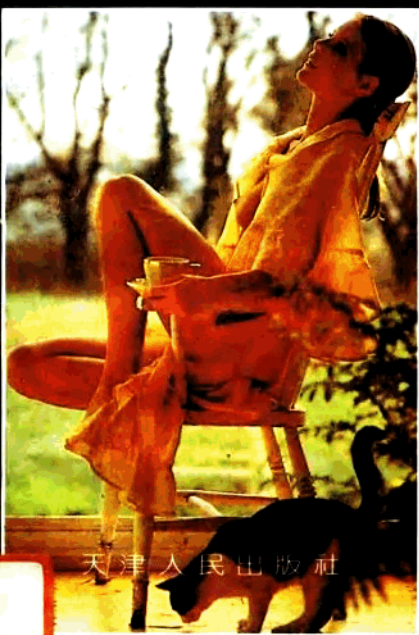


愛的書——生命的再現



天津人民出版社

目 录

第一章 男人的生殖系统	(1)
阴茎的长度.....	(1)
阴茎的勃起.....	(5)
阴茎解剖.....	(7)
包皮与包皮手术.....	(8)
睾丸	(10)
数量和位置	(11)
阴囊	(13)
这些都是如何工作的	(14)
第二章 女人的生殖系统	(15)
乳房	(16)
乳晕和乳头	(19)
在作爱时的乳房变化	(20)
阴户	(20)
阴毛	(21)
耻骨	(22)

	阴蒂	(22)
	阴唇	(26)
	尿道口	(27)
	处女膜	(28)
	阴道	(29)
	阴道肌肉	(30)
第三章	性交导致的身体变化——怀孕	(33)
	精子	(34)
	在阴道里	(35)
	女性性高潮与怀孕	(35)
	子宫和输卵管	(37)
	怀孕的合适时间	(37)
	精子的存活期	(38)
	性交一次就能导致怀孕吗	(38)
第四章	在性高潮中会发生什么?	(40)
	性高潮的感觉	(40)
	男人的性高潮	(41)
	女人的性高潮	(45)
	夫妻共同达到高潮	(49)
第五章	如何爱抚一个女人	(51)
	爱抚准备	(53)
	语言爱抚	(55)
	爱抚全身	(56)
	抚爱性感区	(57)
第六章	如何爱抚一个男人	(64)

	爱抚准备	(67)
	爱抚技巧	(69)
	其它技巧	(77)
第七章	如何作爱	(79)
	温馨的夜晚	(80)
	作爱姿势	(82)
	面对面的姿势	(83)
	背后作爱姿势	(85)
	侧姿	(87)
	应注意之处	(87)
第八章	医生:这样做有什么不对吗?	(88)
	“口交”对吗?	(90)
	敲打阴茎有害吗?	(91)
	妻子吞咽精液有什么害处吗?	(91)
	往阴道里放东西有害吗?	(91)
	插入振荡器可以吗?	(92)
	一般讲,电动振荡器怎么样? 能用吗?	(93)
	阴蒂刺激器用起来安全吗	(94)
	商店里出售的织物保险套有用吗?	(95)
	往阴茎里放东西,这样好吗?	(95)
	用特别能引起性欲的图片(挂在卧室中)来刺激夫妻双方,为作爱增加催化剂可以吗?	(95)
	用性感的图片和镜子会不会鼓励人们在作爱中想象到其它人?	(96)
	换妻可以吗?	(97)

	对于那些喜欢在性交时穿戴着一些他们所迷恋的东西(如皮衣、雨衣和奇怪的靴子等)的人有什么办法吗?	(97)
	有人喜欢把对方绑住作爱怎么办?	(98)
	对性虐待这种事如何看?	(99)
	怎样看待肛门性交.....	(101)
第九章	如何避孕	(105)
	避孕药.....	(106)
	子宫环.....	(108)
	避孕套与子宫药栓.....	(110)
	子宫帽.....	(112)
	其它一些避孕的措施.....	(113)
	抽出法.....	(114)
	绝育.....	(114)
第十章	性交中容易出现的问题	(116)
	多数问题出现的原因.....	(116)
	没有魔.....	(118)
	有婚姻困难的人占有多大的比例?	(119)
	妇女的性心理问题.....	(120)
	性冷淡.....	(123)
	男人的性问题.....	(125)
	小结.....	(129)
第十一章	性器官病	(131)
	性器官的感染.....	(131)
	鹅口疮.....	(132)

