

人口与婚育知识手册

主编 沈国祥

9

科学普及出版社



人口与婚育知识手册

主编 沈国祥

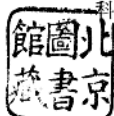
编委 柳向忱 马汉中

赵裕丰 陈效一

单绍骏

61/10/20

科学普及出版社



B

778.173

内 容 提 要

人口过多给人们的生存和发展带来许多不利的影响,人口问题已成为当今世界尤其是我国面临的严峻事实。结婚、生育是人生两大关,如何过好这两关,建立美满的家庭,生个健康的后代,保持身体健康,这一切与我国社会主义建设事业息息相关。本书从人口理论和婚育知识两方面科学地介绍了有关各种知识。对于人们正确认识人口问题,正确对待人生各个阶段的生理心理变化,正确处理恋爱婚姻问题,科学育儿及保持中老年期的健康,都有一定的实际帮助。

人口与婚育知识手册

主 编: 沈国祥

责任编辑: 俞天真

封面设计: 赵一东

正文设计: 孙 俐

*

科学普及出版社出版 (北京市海淀区白石桥路32号)

新华书店北京发行所发行 各地新华书店经售

北京昌平长城印刷厂印刷

*

开本: 787×1092毫米 1/32 印张: 9.125 字数: 203千字

1991年4月第1版 1991年4月第1次印刷

印数: 1—1 000册 定价: 5.00元

ISBN 7-110-0112-X/R·144

目 录

人口知识与人口政策	(1)
一、人口理论及其内容.....	(1)
二、我国的人口问题.....	(17)
三、我国的计划生育政策.....	(25)
避孕、节育知识	(35)
一、避孕与节育的原理.....	(35)
二、避孕方法及其特点.....	(37)
三、避孕、节育措施的选择.....	(41)
四、几种绝育方法及其注意事项.....	(52)
五、不孕症的原因及治疗.....	(55)
青春期教育	(59)
一、全社会要重视青春期教育.....	(59)
二、青春期的生理变化及其特征.....	(62)
三、青春期的卫生保健.....	(63)
四、青春期的心理变化及表现.....	(65)
五、爱护自己、保护自己.....	(68)
六、怎样搞好青春期教育.....	(73)
学一点遗传与优生知识	(83)
一、为什么要优生.....	(83)
二、恋爱、结婚要适龄.....	(92)
爱情幸福、生活甜蜜	(100)
一、新婚生活.....	(100)
二、受孕了怎么办.....	(110)

孕期的保健	(121)
一、孕期保健非常重要.....	(121)
二、胎教和围产期监护.....	(137)
三、烟、酒对胎儿的危害, 孕期营养及 用药须知.....	(143)
母子保健和育儿知识	(151)
一、分娩的临床过程及注意事项.....	(151)
二、产褥期注意事项.....	(164)
三、妈妈的营养对婴儿的影响.....	(172)
四、怎样照顾新生儿.....	(175)
幼儿的哺养、教育与智力开发	(188)
一、幼儿(0~3岁)的哺育知识.....	(188)
二、小儿的科学喂养.....	(195)
三、预防接种与常见病护理.....	(202)
四、搞好幼儿的早期教育.....	(217)
五、家庭教育的原则和方法.....	(232)
六、独生子女的教育.....	(235)
怎样度过更年期(妇女老年保养知识)	(255)
一、什么叫更年期.....	(255)
二、更年期综合症.....	(258)
三、常见的老年病及其注意事项.....	(262)
四、其他老年症状.....	(280)
五、更年期也要注意避孕.....	(285)
六、更年期妇女的保健门诊.....	(286)

人口知识与人口政策

一、人口理论及其内容

1. 什么是人口理论？它包括哪些内容？

人口理论在人口学体系中占有极重要的地位，它是人口学及其有关学科的理论基础和指导思想。所谓人口理论，就是专门研究人口发展以及人口与社会经济发展之间的本质联系的科学，涉及到社会学、经济学、医学、生态学、优生学、教育学等。

