

王家廉 编著



- 性爱知识精华
- 性爱教育指导

# 性科学

山东科学技术出版社

鲁新登字 05 号

性 科 学

王家廉 编著

\*

山东科学技术出版社出版  
(济南市玉函路 邮政编码 250002)

山东省新华书店发行

山东济南市中印刷五厂印刷

787×1092 毫米 32 开本 10 印张 199 千字  
1995 年 5 月第 1 版 1995 年 5 月第 1 次印刷

印数: 1—12000

ISBN 7-5331-1554-6  
R·454 定价: 9.60 元

## 序

性科学是严肃的科学，它是研究以性生理学、性心理学、性伦理学和性社会学为内容的一门新兴科学。它涉及到性生理学、性解剖学、性发生学、性发育学、性心理学、性咨询学、性治疗学、性社会学、性伦理学、性教育学、性哲学等多个学科。性科学以严肃、认真、坦率的态度教育人，掌握有关性的科学道理，可使人们的感情高尚起来。用理智克服冲动，使性行为符合科学的生理要求，符合社会约定俗成的标准。但是由于历史的复杂原因，“谈性色变”，性问题长期被视为禁区，因此，在现在改革开放的大好形势下，正确地宣传性科学和进行性教育是非常迫切和必要的。

《性科学》一书是王家廉教授以高度的社会责任感，经过潜心研究编写而成的。该书取材新颖，内容丰富，一方面介绍了人的生理学、性行为、妊娠、避孕、性病的预防与治疗等性医学知识；另一方面又从心理学、伦理学、社会学角度，解释了性变态、性功能障碍、性罪错、性道德及进行性教育的必要性。本书的问世，不仅对消除性愚昧和性禁锢，促进青少年身心健康成长，抵制腐朽淫乱思想，医治社会丑恶现象，促进人类文明产生积极的影响，而且对促进婚姻美满、夫妻恩爱、家庭和睦、社会稳定、防治疾病、保持身心健康大有帮助。

本书内容简明扼要,文笔流畅,通俗易懂,是集知识性、科学性、趣味性于一体的通俗读物,实为向广大群众宣传性科学和进行性教育不可多得的一本参考书。

**贾立太**

1994年6月

## 前 言

性知识涉及人类繁衍、社会文明和千家万户。对大多数人来说既熟悉又陌生,既想了解又感到神秘。目前,在我国有关性的各种错误甚至荒谬的认识和思想还影响着人们。一方面有源自封建主义的“性封闭”、“性禁锢”,另一方面有来自西方资本主义的“性自由”、“性解放”;一方面生活中“谈性色变”,另一方面社会上又有性罪错和性病传播。这些错综复杂的思潮和现象,使不少人难辨真伪,无所适从。性本来就是人体的自然现象,却被忽视冷落,甚至压抑,成为一片荒芜的不毛之地。究其原因:一曰“性是肮脏的东西;二曰“性”乃罪恶之渊藪。因此,针对这种误解,向广大群众介绍性的科学知识已成为社会发展的迫切需要。

据高校教师调查分析,当代大学生的性教育处于学生“自学”状态,高教体系中至今没有性教育一席之地,这是令人忧虑的。不少专家认为,建设一门具有中国特色、表现时代精神,综合性生理学、性心理学、性伦理学、性社会学等多学科的完整的性教育学已势在必行。

性科学就是在这样的时代背景和客观形势需要的条件下发展起来的一门新型科学。性科学是关于人的科学,是集生理学、心理学、社会学、伦理学、人类学于一体的综合性学科。从

某种意义上讲,它的发展水平是人类文明程度的标志。研究性科学,提倡性教育,普及性知识,不仅有益于人类自身健康,也有益于社会进步。

我们编写《性科学》一书的目的是为了宣传性科学,推动性科学的发展和普及。全书共分十二章,主要从自然科学的角度对性科学知识进行系统介绍,同时从社会科学的角加以补充。在内容取材和叙述方式上力求做到:科学性,通俗性,实用性。

这是一本性科学的普及读物。这本书将帮助你学习性科学知识,了解性生活和纠正各种错误的性观念,树立正确的性态度,并指引你在认识和处理性问题上,达到科学文明和健康。同时,也想通过这本书的出版能为正处于开放时期的我国性教育事业添砖加瓦,并在实际的性教育工作中起到指导作用。

著者本着为广大青少年、中老年不同层次的人提供性知识的原则,尽可能做到深入浅出,通俗易懂,便于应用,使广大读者能够接受和理解,同时也兼顾到专业的特点,所以本书也是从事青少年教育、妇幼保健、计划生育、性咨询及医务工作者的必备参考书。