	滴虫病.....	(133)
	引起阴道流出物的各种原因.....	(135)
	淋病.....	(137)
	梅毒.....	(139)
	寄生虫病——虱与疥螨病.....	(141)
	膀胱炎.....	(142)
第十二章	性与怀孕	(144)
	怀孕期间的作爱.....	(149)
	怀孕后期.....	(150)
	怀孕期间的性爱抚.....	(150)
	怀孕中的性问题.....	(151)
	生产之后的作爱.....	(152)
	产后怀孕.....	(153)
第十三章	流产	(154)
	避孕失败.....	(154)
	非法流产.....	(155)
	合法流产.....	(156)
	流产后的保养和再怀孕.....	(160)
	月经吸出术.....	(161)
	这最后一点很重要吗?	(162)
结束语		(164)

第一章 男人的生殖系统

阴茎的长度

阴茎的勃起

阴茎解剖

包皮与包皮手术

睾丸

数量和位置

阴囊

这些都是如何工作的

阴茎的长度

对于一般的男人来讲,不管意识到与否,他的阴茎都是整个世界上最重要的东西。儿时,他就会发现这个小雀雀并立即被它吸引。不久,他又注意到小女孩不像他——这就越

发激起了他对自己所发现的拥有物之自豪感。

但是，随后不确定的一个疑问又闯进了他的脑海，我的小雀雀是不是相当小？看看爸爸、哥哥的，再看看在更衣室和游泳场、浴池中看到的那些人的，他不禁问自己，是否我将来也会有那么个大东西？

当他渐渐成长起来时，对这个器官的尺寸就有些敏感了，并确信阴茎的尺寸大些为好。不管教科书如何反复强调阴茎的尺寸无关紧要也不管妇女的情绪并不会因为阴茎的尺寸而受影响，一般的男性都还是沿此思路思考问题。在这里，我敢打个小赌：看到此处时，有相当比例的男性读者正热切地（或言焦急地）准备翻页，他正想看看，他说多大尺寸才会适合？

另一方面，一般的女性读者正感到可笑或大惑不解，男人们至于如此为自己阴茎的尺寸而伤脑筋吗？恕我直言，女士们——如果你觉得可笑的话，请记住同一个事实：许多二十世纪的女性也正在为自己乳房的尺寸而担忧！作为一个女性，关于这方面必须牢记在心的是这件事：男人在这个问题上持有偏见。当你们在床上时，千万不要贬低对方阴茎（甚至在戏谑时）或说任何你嫌他生殖器小之类的话——这个可怜的家伙很可能马上紧张起来，并且，如果他的生殖器确实有点小，他会被深深地伤害。确实，我知道很多男人对阴茎尺寸的敏感已达到如此地步：在什么人无意中评论到

他们的阴茎尺寸后，他们都真正的变得阳痿了。

更滑稽的是，每个拥有一般尺寸生殖器的男人，都认为自己的比别人的小。其实，麻烦在于每一个男人看自己阴茎时的角度——在他向下看时，并不是一个最佳的角度，其结果是他认为自己的阴茎比别人的要短。当然，在更衣室中他瞥见别人生殖器时并没有处在自上而下的角度，于是，他自然地认为：其他家伙那玩艺儿比我的大。一生中经常与别人进行这种比较（事实上，每一个男人从其他裸体男人身边走过时总是不免将自己的生殖器与所见者进行比较），这使得一个人很容易地产生不满足感。

