

# 性知识必读

Knowledge  
You must Know On Sex



很多年轻人对性问题有种种困惑：  
怎样才能有和谐的性生活？  
怎样选择最佳的避孕方法？  
怎样预防性病？  
怎样进行性保健……  
本书将一一为你解答。

Knowledge You must Know On Sex

性问题全面解惑 提高自己的性商  
张忠元 安 劬 / 主编

中国妇女出版社

# KNOWLEDGES

YOU MUST KNOW ON SEX



## 性知识必读

张忠元 安 劼 / 主编

中国妇女出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

性知识必读/张忠元,安劬主编.—北京:中国妇女出版社,2006

ISBN 7-80203-295-4

I. 性... II. ①张... ②安... III. 性知识  
IV. R167

中国版本图书馆CIP数据核字(2006)第037403号

## 性知识必读

---

作者:张忠元 安 劬/主编

策划编辑:樊国宾

责任编辑:晓 春

责任印制:王卫东

出 版:中国妇女出版社出版发行

地 址:北京东城区史家胡同甲24号 邮政编码:100010

电 话:(010) 65133160(发行部) 65133161(邮购)

网 址:www.womenbooks.com.cn

经 销:各地新华书店

印 刷:北京集惠印刷有限公司

开 本:145×210 1/32

印 张:9.875

字 数:240千字

版 次:2006年6月第1版

印 次:2006年6月第1次

印 数:1—6000册

书 号:ISBN 7-80203-295-4

定 价:17.00元

---

版权所有·侵权必究 (如有印装错误,请与发行部联系)

权威学者共同编写 著名留美专家审定

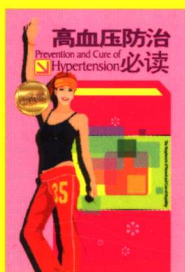
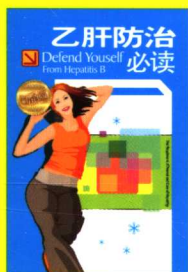
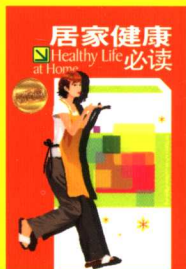
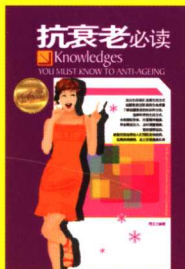
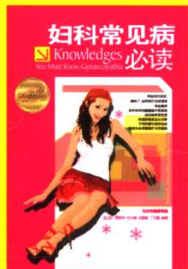
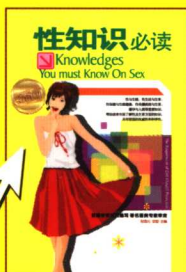
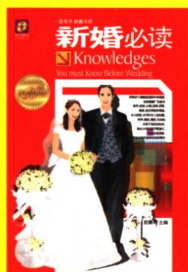
KNOWLEDGES  
YOU MUST KNOW ON SEX



