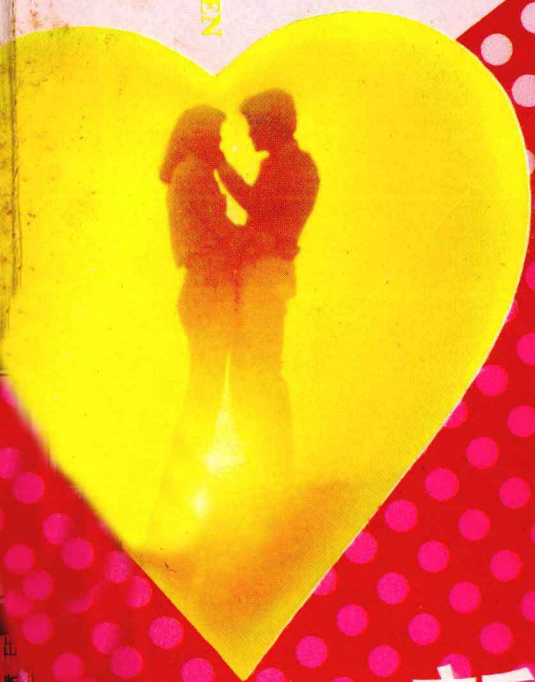


(增订版)

XINHUN DUBEN XINHUN DUBEN



广州市计划生育协会
广州市计划生育委员会
朱嘉铭 余雅玲 邱瑞华 编
广东科技出版社

新婚读本

新 婚 读 本

(增订版)

广州市计划生育协会

广州市计划生育委员会

朱嘉铭 邱瑞华 余雅玲

广东科技出版社

粤新登字04号

新婚读本

(增订版)

广州市计划生育协会
广州市计划生育委员会
朱嘉铭 邱瑞华 余雅玲

出版发行: 广东科技出版社
(广州市环市东路水荫路11号)
经 销: 广东省新华书店
印 刷: 广东新华印刷厂
规 格: 787×1092 1/32 印张 4 字数79 600
版 次: 1992年 11月 第1版
1992年 11月 第1次印刷
印 数: 1—50 200册
ISBN 7—5359—1028—9/R·194
定 价: 2.20 元

再 版 序

《新婚读本》自1988年2月出版以来，十分畅销，一印再印，欲罢不能，深受广大新婚夫妇和计划生育工作者的欢迎和赞扬。它的发行有助于性知识和性教育的传播，有助于婚姻和家庭的和睦稳定，有助于广大育龄人群自觉实行计划生育。它不仅成为新婚夫妇有益的一本科普读物，而且也是计划生育工作者必需的一本参考书籍。根据计划生育形势的发展，应读者们的要求，准备在短期内再版《新婚读本》，我和读者们一样感到由衷的高兴和赞赏。本书的编者们也非常认真负责，分别作了必要的增补和修改，全书内容更加详实、丰富，可读性更高。毫无疑问，《新婚读本》将进一步赢得广大新婚夫妇和计划生育工作者的欢迎和赞誉。

今年3月29日，正是全国人大会议期间，党中央、国务院在中南海怀仁堂召开了第二次各省、市、区计划单列市的党政主要负责同志参加的全国计划生育工作座谈会，中央政治局全体常委都出席了。会上，江泽民总书记和李鹏总理作了重要讲话。这在我们国家来说是最高规格的会议，充分说明了党中央、国务院对人口问题非常重视，为各级党政领导作了表率，也向全党、全国人民再次表明，搞好计划生育，控制人口增长是一件关系国家富强、民族繁荣、人民幸福的大事。对于中央主要领导同志的讲话精神，我们要认真学习，深刻领会，坚决贯彻。