纠正这种心理有两个办法：

第一，如果你对自己的阴茎尺寸不大满意的话，你应该不时的去照照镜子：因为，在镜子中可以暴露出阴茎的全部，你就会确信了自己所见。

第二，对一个男人来说，认识自己阴茎的实际尺寸非常重要。当处于勃起状态时（用医学术语讲叫做“坚挺”），男性生殖器通常在 8.5 厘米（大约 3 英寸多）和 10.5 厘米（大约 4 英寸多）之间，平均的尺寸是大约 9.5 厘米（或 $3\frac{3}{4}$ 英寸），但是这种精确的测量，实际上没有什么价值，因为有许多因素（如天气冷或者是游泳）都能暂时地引起阴茎缩短。

当然，事实上确有一些人的阴茎大些，一些人的阴茎小些。这就恰如一些人的脚大，一些人的脚小一样。此处，我

再强调一遍，这决不是一个实际的标准。一般说来，一个疲软着的阴茎的大小很大程度上取决于它内部的静脉和血管的屈张状态。这种生理因素与荷尔蒙的多少和其他男性的特征并无任何关系。

更进一步说，阴茎的尺寸与男人的身高体重并无关系。大多数人认为，高个、鲁莽的男人一般拥有较大的阴茎，但事实并非如此。杰出的美国专家马斯特斯和约翰森测量了300个男人的阴茎长度后已说明了这一问题。

还有一点值得指出的是在阴茎的尺寸与种族之间也无必然联系，生理学家们相信，大量的种族偏见来自白人对黑人超常的生殖力的有意或无意的恐惧。的确，相当多的男人们之间开玩笑时离不开这个题目，而且，任何白人（尽管他们甚至从未看过一个黑人勃起的阴茎）都坚定不移地持有此信念：黑人装备有一个非常大的生殖器，因而他们对女人有极大的诱惑力。

当然，这里要纠正两种关于阴茎的偏见：妇女们并不特别对大的阴茎感兴趣，在一般的黑人和一般的白人之间，阴茎的尺寸没有什么差别。我之所以下如此结论来源于我在一个非洲国家中两年的观察。那时，我必须对几千名男女患者进行检查，得以看到他们的生殖器与那些欧洲人的生殖器在构造上没有什么不同。而且，在那段时间我所见到的一个最大的男性生殖器属于一个爱尔兰工程师，提供这一点

线索也许是很有意义的，即：X 射线显示出，他身体靠下部位的血管是畸形扩张和扭曲的。

阴茎的勃起

我们谈论了不少在一般疲软状态下男人阴茎的长度问题。但是，当它勃起时有多长呢？说到这儿，要提醒一下，有意思的是：在勃起状态下，大多数的阴茎处于相同的尺寸，男人在疲软状态下的较小的阴茎，可在性兴奋中获得 100% 的长度的扩张，而在疲软状态下的阴茎则可能仅获得 75% 的长度扩张。这样说来意味着大多数男性生殖器的尺寸在勃起状态下是 15 厘米(6 英寸)和 18 厘米(7 英寸)之间的平均数字 16.5 厘米($6\frac{1}{2}$ 英寸)。测量的部位是靠腹部的阴茎脊。

于是，你能看到，即使一个男人的阴茎在疲软状态下较小，在勃起状态下，他的阴茎并不会比他在浴室里见到的那个“有特大生殖器”的家伙小多少。遗憾的是很少有几个男人认识这个问题，因为，没有什么人(除非那些同性恋者的研究性问题的专家)曾经看到过别人在勃起状态下的阴茎。

可以说，长久以来形成的那种男性的生殖器的大小非常重要的论调，纯属一派胡言。具有重大意义的问题是：你的阴茎或长或短都没有关系，因为阴道设置的如此巧妙，它可以使自己适应任何尺寸的阴茎。

你知道吗？一个未生育的女人，在不处于性兴奋状态时，阴道的长度仅仅为 7.5 厘米(3 英寸)长。一个生育过的女人与前者在相同状态下区别也很细微。就是当她们性兴奋时，她们的阴道一般也仅能扩张到 10 厘米(4 英寸)。这就显而易见了：任何男人的阴茎都能完全填满女人的阴道。当然，除非他非常不幸——他的阴茎在勃起状态下也不足 4 英寸长，这样的情况太少太少了。