人口是社会物质生活的重要内容和必要条件，是全部社会生产行为的基础和主体。由于社会条件不同，经济发展水平不同，人口发展过程不同，人们对人口现象的认识和反映也就不同，所以在每一社会里都有与其相应的人口理论。随着社会经济和人口发展过程的变化，人口理论也或早或迟地发生变化，它是社会科学的一个重要分支。在阶级社会里，不存在超阶级的和统一的人口理论，由于人们的阶级地位和阶级利益不同，会形成不同的人口理论。人口理论是由客观和经济条件和人口状况决定的，反过来，它对社会经济发展和人口发展也会产生重大的促进作用。科学的人口理论反映了人口发展的客观规律，人们可以运用这一规律，使人口发展适应社会经济、政治发展的要求，从而对社会发展起重大的推动作用。

人口理论的基本范畴，包括人口、人口变动和人口发展。所谓人口是指生活在一定社会生产方式下，在一定时

间、一定地域内，由一定社会关系联系起来的，有一定数量和质量的生命个人所组成的不断运动的社会群体。人口问题是个综合性的社会现象，它涉及到：人口的繁衍的规律性以及怎样利用人口变动和人口的发展规律推动社会进步；我国实行的计划生育与资本主义国家的家庭生育计划有什么区别；要制定什么样的人口政策才符合客观规律的要求和怎样提高计划生育工作水平等一系列问题。所有这些都需要从理论上找出依据，在实践中得出结论。

2. 什么是马克思主义人口理论？它有哪些基本观点？

马克思主义人口理论是以辩证唯物主义和历史唯物主义为理论基础，把物质资料生产和人类自身生产联系起来考察，认为社会生产有两种，即物质资料的生产和人类自身的生产，两种生产的对立统一是人类社会存在和发展的前提。马克思主义人口理论是由马克思和恩格斯所创造并为列宁、斯大林、毛泽东等所进一步丰富和发展的人口理论体系。

马克思主义人口理论是建立在马克思主义哲学、政治经济学和科学社会主义基础上，用来说明人类社会人口现象、人口问题和揭示各种社会形态下人口规律的科学，它具有鲜明的阶级性和实践性。马克思主义人口理论认为，任何人口理论总是反映一定阶级利益的，总是为一定阶级利益服务的。它科学地揭露了马尔萨斯人口论为维护资产阶级统治服务的阶级实质。马克思、恩格斯深刻地揭示了资本主义社会制度是无产阶级失业和贫困的根源，指出只有推翻它，才能为从根本上解决人口问题创造前提条件；马克思主义人口理论坚持实践性，坚持实践出理论的观点。

马克思主义人口理论是无产阶级关于人口问题和人口规律的科学的理论，是我们制定社会主义人口政策的理论

基础。

马克思主义人口理论的基本原理有下述五点：

第一，社会发展决定于社会生产方式，人口增长不是社会发展的主要力量，不能用以说明社会面貌和社会制度变革的原因。人口增长对社会发展有促进和延缓的作用。马克思主义人口理论既反对人口决定社会性质，决定社会面貌的资产阶级观点，又反对忽视人口在社会发展中的作用的形而上学观点。

第二，人口过剩是相对过剩，是相对于生活资料再生产条件的过剩，而不是马尔萨斯所谓的人口绝对过剩。马克思主义人口理论认为资本主义社会的人口问题，根源于资本主义私有财产制度，只有变革资本主义制度，才能解决资本主义的人口问题。

第三，人是生产者和消费者的统一。作为生产者，人能创造社会财富；作为消费者，人需要消费社会财富。人在社会经济生活中的这种双重作用，是正确认识人口与社会经济相互关系的出发点。

