



男

性

的
隐私

与

困惑

王建宇
编著

天津科技翻译出版公司

图书在版编目 (CIP) 数据

男性的隐私与困惑/王建宇编著. —天津: 天津科技翻译出版公司, 1999. 4

ISBN 7-5433-1059-7

I. 男… II. 王… III. 男性-性知识-普及读物 IV. R167

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (1999) 第 06484 号

出版单位: 天津科技翻译出版公司

地 址: 天津市南开区白堤路 244 号

邮政编码: 300192

电 话: 022-23693561

传 真: 022-23369476

发 行: 全国新华书店经销

开 本: 850×1168 1/32

印 张: 7.5

字 数: 150 千字

版 次: 1999 年 4 月第 1 版

1999 年 4 月第 1 次印刷

印 数: 1—5000 册

印刷单位: 南开大学印刷厂

书 号: ISBN 7-5433-1059-7
R·274 定价: 11.00 元

(如发现印装问题, 可与出版社调换)

内 容 介 绍

本书围绕人们即关心却又难以启齿的“性”问题，循序渐进地阐述了男性健康必备之科学的性知识——男性性器官的生长、发育及功能；视为神秘的男性精液；给人们带来烦恼的性器官的误区；性欲之奥秘；不愿向人讲起的男子性功能障碍；多彩的老年人性生活；恼人的疾病与性生活；等等。此外，对目前风靡全球、不久将进入中国市场的治疗阳痿的美国药品“伟哥”在本书中也作了介绍。

本书内容知识性强。书中所选题材是作者根据多年临床工作中人们提出的较为多见的性问题，以及针对人们对性知识的匮乏和人们对这些知识的渴求，有针对性地加以归纳，将人从小到大各重要生命阶段容易出现的问题系统地加以展现，将必要的医学常识和问题结合起来，以通俗易懂的语言从生理、心理等不同角度进行科学的阐述，娓娓道来，细细品味，犹如聆听一堂教育课。

本书不仅向人们展现科学的性知识，解除人们的性烦恼；倡导性文明，加强性道德的教育思想也贯穿本书的始终。这对于加强社会主义精神文明建设具有深远的意义。

本书可谓是集知识性、实用性、思想性、教育性于一体的科普读物。阅读此书定会让您受益匪浅。

自序

1·

这是一本写给男人的书，帮助男人了解自身最隐蔽部位的生长发育及特有的功能；帮助男人了解古往今来既原始又长盛不衰的生命之源——性的奥秘所在；帮助男人摆脱性的无知与偏见，消除性焦虑和恐惧以及由此带来的烦恼；帮助男人走出困惑，踏上无限美妙的性生活旅程。

历史的长河源远流长，在这奔流不息的长河中燃烧着无法熄灭的长明之火——性。性是生命之源。无论古老的过去还是现代的今日，性永远使人们产生高度的快乐，使人的身心得以健康发展、生儿育女、繁衍后代，从而使社会得以延续。但是，对人类生活中的这一极其重要的、可以说是人人感兴趣的问题，千百年来人们却不敢提它，不愿谈及它。

有史以来人类对性的本质、对性在人类历史上的作用知之甚少。

中国人受封建传统的影响根深蒂固，性被认为是见不得天日的事情，从而使得许多人对性总是躲躲闪闪，谈性色变，甚至认为谈性为淫。

男人的性困惑源自于无知、愚昧。对于性的认识，我国自古以来受封建迷信及许多非科学的世俗传言影响深重。愚昧、落后及邪恶的余孽占据了人们头脑中的“性”这一空间地带，使之成了误区、禁区。

在 90 年代的今天，人们对“性”都关心，都敏感。因为人是一种十分复杂的、特殊的自然生物和社会生物，人的需要是多层次的。随着社会文明程度的提高，人类健康、科学的生活方式、精神

自序

生活内容都要提高。人类的两性活动也不再是纯粹的生理需要了，而是成为一种既包含浅层生理需要，又包含深层精神需要和社会需要。

随着科学技术的发展，人的认识提高了，认为两性间的性行为是为了追求人生欢乐，甚至主要是为了追求人的内在价值的最大限度的实现。因此随之而来人的要求必然相应地提高。人们需要高质量的性生活。

文明社会不断进步，任何事情都变得节奏快，更富竞争性，人们的性焦虑随之变得更复杂与广泛。随着人们对性的认识逐渐深入，把性作为一门独立的科学来研究时，也发现人类对自身的“性”、“性行为”了解得甚少、甚为肤浅。对性知识无形中就有了渴求，人们扭转了以往俗称“性”是“无师自通”的错误想法。人们想从“性”禁锢中跳出来，想彻底了解本属于自己身体的有关知识，用真实的、科学的、文明的性知识充实自己头脑中被性禁锢的空间。