你可能会很惊讶，在地球上，怎么可能有一个男人长度为 $6\frac{1}{2}$ 英寸的阴茎完全进入了一个女人的阴道？答案相当简单——如果什么东西缓缓地进入阴道，它本身是具有非常可观的伸张能力的。有一个十分特殊的男人，据说，他的阴茎为 20.5 厘米(8 英寸)长，毫不夸张地说，他仍旧可以和任何妇女作爱并使她们感到欢愉。如果他的阴茎进入某一妇女的阴道(请注意我刚才提到的那个字“缓缓地”)，那个妇女的阴道会相当满足地扩张到 100%，甚至是 200%，以适应他。关于阴道的题目我将在下章“女人的生殖系统”去解决。

这是一个值得注意的事实：在这个世界上，有可能任何一个妇女都会适应任何一个男人而不管其阴茎的长度如何。其实，这仅仅是因为每个男人实际上具有适合任何阴道的阴茎。我从许多男人那里接到过不同的来信，他们想知道，怎样才能使自己的阴茎长度增加 2 英寸，我对所有人的

回答都一致，你不能改变生殖器的尺寸——但是如果你仅仅认识到以上我说的那点，你就知道该怎么办了。

阴茎解剖

当阴茎处于非勃起状态时，它是一个柔软的，呈下垂状的器官。如果一个来自宇宙中外星球的参观者看到这个东西时，他决不会想到地球上人类本身的再生产竟是靠了这样一个毫不起眼的器官！

在阴茎的顶部有一个像一张小嘴一样的口，这就是尿道的出口。但当男人达到性高潮时，它也就是精液的喷口。通常这个出口处是非常敏感的，男人们一般不愿意这个部位被过重触及。但有的人很愚蠢地用东西朝这个口里捅，这是很危险的，千万不要试图做这样的蠢事。

然而，在这个口周围那光滑的、粉红色的地区（即阴茎的龟头）被大量的神经末梢所包绕，它们可以把大量的、很舒服的感觉传导到大脑。所以，给予这一部位爱抚对男人来说是非常刺激的。

每一个男人的龟头同别人都稍有不同，但大体上都是圆锥形的。在这个圆锥的基部，有一圈边被称为龟头冠。在孩童时代，包皮通常环绕着这一部位。直到将近成人时，这两种构造才能完全分开。有时，当某些年轻人看到这两部分快要分离时，非常担心，认为他的阴茎要出毛病了，要裂开来了。这没有必要大惊小怪。相反，如果包皮一直与包龟头

的边部连在一起的话，当阴茎勃起时，包皮就不能很好地退上去。

阴茎的茎部被一层皮包住，皮下静脉血管清晰可见。阴茎茎部的皮肤非常敏感，实际上，它同龟头几乎同样使人感到刺激。当它用轻拍、亲吻等方法来刺激时，对一个男人来说非常舒服。最舒服的部位每个人皆不相同，但一般人都喜欢让人抚摸上面和下面，这两个地方要胜过两侧。

在勃起状态中，阴茎背对着肚子的那一面是弯曲的而不是直的。很多人并不知道这一点，因为只有从镜子里才能见到这种情况。而靠着肚子的那一面都是平直的。这种构造并不是无缘无故的，它使得男人的性器官更加容易进入女人的阴道。

包皮与包皮手术

每个男人都是生来带有阴茎包皮——在他生命的初期用来保护复杂柔嫩的龟头的一层薄皮。

在过去，关于割包皮手术对于性欲的坏处、益处或其它的影响等等有许多胡言乱语。例如，著名的美国精神病医生大卫·鲁宾博士在他的《性知识大全》一书中宣称：割包皮手术可以在许多方面增加性快感。实际上他完全错了。

