106
阴道	106
子宫颈	106
输卵管	106
卵巢	106



【初涉爱河】	110
【什么是男人】	113
睾丸.....	113
输精管.....	113
射精管.....	114
尿道.....	114
阴茎.....	114
【人是如何怀孕的】	115
受胎	116
【身体各部位的发育】	119
嘴.....	120
皮肤.....	120
乳房.....	120
外阴	121
自慰	124
【与他人接触】	124
同性恋.....	124
调情.....	125
【爱情 = 人生第一次】	128
【心理准备】	131
【爱的前奏曲】	134
【做爱行为】	136
见红.....	139



避孕	140
【体外射精】.....	142
【冲洗阴道】.....	143
【体温法】.....	144
【阴道隔膜法】.....	145
【杀精法】.....	149
【避孕套】.....	152
【避孕环】.....	154
【避孕药】.....	154
妇科检查	156
【准备工作】.....	157
【检查】.....	160
· 第一项接触.....	160
· 外阴检查.....	160
· 阴道窥镜检查.....	162
· 触摸检查.....	162
· 医嘱.....	164
性传播疾病	166
【滴虫病】.....	167
· 症状.....	167
· 白带增多.....	168
· 护理.....	168
【非淋球菌病】.....	169



· 症状	169
· 如果不治疗	169
· 后果	170
【生殖器念珠菌病】	170
· 症状	171
· 护理	171
【非淋球菌尿道炎】	171
· 症状	171
【淋病】	172
· 症状	172
· 护理	173
· 后遗症	173
· 妇科诊治	173
【生殖器疱疹】	174
· 症状	174
· 不舒服的感觉	175
· 疱疹是传染的	175
【梅毒】	175
· 症状	176
【湿疣】	178
· 症状	178
【爱滋病】	179
· 自我保护	180
人工流产	182
【我是否怀孕了】	184
生理信号	184
自我测试	185



医院测试.....	185
医生的检查.....	186
怀孕了、怎么办.....	186
【人工流产】	187
电吸法.....	188
诱导月经法.....	190
刮宫.....	190
【人工流产之后】	191
护理.....	191
情绪.....	192
应采纳的建议.....	193
青春期隐私	196
【寄生虫】	197
阴虱.....	197
疥疮.....	198
【正常的阴道分泌物】	199
【感染】	200
外阴阴道炎.....	202
阴道炎.....	202
膀胱炎.....	204
生理卫生	206
【个人卫生】	208
外阴盥洗.....	208
内阴盥洗.....	209
【令人担忧的体味】	211



正常气味.....	211
异常气味.....	212
人工气味.....	212
【月经期卫生】	213
卫生巾.....	214
卫生栓.....	215
清洗.....	215
【讲究卫生是最好的防护措施】	216
预防外阴阴道炎和阴道炎.....	216
预防尿道炎和膀胱炎.....	217

III

女人成熟期

【什么是女人】	222
【大胆地验证自己】	224
外阴检查.....	224
· 外表.....	224
· 内部.....	227
【看不见的部位】	229
子宫.....	229
输卵管.....	230
卵巢.....	231
【肌肉】	231
什么是腹肌、会阴肌.....	234
如何识别.....	234
如何锻炼.....	235



内部练习	239
肌肉有力的优点	240
· 难产时	240
· 小便失禁时	240
【自我检查】	241
如何进行自我检查	242
检查	242
· 走进阴道	243
· 不正常的现象	246
月经前的综合征	248
【情绪变化】	249
【紧张】	250
忧郁	250
体乏	250
【水肿】	251
【其他现象】	252
皮肤分泌紊乱	252
结膜炎	253
奇怪的食欲	253
严重的酒精中毒	253
头发失去光泽	253
如何面对经前综合症	254
【医药治疗】	254
月经及其问题	256
【痛经、月经失调】	257



原因	258
治疗	259
减轻痛苦—练习瑜伽	260
【月经过量、过多】	260
【两次月经之间的出血】	261
【月经迟迟不来、闭经】	262
子宫受损	262
卵巢问题	262
脑垂体问题	262
停用避孕药	262
使用某种药物	262
【关于月经的几个问题】	263
月经周期	263
如果周期不固定	263
不象是月经的月经	264
不排卵也来月经吗?	264
月经前出现的血点是什么?	264
节食减肥会影响月经吗?	264
根据需要调整月经提前或推后有危险吗?	265
月经期内做爱会怀孕吗?	265
月经会带来厄运吗?	265
月经期做爱	265
美国产的卫生麻棉是什么?	266
身上奇怪的青斑	267

女人的性生活.....268

【什么是性交】.....270

【做爱前奏曲】.....271



【结合的瞬间】	274
【性高潮】	277
【后期放松】	278

性行为.....280

【A】	281
节欲	281
做爱	281
· 妊娠期	281
· 分娩后	283
性厌恶	283
肛交	283
刺激性欲法	284
【B】	285
双性人	285
做爱时发出的声响	285
【C】	285
抚摸	285
割礼	286
· 男性割礼	286
· 女性割礼	287
阴蒂	288
性痉挛	290
交流	291
口交	291
【D】	291
疲软	291
性畸形	292
· 性虐待狂	292



· 性虐待狂	292
· 恋动物癖	293
· 裸露癖	293
· 窥视癖	294
· 摩擦癖	294
· 食粪癖	294
· 食血癖	294
性义务	294
痛苦	295
· 不够湿润	295
· 局部感染	295
· 阴道狭窄	295
· 内生殖器官发炎	296
· 阴蒂发炎	296
【E】	296
射精	296
色情	297
喷嚏	297
【F】	297
口淫	297
性冷淡	298
【G】	299
仿制的阴茎	299
阴道兴奋点—G点	301
【H】	302
子宫切除	302
【I】	303
性无能	303
乱伦	303