参加本书编写工作的有:戴扶苇、王伯华、王宇光、王翎等人。他们分别担任第五章、第六章、第十一章和第十二章的编写工作。书中有错误和不妥之处,请专家们和广大读者指正。

**作者**

1995年3月

# 目 录

<b>第一章 性科学概述</b> .....	1
第一节 性科学概念.....	1
第二节 国外性科学的发展.....	3
第三节 我国性科学的发展.....	5
一、我国古代的房中术 .....	5
二、旧中国性科学的发展 .....	7
三、中华人民共和国成立后性科学的发展 .....	8
<b>第二章 性知识</b> .....	11
第一节 性概念 .....	11
一、性涵义.....	11
二、性欲.....	12
三、性观念.....	14
第二节 性意识 .....	16
一、性意识的产生.....	16
二、性意识的发展.....	17
三、性意识的表现.....	18
四、性意识的控制.....	20
第三节 性吸引 .....	21
一、性吸引的若干因素.....	21

二、性吸引的感觉通道·····	23
第四节 性冲动·····	26
一、性冲动概念·····	26
二、产生性冲动的动力·····	26
三、克制性冲动的方法·····	28
第五节 性发育·····	29
一、性发育概念·····	29
二、性发育阶段·····	29
第六节 性成熟·····	30
一、性成熟标准·····	30
二、性早熟·····	31
三、迟发育·····	33
第七节 性功能·····	34
一、性功能概念·····	34
二、性功能评价·····	34
三、正常的性功能·····	36
四、推迟性功能衰退的方法·····	37
第八节 性行为·····	38
一、涵义与分类·····	38
二、性行为特征·····	39
第九节 性反应·····	42
一、兴奋期·····	42
二、持续期·····	44
三、高潮期·····	45



四、消退期.....	46
第十节 性爱抚 .....	47
一、爱抚的实质与分类.....	47
二、爱抚的思想障碍.....	48
三、爱抚的部位——性敏感区.....	48
四、爱抚的技巧.....	50
第三章 生殖器官 .....	54
第一节 男性生殖器官 .....	54
一、阴茎.....	54
二、阴囊.....	54
三、睾丸.....	56
四、输精管道.....	56
五、精囊腺.....	57
六、前列腺.....	57
七、尿道球腺.....	58
第二节 女性生殖器官 .....	58
一、卵巢.....	59
二、输卵管.....	60
三、子宫.....	60
四、阴道.....	60
五、阴阜.....	61
六、大阴唇.....	61
七、小阴唇.....	62
八、阴蒂.....	62

九、处女膜·····	62
第三节 女性乳房·····	63
一、乳房发育·····	63
二、乳房位置·····	64
三、乳房形态·····	64
四、乳房主要结构·····	65
五、乳房保健·····	66
第四章 性生活·····	68
第一节 概述·····	68
一、性生活涵义·····	68
二、性生活内容·····	68
三、实现正常性生活的必备条件·····	69
四、性生活的功能·····	70
五、性生活的特点·····	72
第二节 性生活过程、时间、频率和能量消耗·····	73
一、性生活过程·····	73
二、性生活时间·····	79
三、性生活频率·····	80
四、性生活中的能量消耗·····	80
第三节 性交体位·····	82
一、性交体位的作用与意义·····	82
二、性交体位变换·····	83
三、变换性交姿势的动机与原则·····	87
四、特殊情况下性交体位的选择·····	88

第四节 性生活的和谐 .....	90
一、和谐性生活的涵义 .....	90
二、影响和谐性生活的三个要素 .....	91
三、和谐的性生活应具备的心理特点 .....	93
四、实现和谐性生活的注意事项 .....	93
第五节 新婚性生活 .....	97
一、过好新婚之夜第一次性生活的诀窍 .....	97
二、注意避免新婚之夜出现的意外病变 .....	102
第六节 老年人性生活 .....	106
一、老年性反应特点 .....	107
二、老年人性行为能力 .....	108
三、老年人性行为特点 .....	109
四、老年的性对策 .....	111
第七节 特殊条件下的性生活 .....	113
一、孕产期性生活 .....	113
二、肿瘤患者性生活 .....	114
三、偏瘫患者性生活 .....	115
四、截瘫患者性生活 .....	115
五、精神病患者性生活 .....	117
六、阴道炎患者性生活 .....	117
七、心脏病患者性生活 .....	118
八、高血压患者性生活 .....	119
九、妇女绝经后的性生活 .....	120
第八节 性生活的卫生保健 .....	120

<b>第五章 妊娠与分娩</b> .....	124
<b>第一节 生命的初孕</b> .....	124
一、生殖细胞 .....	124
二、受精 .....	126
三、双胎 .....	128
四、胎儿性别 .....	129
五、婚恋生育的最佳时期 .....	130
<b>第二节 初孕生命的发育</b> .....	132
一、受精卵的发育 .....	132
二、胎儿附属物 .....	133
<b>第三节 胎儿的发育</b> .....	135
<b>第四节 妊娠期母体变化</b> .....	137
一、子宫 .....	137
二、外阴及阴道 .....	138
三、乳房 .....	138
四、皮肤 .....	138
五、新陈代谢 .....	138
六、血液循环系统 .....	139
七、呼吸系统 .....	139
八、消化系统 .....	139
九、泌尿系统 .....	140
十、骨骼系统 .....	140
十一、内分泌系统 .....	140
<b>第五节 早期妊娠征象</b> .....	140