当前全国的人口形势依然是非常严峻的，计划生育的任

务也非常繁重，我们决不能掉以轻心。正如江泽民总书记指出的那样：“我们应该清醒地看到，严格控制人口增长是一项长期的战略任务，不仅要认识它的重要性、紧迫性，而且要看它的长期性、艰巨性，要有长期奋斗的思想准备，任何时候都不能有丝毫松劲的情绪。”为了要使党和国家的计划生育政策，真正落到实处，变为群众的自觉行动，我们必须把计划生育的宣传和服务工作落实到户、落实到人，做到经常化、科学化、制度化和法制化。从而达到既有效地控制人口增长，不断地提高人口素质，又能密切党群、干群关系，促进安定团结，促进四化建设，促进改革和开放。为广州市力争在今后15年内赶上亚洲“四小龙”，创造一个良好的人口环境而作出新的贡献。

在多年的计划生育工作实践中，热爱这项伟大事业的计划生育工作者创造性地开展了各项工作，不断地总结经验，取得了很大的成绩。尤其是在开展宣传教育工作上，勇于开拓，求实进取，创造了婚前婚后、产前产后、术前术后的系列化教育。随之而来的各种婚育学校，如新婚学校、孕妇学校、公公婆婆学校等像雨后春笋般出现在南国大地上，潜移默化地转变着人们的婚育观。这些超前教育的婚育学校越来越受到广大育龄人群和社会各界人士的拥护和支持。我们必须倍加爱护她，培育她，让她茁壮成长，把她办成为广大育龄人群之家，成为计划生育工作的前沿阵地。这次再版的《新婚读本》正是她的一份最好的宣传教材和一位不会说话的启蒙老师。

苏子浩

一九九二年六月于广州

再 版 前 言

1963年全国卫生科技规划会议期间，周总理召集10多位专家开座谈会，指示医务工作者一定要把青春期的性卫生知识教给男女青少年，让他们用科学的知识来保护自己的健康，促进正常的发育。并且说，要普及性卫生知识，不能单纯只讲科学的问题，要想收到良好的效果，还必须把它当作一件破除封建思想和移风易俗的大事来抓。

周总理关于性教育的指示，是针对我国的历史及当时的现实情况提出来的。我国古代对性事本来是采取较开明的态度的。在距今1900多年前的后汉《白虎通·嫁娶》一书中，对婚姻与性的问题就有过这样的阐述：“婚姻者何谓也？婚者，昏时行礼，故曰婚。姻者，妇人因夫而成，故曰姻。所以昏时行礼何？示阳下阴也。”意思是：什么叫婚姻呢？婚者，天黑（昏暗）时交合，称为婚。姻者，妇女因有丈夫而能完成性事，称为姻。什么叫做昏时行礼呢？就是指男生殖器进入女生殖器中。上述记载，一方面可了解到古代人的某些生活方式，另一方面可见我们的祖先对性的问题是敢于公开论述的。中国的思想文化来源于儒、道、释三个系统，除佛教（创始人释迦牟尼）认为性欲有碍于灵性的追求而采取禁欲主义外，儒、道两家对性的问题也持较开明态度。距今2300多年前的孟子（儒家主要人物之一）就认为“食、色，性也。”（饮食和性活动乃人之本性，是一种自然现象）；道家讲究阴阳调和，认为男女交合不但是完成传宗接代的工程，还可进一步变成强身益寿的方法。

可惜，本来有着健康正常、且远较西方先进的性观念的中国，在某些方面却又倒退到不及古人。造成这一情况的主要原因是几千年的封建统治。认为“性也，为后也，不为色也”，（意即：性活动仅仅为了传宗接代，而不应为了满足性欲要求）。因此，形成了长期性禁锢的状态，造成许多人的“性盲”和“恐性”的心理。

在现实生活中，有些人由于对性知识的无知而种下不应有的恶果。据调查，某市有一个区的离婚案中，因性生活不协调者占11%，另有所谓感情不和中还有部分属于“不协调”者。可见普及性知识是十分重要的。新婚夫妇尤其应把认识性生理和讲究性卫生作为婚姻生活的必修课，并以此促进婚姻和家庭的稳定，使夫妻生活能朝向健康、幸福的目标不断前进。