本书介绍了性与生殖、性生活与生育、性保健与生殖健康、性传播疾病与生育、避孕与人流等重要知识。帮助读者全面了解性及生育方面的知识，具有较强的权威性和科学性。



## 中国妇女出版社生活健康类畅销读物



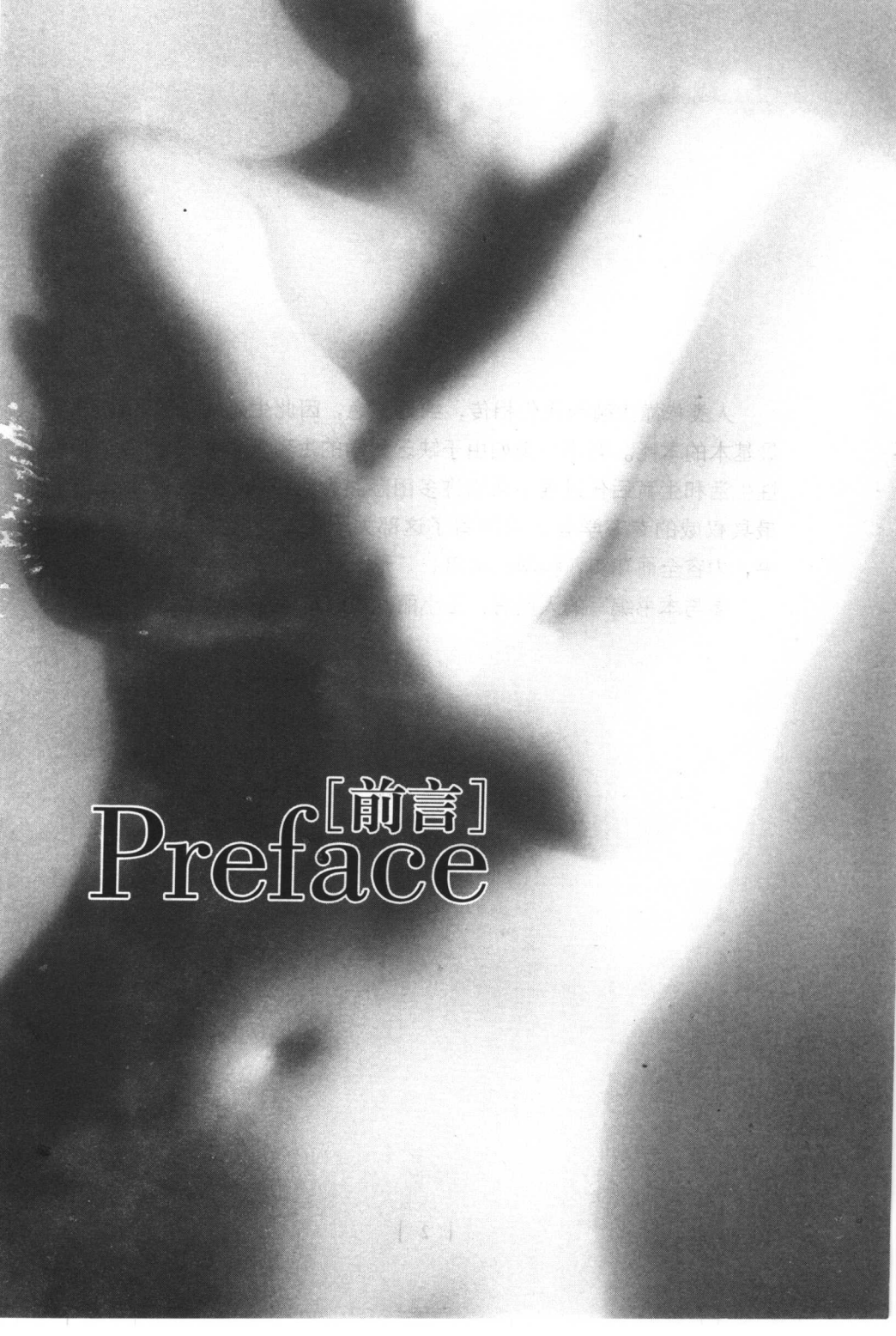
- 网址: [www.womenbooks.com.cn](http://www.womenbooks.com.cn)
- 全国妇联主办的综合性出版社
- 核心产品: 女性、家教、励志、人物类图书
- 屡获“中国图书奖”等国家荣誉
- 不懈追求一流出版物之卓越品质

策划编辑: 樊国宾

责任编辑: 晓春

封面设计: 风·爱·水·工作室

TEL: 13811344240



此因，武律及... 夫人...  
... 于... 本基...  
... 全... 中...  
... 本...

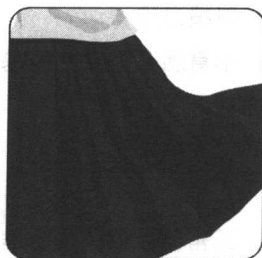
# [前言] Preface

人类依靠生殖而代代相传，绵延不绝，因此生殖活动是人类最基本的本能。有不少夫妇由于缺乏科学的生殖观念和知识，在性生活和生育后代过程中面临许多困惑。为此，我们组织了全国最具权威的专家学者共同编写了这部关于性知识与性健康的图书，内容全面翔实，科学而实用。