对性知识的深入了解是人类文明生活的标志之一。性知识丰富了，两性生活的质量就会提高，从和谐的性生活中就可以获得人生在性和性欲方面的乐趣，得到最大限度的肉体 and 精神的享受。这种性享受能力和人的创造力一样，是要通过学习和培养获得的。为了让人们建立一种健康的、负责任的、充满活力的性行为方式，必须加强科学的、正规的、健康的、有益的性知识普及教育，让人们从性困惑中走出来。我们说人生苦短，在这短暂的人生奋斗历程中，让我们以完全正常的心理状态把握住“生的根源”，让“性”这一“无法熄灭的长明之火”燃烧得更旺。

目 录

·1·

第1章	性教育漫谈	(1)
第2章	男女正常生殖器官构造	(11)
◎女性生殖器官		(13)
·女性外生殖器		(13)
·女性内生殖器		(15)
◎男性生殖器官		(17)
·男性外生殖器		(17)
·男性内生殖器		(20)
第3章	男子性成熟	(23)
◎性别的确定——第一性征		(25)
◎性发育成熟过程		(26)
·身体的变化		(27)
·生殖器官的变化		(27)
·父母在孩子成长过程中应注意什么		(29)
◎男子性成熟的标志——遗精		(30)
第4章	综观精液	(33)

目 录



◎精液的构成和特性·····	(35)
◎精液液化对生育至关重要·····	(36)
◎为什么精液不液化会造成男性不育·····	(37)
◎小小精子的艰难历程·····	(38)
◎射精的过程·····	(40)
◎精液中带血是怎么回事·····	(41)
◎精液化验·····	(43)
·如何正确地采集精液·····	(43)
·帮你学会看精液化验结果·····	(45)

第5章 男子性器官的误区····· (49)

◎关于阴茎的大小·····	(51)
·正常阴茎的大小·····	(52)
·阴茎大小能影响性生活吗·····	(53)
◎包皮的长与短·····	(54)
·关于包皮环切术·····	(55)
·哪些人必须做包皮环切术·····	(56)
◎你了解自己阴囊的内容物吗·····	(57)
·为什么阴囊会出现变化·····	(58)
·阴囊潮湿出汗是功能的需要·····	(59)

目 录

·3·

·正常的阴囊是什么颜色	(60)
·生产精子和制造男性激素的工厂——睾丸	(61)
·改造精子的重要场所——附睾	(62)
·输送精子的干线——输精管	(63)
◎阴囊内容物的常见疾病	(63)
·不可忽视的隐睾	(63)
·高度警惕睾丸肿瘤	(64)
·对于阴囊肿大要作分析	(65)
·怎样对待精索静脉曲张	(66)
◎学会对外生殖器的自我检查	(68)
 第6章 性欲之奥秘	(71)
◎人类对性欲的认识	(73)
◎视觉对性欲的影响	(75)
◎触摸对性欲的激发	(77)
◎嗅觉与性欲	(80)
 第7章 正常的自慰行为——手淫	(83)
◎如何看待手淫	(85)
◎手淫是否有害	(86)

目 录

◎手淫时的注意事项.....	(88)
第8章 男子性功能面面谈.....	(91)
◎阴茎的勃起功能.....	(93)
·你想知道阴茎是如何勃起的吗	(93)
·如何了解你的勃起是正常的	(95)
◎人类性交活动的规律.....	(97)
·兴奋期	(97)
·平台期	(98)
·高潮期	(99)
·消退期.....	(100)
◎撑不起腰杆的阴茎——阳痿	(106)
·何谓真正的阳痿.....	(107)
·精神心理性阳痿.....	(108)
·器质性阳痿.....	(113)
·阴茎勃起程度的自我判断.....	(115)
·阳痿的治疗.....	(116)
◎风靡全球的“伟哥”	(120)
◎射精障碍之一——早泄	(121)
·何谓真正的早泄.....	(122)

目 录

·5·

·早泄者的苦恼·····	(122)
·早泄的原因·····	(123)
·早泄的治疗·····	(125)
◎射精障碍之二——不射精·····	(130)
·不射精的分类·····	(130)
·不射精的治疗·····	(134)
 第9章 必须讲清楚的前列腺及其疾病·····	(137)
◎前列腺的奥秘·····	(139)
◎综观前列腺炎·····	(140)
·细菌性前列腺炎·····	(141)
·非细菌性前列腺炎·····	(141)
·前列腺炎的诊断·····	(143)
·前列腺炎的治疗·····	(143)
·不是炎症的前列腺痛·····	(145)
◎前列腺的又一烦恼——增生·····	(146)
·致病因种种说·····	(147)
·症状表现及治疗·····	(149)
◎前列腺癌·····	(151)
·病因·····	(151)

目 录

·症状·····	(152)
·早期发现及时检查·····	(152)
·前列腺癌的治疗·····	(153)

第10章 性生活不可缺少的音符——女性

性高潮·····	(155)
◎性生活中男女之差异·····	(157)
◎没有性高潮是异常吗·····	(159)
◎过好性生活你必须了解女人·····	(161)
·阴蒂刺激·····	(162)
·关注阴道的反应·····	(163)
·关注阴唇的变化·····	(164)
·关于子宫·····	(165)
·抚摸乳房唤起性欲·····	(166)