本书自1988年2月初版以来，已先后印刷了6次，印数超过30万册，备受读者的欢迎。广东省内许多婚育学校都把它列为教科书，凡新婚者均人手一册。这次应广大读者的要求对本书进行修订，主要充实了第一部分“婚前检查、性知识、避孕、优生”的内容，从原来的四节增至八节。考虑到本书的主要读者是新婚夫妇，故增添的内容以性知识为主。根据学员和读者的要求与反映，加上了一些实用性的科学知识，以期对他（她）们有更多的启发和帮助。在编写过程中，为了把问题能说得更清楚一点，有些内容是需要逐步加深的，但又要努力避免重复。尽管如此，可能还不能很好地满足读者的求知欲望。因时间匆促，或有谬误之处，敬望读者指正。

由于篇幅有限，本书所引用的资料恕不一一注明出处，特向被引用资料的作者表示感谢。

朱嘉铭

广东省计划生育研究所

目 录

婚育知识	(1)
一、婚前检查的意义和内容	(1)
(一)婚前检查的意义	(1)
(二)婚前检查的内容	(3)
二、性生理和性保健	(5)
(一)生殖器官的构造和功能	(5)
(二)男女性生理的特点及差别	(12)
(三)新婚性保健	(14)
三、创造和谐的性生活	(26)
(一)性和谐的条件	(26)
(二)认识人体的性感带	(29)
(三)影响正常性生活的主要因素及对策	(31)
(四)寻求适合双方的性生活方式	(35)
(五)性和谐的优生效应	(43)
四、怀孕的征兆	(43)
五、胎儿在母腹中的发育成长	(45)
(一)是男是女,乾坤早已定	(45)
(二)宫内十月	(46)
六、不孕与不育	(58)
七、避孕知识及方法选择	(59)
(一)避孕的原理和种类	(59)
(二)各种避孕方法的选择与禁忌	(71)
(三)避孕失败的补救措施	(72)

八、怎样生个健康聪明的孩子·····	(73)
(一)进行必要的优生咨询·····	(73)
(二)选择最佳的生育年龄·····	(76)
(三)做好孕期保健·····	(77)
(四)胎儿子宫内诊断·····	(84)
计划生育 利国利家·····	(87)
一、我国人口问题的严峻性·····	(87)
(一)人口数量多·····	(88)
(二)人口增长快·····	(88)
(三)人口年龄构成轻·····	(89)
(四)人口分布不均匀·····	(89)
(五)农村人口比重大·····	(90)
(六)人口质量低·····	(90)
(七)人口文化素质低·····	(90)
二、实行计划生育的重要性·····	(91)
(一)实行计划生育有利于加速四个现代化建设的进程·····	(92)
(二)实行计划生育有利于提高人民生活水平·····	(93)
(三)实行计划生育有利于劳动人口的充分就业·····	(94)
(四)实行计划生育有利于全民事业的发展·····	(94)
(五)实行计划生育有利于促进妇女的彻底解放·····	(94)
(六)实行计划生育有利于保护母亲和儿童的身心健康, 有利于教育下一代·····	(95)
(七)实行计划生育有利于广大群众的生产、工作和学习·····	(96)
三、现行的计划生育政策和基本要求·····	(97)
四、计划生育是历史赋予当代青年的责任·····	(101)
(一)把实行计划生育同实现我国现阶段的伟大目标联系 起来·····	(101)

(二)在婚姻家庭生活中发扬社会主义道德风尚·····	(102)
(三)用科学知识指导婚育生活·····	(103)
(四)加强生育问题上的法纪观念·····	(103)
五、新婚后如何申请生育指标·····	(103)
愿爱情之树常青·····	(106)
一、夫妻关系的类型·····	(106)
(一)合作型·····	(106)
(二)主从型(又称支配型)·····	(107)
(三)斗争型·····	(107)
(四)无为型·····	(108)
二、建立良好的夫妻关系·····	(108)
(一)创造一个良好的开端·····	(108)
(二)要互相尊重,平等相处·····	(109)
(三)不要随便怀疑对方·····	(109)
(四)要正确处理家庭和事业的关系·····	(110)
(五)搞好家庭经济管理·····	(111)
(六)正确处理好婆媳关系·····	(111)