第四，人口状况对社会发展起促进或延缓作用，但不起决定性作用。马克思主义人口理论认为，人口状况对社会发展不起决定性作用，起决定作用的是社会生产方式，也就是生产力和生产关系，经济基础与上层建筑的矛盾运动。但是人口增长对社会发展有着重大的影响，它能够促进或延缓社会的发展。

第五，人口规律也是社会规律。马克思主义人口理论认为，人口现象实质上属于社会现象，人口规律是受生产方式决定的社会规律。生产方式对人口的运动、发展和变化起决定性作用，社会生产方式决定人口的增殖条件和生存条件。

马克思主义人口理论反对离开社会制度、离开生产方式，抽象地解释和说明人口现象、人口问题，反对把人口规律说成是永恒不变的自然规律。

3. 什么是马尔萨斯人口论？它有哪些基本观点？

托马斯·罗伯特·马尔萨斯，1766年生于英国一个贵族家庭，1784年在英国剑桥大学学习哲学和神学，曾做过牧师，1805年在伦敦附近的东印度学院担任历史和政治经济学教授，死于1834年。他站在资产阶级的立场来解释人口现象，认为劳动人民的失业、贫困和饥饿不是由于资本主义制度，而是单纯的人口增殖过快造成的。1798年他发表了《论影响于社会改良前途的人口原理，并论葛德文、孔多塞和其他作家的推测》，也就是后来简称为《人口论》的第一版。这本书的基本思想，是以所谓人口规律来论证工人的失业和贫困是人口增长的必然产物，任何社会改革都是徒劳的。由于这本小册子维护了资产阶级的利益，受到了资产阶级社会学家、经济学家们的欢迎，形成了马尔萨斯主义的人口学派。

马尔萨斯人口论的基本观点是：

第一，马尔萨斯从两个抽象前提出发，一是食物为人类生存所必需；二是两性间的情欲是必然的，并据此去分析人口现象。认为当人口在无所妨碍时，是按1、2、4、8、16……那样的几何级数增加率增加的，而生活资料是按1、2、3、4、5……那样的算术级数增加率增加的；预言人类十代以后，人口和生活资料所增殖的数量将是512:10，从而断言，人口增长有一种必然超过生活资料增长的“自然趋势”。

第二，人口增殖力和土地生产力这两个力自然是不平衡

的，但是，“按照人类生存必需食物的自然法则，这两个不平衡力的结果，必须保持平衡。这当中，包含一个强大而不断活动的妨碍，在阻止人口增加，此即生活困难”。在他看来，贫困和生活困难，是“自然法则”的必然结果，它妨碍人口增长，使人口和生活资料的增长保持平衡，由此，他提出了三个命题：“人口增加，必须受生活资料的限制；生活资料增加，人口必增加；占优势的人口增加力，为贫穷及罪恶所压抑，致使现实人口约与生活资料相平衡”。

第三，限制人口增长和解决资本主义人口问题的办法是“两种抑制”。马尔萨斯把贫困、罪恶、饥饿、灾荒、战争等妨碍人口增加的因素，称为“积极的抑制”，可以减少大量人口，从而实现人口和生活资料的平衡。他把晚婚、不结婚、不生育等“预防的妨碍”称为“道德的抑制”，就是主张没有能力赡养子女的劳动人民不应当结婚，否则就是不遵守“性道德”，就是贫困与罪恶的根源。他们所谓“道德”并不是反对一切不正当的性生活，而只是主张“不带来不正当性生活后果”。

第四，他认为人类社会里无法避免的罪恶和贫困，是人口增加与食物的增加两者不相适应所造成的。这既不归咎于社会制度，也不归咎于统治阶级政策的反动，因此任何对社会制度的变革都是无济于事的。

4. 为什么两种生产理论的统一就是社会生产？

马克思主义关于两种生产的理论，是以承认社会生产，包括人类自身生产和物质资料生产为出发点的。物质资料生产就是人类改造自然，征服自然、创造物质财富的生产活动，它通过劳动加工使自然界原有的物品适合于人类的需要。人类自身生产是指人类为了世代延续，即为了自身的增