第11章 多彩的夕阳——老年人的性谐趣··· (167)

◎老年人也应有正常的性生活·····	(169)
◎老年人独特的性活动表现·····	(171)
·老年男性性器官的反应特征·····	(171)

目 录

·7·

·老年女性性器官的反应特征·····	(173)
◎过好老年人性生活利于健康·····	(174)
◎老年人如何满足性欲·····	(175)
◎老年人特有的性心理表现·····	(176)
 第12章 几种常见病与性生活·····	(179)
◎心血管疾病与性生活·····	(181)
·冠心病患者的性生活应如何把握·····	(181)
·心肌梗塞患者是否与性生活无缘·····	(183)
·高血压患者的性生活·····	(184)
◎糖尿病与性生活·····	(186)
◎颈椎病与性生活·····	(188)
◎尿路感染与性生活·····	(190)
 第13章 令人生恶的性病·····	(191)
◎性病的致病菌·····	(193)
◎性病的传播途径·····	(194)
◎常见的性病表现及治疗·····	(195)
·急性淋病·····	(195)
·非淋病性尿道炎·····	(196)

目 录



·尖锐湿疣·····	(196)
⊙性病患者的心理状态 ·····	(197)
⊙性病的预防与性道德教育 ·····	(199)
附 录 患者来信解答摘录 ·····	(201)

第1章

性教育漫谈

从原始初民到现代人都能从性生活中获得极大的快乐，这似乎是造物主的伟大恩赐。每个人在人生的道路上都会扮演亚当或夏娃的角色，他们都有品尝禁果的欲望，都有对禁果神秘色彩的好奇，也都会有走向禁果时的惊悸和震颤，以及接触到禁果时的担心和害怕，还会有品尝到禁果时的沉醉、甜蜜、激动和难以忘却的回忆……

这禁果就是性。它如同一把双刃的利剑，既能给予人们极大的欢乐，又会给人们带来巨大的痛苦。在人类的历史中，愚昧与落后、剥削和压迫是妨碍人们获得性快乐的两大敌人，而人类文明历史的发展，就包括了追求人类性解放的过程。因为对于发源自人之本性的特殊的必不可少的需求——对性的追求与满足，对性的压抑与抗争，不仅对于性主体的健康发展起着至关重要的影响和作用，而且对于整个人类文明史的过程也起着十分重要的推动作用。

性首先是生物本性的，与生殖密切相关。但随着社会的发展，性与生殖的关系发生了变化，性与生殖可以脱离或完全无关。试管婴儿技术的日趋完善，使得生育可以根本与性活动无关。科学发展是人类社会进化的结果。生物越低级，性活动就更是以生殖为唯一客观目的。而高级生物，尤其是人类，性活动对性快乐的追求就越迫切，性快乐就变得更重要。

弗洛伊德强调“快乐主义原则”是生命第一原则的理论，这在人类的生活实践中已得到越来越多的验证和肯定。

人类性生活不仅是为了生育。这是人类进化中独有的硕果。因为从生殖的观点看，只要一次有效的性生活就可以完成受孕，达到生殖的目的。可是为什么人类夫妻之间的性生

活却可以连续不断几十年长盛不衰呢？关键在于人类的性生活是一种快乐，一种享受。男女双方通过性生活，双方均达到高潮，性欲和性快感都得到充分的发泄和满足。所以说，人类有效的性生活是追求快乐而不仅仅是为了生育。

追求性快乐是人类性活动的直接目的。人类性器官的构造和性机能都能反映出快乐是性交的主要目的。人类性器官上的感觉神经十分丰富，十分敏感，而且又十分集中，如男性的龟头、冠状沟及系带，女性的阴蒂与阴道的前 1/3 部位。除此之外，人类尚存在性敏感区——动情区。即适当地刺激除了性器官之外的身体上的某些部位就能诱发性欲，提高性兴奋。而且这种动情区或称之性敏感区有逐渐扩大的趋势，比如：口唇、舌、颈部、耳后、乳房、大腿的内侧等等。而其它生物体不存在这种动情区，更谈不上性交的快乐。有些生物体甚至无性器官的接触，而是通过体外排精、排卵的过程达到生殖的目的。

因此，我们说对人类而言，性活动是恢复活力的享受，是感触快乐的宣泄。

性活动对于人类的生活质量、精神的享乐是至关重要的。那么性的问题对人类真是“无师自通”而就无需学习、无需教育的简单事儿吗？现在有相当的所谓“过来人”自认为感情成熟，性经验丰富，已懂得许多“道理”，可以指手画脚，说三道四了，但突然有一天他们发现自己并不是“性事通”。随着性的开放（与过去对性的隐蔽不谈而言），他们对年轻人的问题难以答复了，甚至在自己的身上，自己的婚姻上也遇到了意想不到的失意与变故。因为他们的所谓知识只是老一辈传下来的传统观念，以及自己个人凤毛麟角的体