婚 育 知 识

一、婚前检查的意义和内容

婚前检查是指男女双方在结婚登记之前所应进行的健康检查。那么，为什么要进行婚前检查呢？其检查项目又有哪些？现分述如下：

（一）婚前检查的意义

虽然说，男女双方的健康状况不是形成婚姻关系的决定因素，但它是幸福美满婚姻的必要生理基础。配偶双方，谁都希望自己有做丈夫或做妻子的资格，但到底在健康状况方面怎样才算合格呢？单凭自己的主观感觉和认识是不全面的，而应有一个符合医学科学的标准，这个标准，便是通过婚前健康检查才能获得的。香港及某些国家都把婚前检查列入结婚注册的一个法律程序，有的规定，在证婚仪式上，男女双方要交换健康证书。这是对自己、对对方、对后代一种负责的态度，也是一项易行的科学措施。从医学上说，婚前检查有如下几个好处：

（1）可以发现男女双方不适宜结婚的疾病或不适宜结婚的身体状况。婚姻法有关禁婚的规定中就提到：患麻风病未

经治愈或患其他在医学上认为不应当结婚的疾病，是禁止结婚的。所谓医学上认为不应当结婚的疾病，包括某些传染病，如活动期肺结核或肝炎等，这时如勉强结婚，不但可把疾病传给对方，还会使自己的病情加重；一些慢性病的活动期也不宜结婚，如心脏病心功能不全或慢性肾炎尿毒症期等，如要结婚，毫无疑问会使病情加重，甚至出现生命危险。有些地方用结婚“冲喜”的形式企望病情好转，这是应严加制止的；另一种不宜结婚的疾病是男、女生殖器官的先天畸形或后天疾患，这些可影响正常的性生活，给未来的婚姻罩上一层阴影。上述的这些疾病可以通过婚前检查获悉。有些疾病可进行治疗后，病情稳定或畸形得到矫正时再结婚。如在临床实践中曾遇到两对夫妇，一对是男方患有小睾症，外貌一表男子汉，精液中无精子，结婚5年性生活极不正常，不能完成性事，因为妻子久未怀孕而一起来诊，可惜来迟了5年；另一对是结婚2年未孕来诊，经检查，女方的胸部纯属男性型，阴蒂长似小阴茎，阴道是一盲管，深部仅有一黄豆大小之粒状突起，子宫缺如，经查染色体核型，结论是XY(男性)。做丈夫的虽有不满情绪，但因亲事是自己作主的，只好要求医生进行整形术，以解决性生活方面的困难，至于生育则是毫无希望了。这些情况如能进行婚前检查，便可在结婚前有所认识，各人都可更慎重地作出新的抉择。

(2)通过询问和检查，可获知各自的遗传学方面的资料，从而避免“同病相婚”，以阻断遗传病的延续；可以避免近亲结婚(婚姻法规定：直系血亲和三代以内的旁系血亲禁止结婚，后者指堂、表兄妹结婚)，减少体质与智力低下儿的出生。

(3)在婚前检查过程中，双方也同时接受了一次科学的性教育和生育知识的教育。一些书本上还没述及或谈之不多

的有关问题,可以通过直接咨询让医生给予详细解答或指导。

青年男女应当去除羞怯、神秘感,大大方方地接受婚前检查。双方在结婚前都应提醒对方共同到指定的医院进行体检,这种提醒不应被当作一种不信任,相反,是一种对双方、对后代的负责态度。

(二)婚前检查的内容

包括三个部分:

1. 问诊 包括询问本人健康史及血统亲属的家族史。本人健康史中主要询问各种急、慢性传染病和身体各系统的主要疾病,了解是否患有先天性疾病、遗传性疾病等。先天性疾病不一定是遗传的;但遗传病不一定出生时便表现出来,它有时须在几岁、十几岁、几十岁时才发病,故病史一定要述说清楚。必要时还应进行染色体核型分析或生化检查,以确定是否属遗传病;另外,还应询问直系血亲(父母)、近亲(五代以内的血缘亲戚)、远亲(五代以外)的发病情况,通过家系分析,确定某种疾病是否属遗传病?何种遗传病?下一代再发的危险率如何?等等。如果下一代再发危险率超过10%时,优生学上是不主张生育的。

女青年还须询问月经史,如初潮年龄、周期天数、持续天数,有无痛经、经血量多少、有无血块等等,以便提供一些线索,确定是否患有妇科病,有时可由此预测今后的生育状况。如果到结婚年龄还未来月经者,可能属原发性闭经,它有可能成为不孕症的主要原因。

2. 体格检查 包括一般检查与重要脏器的检查。一般检查中,注意生长发育情况、智力发育情况、第二性征表

现情况等(如女性的乳房发育情况)。重要脏器的检查着重于心、肺、肝、肾、生殖系统等的检查,主要寻找是否发生病变的临床根据。

生殖系统的检查,男性方面主要有:阴茎的发育情况、勃起能力、睾丸的大小及硬度、附睾的大小及压痛情况、精索的粗细、结节及静脉曲张的有无等。进一步的检查是尿液和精液的检验。女性方面主要有:外阴的生长发育情况,处女膜的形状如何,若为闭锁型,则应手术后才能结婚。有关处女膜的情况,对破裂者一般不应追究、不鉴定、不记录、不议论,而且还要注意保密,因为造成处女膜破裂的原因很多,因此不必一时作出诊断,有时也的确不易确诊的。如进行内生殖器官如子宫及其附件的检查时,一般只做直肠腹部双合诊,不作阴道内检查,遇有特殊原因须对疾病进行确诊而应行阴道检查时,应征得受检者及家属的同意方可进行。必要时还可检查阴道分泌物等等。

3. 辅助检查 包括胸部透视、肝功能(包括HBsAg,即乙型肝炎表面抗原)、ABO血型等检查,必要时加查精液常规、康华氏反应(须排除梅毒时)、尿糖(怀疑糖尿病时),Rh血型(防止新生儿溶血)甚至查染色体(有生殖器官发育及功能异常时)等等。具体项目视实际需要而定。

青年男女在结婚前应重视婚前检查,接受健康指导。这一措施是有利于青年的健康和家庭幸福,有利于后代优生的重大问题。因此,男女双方应很好地配合医疗部门做好这项工作,应坦率、诚恳地提供可靠的资料,如医生提出有关的劝告时,应冷静地考虑问题,本着对自己、对对方、对后代负责的态度,理智地做出决断。这是每个人对社会和家庭所应采取的正确态度。