让我们来有条有理地讨论一下这个问题。不管你是否做了包皮手术，这对你的性功能不会引起任何影响，除非你的包皮太紧，以至于不能退到阴茎上面去，或者你不幸做了

一个不成功的割包皮手术并使你留下了一个致残的阴茎，但这种情况是非常少见的。

在美国，割包皮手术几乎是普及的。多数人好象都认为没有割包皮的男人比起他们来具有一种便利条件(注意，在英国，现在割包皮的人非常之少，而这一点都形成了与美国相反的观点，即割包皮的人一定比没割的人要幸运)。这是因为他们认为不割包皮的人的龟头一定不太敏感，因为有一层包皮护着阴茎龟头，所以这种人在性交时持续的时间比较长。实际上马斯特斯和约翰森在 1966 年就已指明，在割过包皮的阴茎和没有割过包皮的阴茎之间，在敏感程度上没有任何不同。需要做包皮手术的只是那些当他们的阴茎勃起时，包皮仍然不能退上去的人们。很明显，当你作爱时，你阴茎的包皮仍然包着龟头，这会使你得不到那种应得的快感；幸运的是，在那些从孩童时代，他们的家长就常教他们往上退阴茎的包皮的人来说，这种情况是很少有的。

这使我们对有关包皮的问题可以得出结论了——这只是一个卫生学的问题。不管你是否规律地进行性交，你当然应该每天把阴茎的包皮翻上去用肥皂和水洗阴茎的龟头，以防止那种有着难闻手气味的、象乳酪一样的包皮垢的聚集。这种东西不仅仅会使性交双方倒胃口，而且会引起发炎。如果这种东西的积聚超过 50 年的话，它将导致癌症的产生。所以，当小男孩长到 5 岁时，就要教他自己把外皮翻

上去用水洗,但不要在5岁以前做这种事。如果这件事做得好,一般就不用再进行包皮手术了。

睾丸

这两个男人最主要的、能生产出数十亿精子的性腺(通常被人称为“蛋”)就是睾丸。它们一边一个悬在一个被称为阴囊的袋子两边。

每个睾丸看起来多少像个平滑的高尔夫球,大小也差不多。每个睾丸差不多有 $1\frac{3}{4}$ 英寸长、 $1\frac{1}{4}$ 英寸厚、1英寸宽。

但是这两个性腺的实际大小却没有多大关系。那些对自己拥有巨大的睾丸而沾沾自喜的人们,实际上是拿自己开玩笑——一个巨大的睾丸并不意味着男子气概,反过来也是一样,具有小尺寸睾丸的人也并不是窝窝囊囊。实际上,那种看上去最巨大的睾丸的最通常的原因是有积水,这种积水虽然没有什么伤害,但也应该排出去。

常有这种情况存在,即一只睾丸比另一只要大或小一些。这也同样是不必担心的事。只要两个睾丸其中的一个功能齐全的话,它就可以起到两个的作用。

我们真实的不知道为什么有些睾丸要小得多。过去人们认为这种睾丸的萎缩现象是由于流行性腮腺炎的缘故。这就是为什么过去青年人一旦染上这种病,便非常害怕这

种传染病会危及他们的睾丸,使他们丧失生育能力或造成阳痿。但是现在我们知道那些流行性腮腺炎所带来的危险是被极大地夸张了的。虽然病毒经常侵入睾丸并造成睾丸数日间的疼痛,但很少能对它造成终生的损害。

数量和位置

现在我们谈一下有关睾丸的数量和位置的问题。绝大多数人有两个睾丸,虽然在极少的情况下,一个大夫忽然发现他的病人有3个睾丸。同一些民间神话传说相反,这一点并不能使他成为一个超级男子汉,这个多余的性腺全没有特殊的价值,而且一般总是得到这样一个下场——动一个外科手术来把它切掉。

一小部分人生来就只有一个睾丸(有的人是因为事故丢掉了),但是这些人在各方面都同有两个睾丸的人一样。因为不论剩下的是哪一只,都会起到两只的作用。如果有人对他只有一个睾丸感到不好意思,那么找一个外科整形手术医生来为他进行一次简单的整形手术,放进一颗假睾丸就行了。

有一种情况,使人非常容易认为少了一只睾丸。但这只是它隐在了从腹部通下来的通道上了。这只睾丸应该在此人出生前就降下来,而且如果它不是这样的话,则应该在婴儿出生后第一次常规体检中来完成。这通常需要一次非常小的手术就可以把它弄妥贴。