殖或种的繁衍所进行的生产。“两种生产”的观点，不仅是我们研究人口问题的理论基础，而且也是正确处理社会主义经济建设与人口发展关系的指导思想。

社会生产是两种生产理论的统一，首先是因为它们都是社会存在、延续和发展的条件，也是社会发展的结果。物质资料生产和人类自身生产是互为前提、互为条件的，它们之间是互相联系、互相依存、互相渗透、互相制约的辩证统一关系。一方面，人类自身生产为物质资料生产提供劳动力，没有人类自身生产，就没有物质资料生产；另一方面，物质资料的生产，又为人类自身生产提供必要的生活资料，没有物的生产，也就没有人的生产，两种生产的任何一方都离不开对方而独立存在。其次，它们都是以人为主体的，都具有社会性，都是人类为了自己生存和延续所进行的社会生产活动。人的本质就是人的社会性，因此，以人为主体的两种生产都是既有自然属性又有社会属性的统一体，它们的运动、发展和变化，都要受到社会规律的支配，共同构成以人为主体的社会生产活动。

5. 人口状况对社会发展起什么作用？

马克思主义人口理论在承认经济对人口发展有决定性影响的同时，还承认人口的多少、增长的快慢、密度的大小对社会的发展起促进或延缓的作用。

第一，人口是全部社会生产行为的主体。没有一定的最低限度的数量与密度的人口，就不可能有物质资料生产。而物质资料的生产又是人类社会存在的基础，因此，如果没有人类的存在，便不会有社会生产和社会生活。

第二，人口状况对社会发展不起决定性作用。在人口和经济发展的相互关系中，经济发展是矛盾的主要方面，它对

人口发展具有决定性的影响。因为，在社会生活中，经济是基础，它影响着人口发展的经济、政治、文化、道德的因素，而人口增殖的决定性条件又是经济条件，因此，从这个意义上讲，人口状况不能说明一个国家的社会性质，如我国与朝鲜民主主义共和国，无论在人口数量、发展速度和人口密度方面，都有很大不同，但都是社会主义国家。

第三，人口状况也不可能说明一个国家的经济发展水平。1979年，日本的人口是11500万，联邦德国是6100万，苏联人口是26200万，美国人口是22000万，这些国家虽然人口不多，但经济发展的水平都很高。亚非等发展中国家有的人口很少，但经济发展却相当落后，如蒙古人民共和国，每平方公里只有1个人。我国和印度是世界上人口最多的国家，但不是经济发达的国家。可见人口状况不能决定社会的经济发展水平。

第四，人口状况也不能说明社会形态的更替，更不是社会革命发生的原因。人类社会所以有原始社会、奴隶社会、封建社会、资本主义社会和共产主义社会五种社会形态，其原因并非是能用人口状况解释通的。以我国为例，我国的社会主义革命，就是社会基本矛盾运动的必然产物，而不是“人口过剩”的结果。

第五，人口状况对社会发展能够起到促进或延缓的作用。它可以通过人类自身生产与物质资料生产是否相适应表现出两种不同的作用，一种是积极的促进作用，一种是消极的延缓作用。一般说来，在一定的社会生产方式下，在其他条件大体相同的情况下，人口过稀或人口增长率过低的国家和地区，由于人口数量少，密度小，劳动力缺乏，会影响到对自然资源和社会财富的开发利用，不利于生产力的发展，

如果长期继续下去，就会延缓社会的发展。反之，如果一个国家或地区，人口密度大，数量多，再加之经济落后，就会给社会的经济发展带来很大困难，影响生产力的发展，当然也会延缓社会的进步。

此外，人口状况对社会发展的促进或延缓作用，还表现在人口素质方面。在一定的社会经济条件下，人口的数量和人口的素质往往成反比例，人口数量过多，就会妨碍人口素质的提高。