二、性生理和性保健

(一)生殖器官的构造和功能

男女生殖器官各有别。在各自的生殖器官中，能被肉眼看到的称外生殖器，藏于体内肉眼见不到的称内生殖器。

1. 男性

(1) 外生殖器 主要包括阴茎和阴囊(图1)。

阴茎 是男性交配器官，兼有排尿和射精功能。阴茎的大小与身材无必然关系，多数成年男性松弛时长7~11厘米，勃起后长度可加倍，这时直径约为3厘米左右。阴茎由3条长柱状的海绵体组成，其中2条称阴茎海绵体，1条称尿道海绵体(前尿道纵行其中)。所谓海绵体，故名思义，是表示其结构似海绵状，即中间有许多空隙，性兴奋时，该处充满着血液，故称这些空隙为血窦。如果性兴奋不断地加强，则涌向血窦的血增多，使阴茎不断的膨大，而在3条海绵体的外围有一层较为坚韧的膜包绕着，这膜呈白色，叫做白膜，此膜限制着阴茎不能无限度的胀大，但血窦的血流量又在不断地增加时，这时阴茎就表现勃起并坚硬。在松弛状态下阴茎呈圆柱状，勃起时略呈三角形。阴茎的末段膨大处称阴茎头或龟头，含大量神经末梢，性交时能把快感不断向中枢神经传递，以促进性高潮的出现。阴茎的皮肤具有活动性和伸展性，这样，便能适应于勃起和性交过程中的抽送动作。覆盖阴茎头处的皮肤向内翻折，称为包皮。男子在青春时期，包皮多能上翻，露出稚嫩的阴茎头及大量藏于包皮腔

内的污垢，污垢应天天清除，以防污垢刺激或细菌寄生所引起的包皮龟头炎。有些人因包皮末端缩窄以致不能外翻，这便是包茎。有包茎的人应在婚前到医院作包皮环切术，否则，由于受到缩窄的包皮限制，阴茎勃起时不能挺直而被迫呈弯曲状，可导致疼痛或性交时无法插入。另外，阴茎的有力勃起，可使阴茎头冲出环缩着的包皮，这时，由于缩窄包皮的紧迫，使血液回流受阻，在极短时间内便可造成包皮的急性水肿，如不及时进行急诊手术，还有引起包皮坏死的可能。因此，万万不可粗心大意。

阴囊 是由皮肤构成的袋状组织，内有睾丸、附睾和精索。阴囊皮肤可伸可缩，寒冷收缩，炎热舒伸，这一功能在于调节睾丸温度，使睾丸保持在 34°C 恒温环境下，以利于精子的生长发育。阴囊皮肤有丰富的汗腺及皮脂腺，故应经常洗净。夏天炎热，分泌物增多，如不注意卫生，易引起刺激或细菌寄生而发炎。

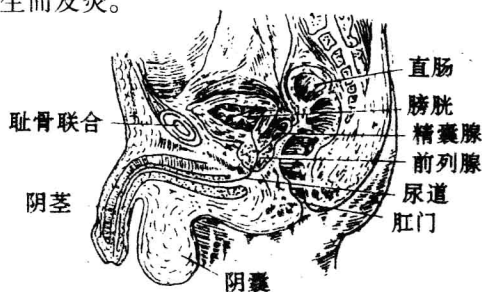


图1 男性生殖器官侧面

(2) 内生殖器 包括睾丸、附睾、输精管、射精管、精索、精囊腺、尿道球腺和前列腺等(图2)。

睾丸 位于阴囊内，左右各一，椭圆形。睾丸的功能是制造精子及产生男性激素(睾丸酮)。精子在一种称曲细精

管中制造，健康成人男子每天可制造精子几千万甚至几亿条。男性激素在曲细精管之间的间质细胞中产生，它的作用是维持男性特征和性功能，并促进精子的生长、成熟。睾丸有一定的大小和硬度，如有明显异常，应请医生诊治。尤其是夫妻同居2年，无避孕而未受孕者。



图2 男性生殖器官正面模式

附睾 位于睾丸的后上方，形扁平，由10~15条睾丸输出小管盘绕而成。精子须在附睾生存一段时间后，才能完全发育成熟。附睾是睾丸和输精管中间的一个通路。

输精管 上接附睾，下止于射精管。它是精子射出体外时必经的通道。当附睾内精子贮存过多时，输精管也贮存一部分精子。

射精管 由输精管贴近尿道的部分与精囊的排泄管汇合而成，其功能是将精子排入尿道，以便射出体外。

精囊腺 左右各一，位于膀胱后下方，是一种囊状腺体，能分泌并排出一种中性或略带碱性的液体，这些液体是组成精液的主要成分，有助于精子的活动。

尿道球腺 位于尿道上段两旁，是一对如豌豆大的球形器官，能分泌有助于精子活动的腺液，腺的导管开口于尿道球部。