一、妊娠初期征象 .....	140
二、辅助诊断 .....	141
第六节 孕期检查(产前检查).....	142
一、产前检查的意义 .....	142
二、产前检查及其次数 .....	143
三、产前检查的内容 .....	143
第七节 自我监护.....	144
一、孕妇体重的监护 .....	144
二、胎心、胎动的监护.....	145
三、宫高、胎位的监护.....	146
第八节 孕期保健.....	146
一、日常生活注意事项 .....	146
二、饮食适度,注意营养.....	148
三、精神生活 .....	149
四、禁烟 .....	149
五、忌酒 .....	150
六、预防感染 .....	151
七、慎用药物 .....	152
八、慎做 X 线检查 .....	152
第九节 胎儿娩出.....	153
一、预产期的推算 .....	154
二、分娩预兆 .....	155
三、分娩的决定因素 .....	156
四、胎儿娩出过程 .....	158

第十节 产褥期生理与保健·····	161
一、母体生理变化·····	161
二、产褥期卫生·····	163
三、产后检查·····	165
<b>第六章 避孕·····</b>	<b>166</b>
<b>第一节 避孕原理与原则·····</b>	<b>166</b>
一、避孕原理·····	166
二、避孕原则·····	167
<b>第二节 女性节育·····</b>	<b>168</b>
一、口服避孕药·····	168
二、外用避孕药·····	172
三、宫内节育器·····	175
四、阴道隔膜·····	179
五、女性避孕套·····	180
六、安全期避孕法·····	180
七、皮下埋植避孕法·····	181
八、输卵管结扎术·····	182
九、人工流产·····	183
十、药物流产·····	185
十一、性交后避孕·····	186
<b>第三节 男性节育·····</b>	<b>187</b>
一、阴茎套·····	187
二、口服避孕药·····	189
三、外用避孕药膜·····	189

四、体外排精避孕法 .....	190
五、体外性交法 .....	190
六、压迫尿道避孕法 .....	191
七、输精管结扎术 .....	191
八、经皮输精管注射粘堵法 .....	193
九、输精管电凝术 .....	194
十、输精管环夹术 .....	195
第四节 避孕方法的选择 .....	195
一、不同年龄和时期的避孕 .....	195
二、患病妇女的避孕 .....	197
三、生殖器异常妇女的避孕 .....	198
四、剖宫产后的避孕 .....	199
五、被强奸后的避孕 .....	199
六、人工流产后的避孕 .....	199
第五节 避孕方法的改换 .....	
第六节 采取避孕措施后的意外妊娠 .....	200
一、阴茎套 .....	201
二、避孕药 .....	202
三、宫内节育器 .....	202
四、阴道隔膜 .....	203
五、药膜 .....	204
六、输精管结扎 .....	204
七、输卵管结扎 .....	205
第七章 性功能障碍与治疗 .....	206

第一节 女子性功能障碍.....	206
一、性冷淡 .....	206
二、性交痛 .....	208
三、阴道痉挛 .....	210
四、性高潮缺乏 .....	211
第二节 男子性功能障碍.....	212
一、阳痿 .....	212
二、早泄 .....	213
三、射精不能 .....	216
四、性交痛 .....	218
<b>第八章 性变态</b> .....	219
第一节 性变态的实质与种类.....	219
一、性变态的实质 .....	219
二、性变态的种类 .....	219
第二节 同性恋.....	221
一、同性恋的表现 .....	221
二、产生同性恋的原因 .....	223
三、同性恋的危害 .....	224
四、同性恋的防治 .....	225
第三节 其他性变态.....	225
一、恋物癖 .....	225
二、施虐狂和受虐狂 .....	227
三、露阴癖 .....	228
四、窥阴癖 .....	228



五、异性装扮癖 .....	228
六、恋童癖 .....	229
七、恋亲癖 .....	229
八、秽语癖 .....	230
九、恋尸癖 .....	230
十、恋兽癖 .....	230
<b>第九章 性疾病</b> .....	231
<b>第一节 性传播疾病的危害</b> .....	231
一、性传播疾病概况 .....	231
二、国外流行情况 .....	232
三、我国流行情况 .....	232
四、性传播疾病对人类的危害 .....	233
<b>第二节 艾滋病</b> .....	233
一、艾滋病毒 .....	234
二、传播途径 .....	234
三、症状 .....	235
四、预防 .....	236
五、药物治疗 .....	237
<b>第三节 淋病</b> .....	238
一、传播途径 .....	238
二、症状 .....	239
三、诊断 .....	240
四、治疗 .....	240
<b>第四节 梅毒</b> .....	241