6. 怎样理解人既是生产者又是消费者？

人首先是生产者，即劳动者。人们生存与发展，离不开一定社会的物质资料生产，要进行物质资料的生产，就必须有劳动者、劳动工具和劳动对象，必须使劳动者和生产资料相结合，而且人必须首先作为生产者从事物质生产活动才谈得上从事其他社会活动。在人与物的结合中，人口作为劳动力的源泉，是物质资料生产的一个因素，人类自身生产正是通过提供源源不断的劳动力而渗透到物质资料生产中去，并影响到物质资料生产。

人又是消费者。人类要生存，要繁衍后代，就要对衣食住用等社会财富进行消费。人也只有进行消费才能够从事物质资料生产。人对社会财富的创造和消费，这两种作用是互为条件、相辅相成的。没有社会财富的生产，当然也就没有社会财富的消费。人口对消费的影响很大，在消费资料总量为一定的条件下，人口总数与人均消费资料成反比例。同时，只有财富的消费，才能对财富的生产提出目的、要求和动力。因此，生产与消费的关系是密不可分的。

人既是生产者，又是消费者，是矛盾的统一体。就人的一生在社会经济发展中的作用看，人主要是生产者，人一生

中所生产的财富总要大于自身所消费的财富，只有这样，人类社会才能进步。但是这并不意味着人的消费作用就不重要了。虽然生产决定消费，但消费却对生产起着很大的反作用。人们常讲的社会消费力，就是指生活在一定社会制度下，有一定数量和质量的人口所具有的消费能力，没有这种消费力，就没有生产。

人口作为生产力和消费力是互相依存、互相制约的。作为生产者，人口要为社会全体人口的消费提供生活资料；作为消费者，人口通过消费对生产提供需要，所以两者是辩证的统一体，缺一不可。

7. 什么是社会主义的人口规律？为什么说人口规律是社会规律而不是自然规律？

所谓人口规律，就是不以人的意志为转移的、人口发展变化的必然趋势。社会主义的人口规律，就是社会主义生产方式所特有的人口规律，它反映了社会主义生产方式的人口现象，以及人口与社会经济相互关系的本质联系。社会主义人口规律体系包括人口再生产规律、人口经济规律等等。总之，其主要内容是在社会主义生产不断发展和社会全体成员物质、文化生活水平不断提高的基础上，使人口有计划地发展并与社会主义现代化生产相适应，劳动力得到合理而充分的利用，全体人口在德、智、体几方面得到全面发展。

社会主义人口规律有三个基本特征。（一）它是由生产资料和社会主义公有制决定的；（二）社会生产是两种生产的统一，人类自身生产与物质资料生产一样，也必须有计划地发展，要符合社会化大生产和生产资料社会主义公有制的客观要求；（三）在社会主义条件下，人口发展应当服从于满足人民日益增长的物质和文化生活的需要。

人口规律本质上是社会规律，马克思主义关于人口规律属于社会规律而不属于自然规律的理论，是建立在辩证唯物主义和历史唯物主义的基础之上的，因而它是符合客观实际的。人口规律是人类自身发展的客观规律，它包括人口增殖、人口分布、人口密度、人口数量和人口素质的变化以及婚姻家庭等方面，这些都反映了人的本质的运动规律性，而与动物的自然发展规律性有着根本的区别。人是社会性的高级动物。从公有制的原始的氏族社会，到私有制的奴隶社会、封建社会和资本主义社会，不同的社会有不同的人口规律，人类就是在一定的社会里，通过一定的婚姻制度、家庭制度进行人口的生产和再生产，而婚姻、家庭制度又是由一定的社会生产方式决定的，不同的社会生产方式就有不同的婚姻、家庭关系。

8. 什么是人口年龄结构？怎样调节人口年龄结构才算合理？

人口年龄结构是指一个国家或地区在一定年度人口年龄的分布情况，也就是各个不同的年龄组人口在全体人口中所占的比重，一般用百分数表示，以人口年龄金字塔描绘。所谓人口年龄金字塔是以年龄为纵轴，以各年龄组人数占总人口比例为横轴，纵轴左边表示男性，右边表示女性。不同的金字塔，标志着由生育率和死亡率所决定的年龄构成的特征。