参与本书编写的人员有：王小丽、袁雪梅等。

# 性知识

## 必读 Knowledges



## 目录·Contents



## 1 第一章 性与生殖

女性外生殖器的构成	3
女性内生殖器的构成	5
男性生殖器的构成	7
射精过程	8
孕育胎儿需要哪些基本条件	9
精子是怎样产生的	10
卵子是怎样产生的	11
精液的作用及构成	12
正常精液的医学标准	12
前列腺在生殖过程中的作用	14
附睾的功能是什么	16
什么是处女膜	20
什么是月经	21
什么是性激素	22
雌激素的生理功能有哪些	24
孕激素有哪些作用	25
怎样才能怀孕	26
什么是受精与着床	27
胎膜有哪些作用	28
胎盘有哪些作用	28
脐带有哪些作用	31
羊水有哪些作用	32

**33 第二章 性生活与生育**

性欲是怎样产生的	35
怎样正确判断自己的性功能	36
影响男性性生活的习惯有哪些	38
头发少是否影响生育能力	39
男人的性欲比女人强吗	40
性欲不协调的夫妻要多沟通	41
男性在性生活中应注意哪些问题	43
女性在性生活中“叫床”的原因	45
哪些因素影响性欲的强弱	46
心理疲劳影响性能力	48
性衰老有哪些表现	49
哪些食物能增强男性性功能	50
过好新婚之夜的性生活要注意些什么	55
新婚性生活处女膜破裂出血怎么办	56
新婚夫妇初次性交不成功的原因有哪些	57
改变性交姿势能提高性生活质量	58
爱抚阴蒂的技巧	61
什么是G点	62
男性最敏感的性器官是什么	63
如何增加对丈夫的性吸引力	63
妻子到底需要什么	66
如何增加夫妻生活的趣味	68
夫妻双方进行性交流的技巧	69

男女性爱观的异同	72
哪些性交体位容易受孕	74
性敏感区并非只有性器官	75
正常的性交时间是多长	76
延长性交时间的方法	76
视觉对性生活的影响	78
性心理卫生体现在哪些方面	78
性交前应做好准备工作	80
性快感是怎么回事	81
尿液与性生活的关系	82
禁欲对性生活的影响	83
饮酒后不宜性交	84
男性怎样对性器官进行自我保健	84
阴茎多大才算正常	85
阴茎大小与哪些因素有关	86
阴茎的大小对性生活有无影响	87
阴茎过于短小与哪些因素有关	88
阴茎过于短小怎么办	89
阴茎过大怎么办	90
阴茎在勃起时弯曲是病吗	91
阴茎会萎缩吗	92
什么是睾丸扭转	93
为什么双侧睾丸的大小不一样	94
睾丸缺失怎么办	95
阴毛稀少会影响性生活吗	96
什么是手淫	98

过度手淫有何危害	99
怎样才算手淫过度	100
手淫会不会影响性生活	101
性幻想是病态吗	102
哪些人需要做性心理咨询	103
怎样接受性心理咨询	104
性交会不会造成生殖器损伤	105
什么是遗精	107
遗精会不会影响身体健康	108
男性需要进行性保健运动	108
性交时阴道不够润滑是怎么回事	110
性交次数太频繁会使阴道扩张吗	111
服用“伟哥”有何后遗症	111

### **113 第三章 性保健与生殖健康**

男性常见性功能障碍有哪些	115
男性性功能障碍的常见症状	115
什么是男性勃起功能障碍	116
勃起功能障碍发生的原因	118
偶发性勃起困难是否需要就医	120
患有高血压的“ED”患者怎么办	121
怎样区分器质性和精神性勃起功能障碍	122
性功能障碍会不会遗传	123
什么是阳痿	124
什么是阴茎异常勃起	127

什么是早泄	128
早泄的治疗方法	129
早泄是不是性功能障碍	130
什么是逆行射精	131
逆行射精怎样诊断	133
逆行射精怎样治疗	133
不射精意味着什么	134
什么是原发性不射精	136
什么是继发性不射精	138
如何治疗不射精	140
发生包皮嵌顿怎么办	142
什么是男性精索静脉曲张	142
什么是血精	143
出现血精后怎么办	144
什么是阴茎海绵体折断	145
男性易患哪些性器官疾病	146
性交后下体瘙痒的原因	148
何谓“蜜月病”	148
房事劳伤怎么办	150
房事劳伤的类型	150
什么是女性性高潮障碍	153
女性性高潮障碍的类型有哪些	154
女性性高潮障碍的原因	156
如何治疗女性性高潮障碍	158
怎样同丈夫就克服性高潮障碍进行交流	160
与性生活有关的妇科疾病	163

什么是阴道痉挛	164
如何分辨阴道分泌物是否正常	166
肥皂水能否用来清洁阴道	167
常见的阴道炎症有哪些	168
阴道异常出血意味着什么	170
女性怎样预防宫颈糜烂	171
怎样判定外阴的癌变信号	172
什么是男性性欲异常	173
如何治疗男性性欲低下	174
什么是性虐待狂	176
什么是性焦虑	177

## **179 第四章 性传播疾病与生育**

什么是性病和性传播疾病	181
性传播疾病的范围	182
性病的传播途径	182
性病为何影响生育能力	183
容易与性病混淆的疾病有哪些	184
性病病症只出现在生殖器上吗	186
龟头常见哪些疾病	188
阴部有异常就是性病吗	189
什么是梅毒	191
梅毒是如何分期的	192
一期梅毒有哪些主要症状	193
二期梅毒有哪些主要症状	194

三期梅毒有哪些主要症状	197
凡是梅毒都具有传染性吗	198
怎样才能杀灭梅毒螺旋体	199
患上梅毒怎么办	200
怎样预防梅毒	201
什么是淋病	202
淋病细菌是如何传播的	203
患上淋病怎么办	204
孕妇患淋病对胎儿有影响吗	204
什么是尖锐湿疣	205
尖锐湿疣的传播途径	207
尖锐湿疣的临床表现	209
尖锐湿疣怎样诊断	210
怎样治疗尖锐湿疣	212
什么是生殖器疱疹	215
什么是非淋菌性尿道炎	216
什么是软性下疳	217
什么是性病性淋巴肉芽肿（第四性病）	217
什么是单纯性疱疹病	218
什么是艾滋病	219
艾滋病有哪些临床症状	220
艾滋病可怕吗	221
艾滋病的潜伏期有多长	223
为什么要规范自己的性行为	223
感染艾滋病后怎么办	224
口腔病变与艾滋病有关吗	224

疥疮是性病吗	225
乙型肝炎是性病吗	226
个人如何预防性病	227
性病的预防措施有哪些	228
家中有性病患者怎样隔离消毒	229
怎样预防儿童患上性病	230
怎样对性病进行自我诊断	231
手淫、接吻会传染性病吗	232
哪些性行为易患上性病	233
为什么多性伴行为容易感染艾滋病	234
为什么男性同性恋容易感染艾滋病	236
为什么肛交容易感染艾滋病	238
为什么非保护性性行为容易感染艾滋病	239
性病检查出现假阳性的可能性有多大	241
性病对生殖有何影响	242
患性病后可以结婚吗	244
性病影响生育能力吗	245
性病患者还能过性生活吗	245
孕妇得了性病怎么办	246
性病治疗有哪些误区	246
江湖医生能治性病吗	247
性病怎样才算治愈	248

## **251** 第五章 避孕与人流

避孕药的避孕原理是怎样的	253
--------------	-----



# 性知识

## 必读 Knowledges You Must Know On Sex

什么是工具避孕法	255
如何选择最佳避孕方法	256
疾病状态下如何避孕	257
哺乳期会怀孕吗	261
更年期妇女需要避孕吗	263
什么是避孕套	264
如何正确使用避孕套	264
避孕套滑进阴道后怎么办	266
使用乳胶避孕套过敏怎么办	266
使用避孕套避孕为何失败	266
什么是女用避孕套	267
女用避孕套有何优越之处	268
什么是避孕棉	269
如何使用避孕药膏	269
什么是安全期避孕法	270
什么是压迫尿道避孕法	271
什么是避孕疫苗	272
体外射精可靠吗	273
采用体外射精法避孕有那些害处	273
什么是子宫帽（阴道隔膜）	275
子宫内避孕器和杀精剂对身体有害吗	276
什么是宫内节育器（IUD）	276
哪些情况下不能采用节育器	277
放环后的注意事项有哪些	278
什么情况下应该取环	278
带环后有副作用或并发症时怎么办	279