一个国家或地区的人口年龄结构如何，对该国或该地区的社会、经济和人口发展有着很大的影响。

第一，人口年龄结构对消费品的生产和消费结构有直接的影响。各个不同年龄组的人口对衣、食、住、行、用的品种、规格、数量和质量的要求，都不相同。不同年龄的人口

各有自己的特殊需要，如婴幼儿需要适合他们的食品、衣物、玩具等；学龄人口需要教科书、文具等；老年人对医疗保健的需求特别突出。所以，为满足他们的不同消费需求，就要调整消费结构。

第二，人口年龄结构影响经济技术结构。如果在一个时期，人口年龄中有大批的16岁以上的年轻人进入生产岗位，社会就需要解决他们的就业问题，而整个经济就要转向适应大量劳动就业要求的劳动密集型。

第三，人口年龄结构影响国民收入的增长。对国民收入增长有直接影响的是劳动适龄人口在总人口中所占的比例大小。一般讲只有劳动适龄人口才可能成为直接生产者，而且只有当这些生产者具备一定的生产技能与生产资料相结合时，才能为社会创造财富。

第四，人口年龄结构影响人口发展趋势。人们常把人口年龄分为三段，即把15岁以下人口作为少年人口；15~64岁人口作为青年和成年人口；65岁以上为老年人口。这三部分人口各占总人口的百分比所体现出的年龄结构，能够反映出人口发展的潜力。通常人们把这三种不同的人口年龄结构类型，称为年轻型、成年型和老年型。

在人口发展中必须要考虑调整年龄结构问题。在年出生人数上我们应采取措施，避免人口急剧上升或下降而造成的年龄分布的失调，同时要避免连续多年实行单一的人口政策，造成某一年龄段人口分布的不合理。要努力做到人口年龄结构达到均匀和合理，从而有利于社会经济发展。

9. 我国控制人口增长与马尔萨斯主义有何区别？

马克思主义人口理论与马尔萨斯人口论是针锋相对的，没有任何共同之处。马克思主义人口理论从来也不认为人口

越多越好，或者人口越少越好，而是主张人口的增长要与国民经济的发展水平相适应。基于这点，我国控制人口增长与马尔萨斯主义是有着本质区别：

第一，理论观点不同。我国有计划地控制人口的理论依据是马克思列宁主义的历史唯物主义的人口理论，认为物质资料的生产决定人口发展；而马尔萨斯的全部人口论，是建立在两个级数理论基础之上的，是历史唯心主义的人口决定论和人口自然规律论。

第二，政治目的不同。我国控制人口增长是从无产阶级和劳动人民的根本利益出发的，是为了加速社会主义经济建设，尽快提高人民的物质文化生活水平，尽早建成社会主义，最终实现共产主义；马尔萨斯限制人口增长的主张，是从资产阶级的根本利益出发的，为了维护资产阶级的统治，转移阶级斗争视线，把资本主义制度所带来的失业、贫困和灾难的真正原因掩盖起来。

第三，解决人口问题的立场观点不同。我国有计划地控制人口，是通过控制人口出生率，降低死亡率，不断提高劳动人民的寿命的方法来降低人口增长率，这是人们科学文化水平提高，认识并掌握人类自身生育规律的必然结果，是人类进步的表现，而不是把节制生育当做解决社会问题的根本出路。马尔萨斯则主张采用战争、瘟疫、饥饿、贫困等手段来消灭人口，要求劳苦大众用“终身不育”来限制人口，鼓吹提高死亡率。

10. 人口增长过快，会给我国的经济发展和人民生活带来哪些问题？

我国人口增长过快，直接影响生产的发展，给人民生活改善带来很大困难，严重影响四个现代化建设的速度。