



蒙台梭利亲子丛书

Maria Montessori's Guide for Parents

← 风靡全球的蒙台梭利育儿法 →

生男生女

生男孩的要领 生女孩的要领



Bearing
a Boy
or
a Girl

中国儿童教育专家组 编著

兰州大学出版社

蒙台梭利亲子丛书

生男生女

——生男孩的要领，生女孩的要领

中国儿童教育专家组 编著

NBA066/04

兰州大学出版社

策 划:博泽文化
责任编辑:文 史
装帧设计:蒋宏工作室

图书在版编目(CIP)数据
生男生女/中国儿童教育专家组编著. —兰州:兰州大学
出版社,2002

(蒙台梭利亲子丛书)
ISBN 7-311-01790-4

I. 生... II. 中... III. 生育—基本知识 IV. R339.2
中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 034498 号

蒙台梭利亲子丛书※生男生女
中国儿童教育专家组 编著
兰州大学出版社出版发行
兰州市天水路 308 号 电话:8617156 邮编:730000

E-mail: press@onbook.com.cn

<http://www.onbook.com.cn>

北京佳顺印刷厂印刷

开本:850×1168 1/32 印张:106.125 字数:2122 千字

2002 年 6 月第 1 版 2002 年 6 月第 1 次印刷

印数:1—10000 册

ISBN7-311-01790-4/G·694 全套定价:168.00 元(本册:16.80 元)

前 言

利用科学方法生儿育女，其目的是为了优生，也就是避免性连遗传所造成的不幸。这将给那些仍持有“传宗接代，承继香火”的人以深刻的警醒：必须抛弃传统观念，并具有科学的性别意识，才能孕育出优秀的下一代。

现代科学使我们对精子、卵子的细部构造、分子结构有了更深入的了解；对男性、女性的生殖、生理环境有了更完整的认识。利用体内环境的改变、精卵的筛检，胎儿性别选择就顺理成章地成为人体内生殖细胞的不同配对。

在本书中，我们收集了近10年来国际知名妇产科及生殖学专家的生男育女的文献，加上科学的研究，整理出可实行的“生男育女”常规。这包括最基本的酸碱体质改变、饮食控制法的时机、排卵时机的捕捉等。除此之外，本书对受孕的过程也作了浅易的说明，读者应不难了解。

为了扩大读者的认知面，本书第五章特别介绍了“生男生女事前选择法——MPS方法”，该方法不须服用任何药物，不必前往医院，只要夫妇通力配合，并遵循自然周期，在适当的时机受孕，就能如愿生育孩子。

希望借本书能够达到你生男育女的愿望，并拥有一个健康、聪明的宝宝。

中国儿童教育专家组

2002年6月



*
↓

前
言

1

目 录

MULU

前 言	[1]
第一章 重新认识生男生女	[1]
1. 生男生女法的意义	[2]
◆了解生男生女的真相	[2]
◆生女孩有什么优点	[3]
◆生男孩有什么优点	[6]
2. 生男生女不再听天由命	[8]
◆自古以来人们就有生男生女的愿望	[8]
◆具有科学性的生男生女法	[8]
3. 胎儿性别决定真能如你所愿吗	[9]
◆只要身体健康就能办到	[9]
◆夫妻双方需要通力协作	[10]
4. 生男生女的几率是多少	[11]
◆几率：男孩子 81%，女孩 80%	[11]
◆科学不是万能的	[11]
5. 生男生女法的发展	[12]
◆有关生男生女法的传统说法	[12]
◆生男生女法理论基础的奠基者	[15]
第二章 与生育相关的知识	[17]
1. 生理知识知多少	[18]
◆女性的生殖器官	[18]
◆男性的生殖器官	[20]
◆女性的月经	[22]
◆女性的性生理特点	[26]

*



目 录

1



◆女性的性感区	[30]
◆男性的性生理	[31]
◆男性的性感区	[33]
◆性生活的“时间差”	[33]
◆性生活的“性别差”	[34]
◆男女性反应的四个阶段	[37]
◆婚前性生活的害处	[44]
◆适宜的性生活环境	[44]
◆和谐的性生活	[45]
◆新婚之夜	[52]
◆性交前应洗下身	[53]
◆经期房事可致百病	[54]
◆房事频率	[54]
2. 如何做到优生	[56]
◆结婚的年龄与健康	[56]
◆近亲结婚的危害	[59]
◆婚前注意事项	[61]
◆可以结婚，但不宜生育者	[62]
◆为何未婚女子处女膜会破裂	[63]
◆霉菌不等于梅毒	[63]
◆婚前体检发现滴虫性阴道炎怎么办	[66]
◆婚检发现一方为乙肝表面抗原阳性怎么办	[68]
◆包茎与包皮过长的危害	[69]
◆精索静脉曲张会影响生育吗	[70]
◆最佳生育年龄	[70]
◆婚后多长时间怀孕好	[71]
◆怀孕的季节	[72]
◆患哪些疾病时不宜受孕	[73]
◆受孕时的若干禁忌	[74]
3. 孕前准备	[74]





◆孕前半做准备	[74]
◆创造和谐的家庭气氛	[75]
◆夫妻共学妇幼保健常识	[75]
◆预防接种	[75]
4. 避孕方法	[77]
◆最常用的男性避孕法	[77]
◆安全套的使用方法	[78]
◆使用安全套失败的原因及补救措施	[79]
◆常用的女性避孕方法	[80]
◆新婚避孕的方法	[80]
◆避孕的最好方法	[84]
◆上环后的注意事项	[85]
◆长期置环对妇女健康无影响	[86]
◆选择适合自己的避孕药	[86]
◆长效口服避孕药的用法	[87]
◆长效避孕针的用法	[88]
◆避孕药皮下埋植剂	[89]
◆阴道避孕药环	[90]
◆阴道用药避孕法	[90]
◆安全期避孕法	[92]
◆阴道隔膜避孕法	[93]
◆避孕宫颈帽	[93]
◆第一胎人工流产应慎重	[93]
第三章 生男生女法的基本理论	[95]
1. 二合一的妊娠过程	[96]
◆妊娠的机会一个月只有一次	[96]
◆女性的卵子	[96]
◆男性的精子	[97]
◆当精子遇到卵子	[98]
◆子宫内的新生命	[100]



2. 谁是性别的决定者	[100]
◆遗传使者——染色体	[101]
◆负责生男生女的性染色体	[103]
◆男女不一样的 XY、XX 性染色性	[104]
◆性染色体的疾病遗传效应	[107]
◆怎么识别 X、Y 精子	[110]
◆阴道的酸性与受精	[112]
◆子宫的碱性与受精	[113]
◆高潮会使阴道内变成碱性	[114]
◆食物可以控制体液的酸碱度吗	[116]
3. 性别选择的时间因素	[117]
◆理论基础	[117]
◆如何掌握时间因素	[118]
◆其他的时间因素	[119]

第四章 生男生女的常规方法 [121]

1. 进行生男生女法前必须充分沟通	[122]
2. 饮食控制法	[123]
◆饮食对胎儿性别的影响	[123]
◆离子学说	[123]
◆离子学说特殊食谱	[125]
◆酸碱学说	[127]
◆饮食控制法的时机	[130]
◆控制生男法	[131]
3. 阴道酸碱度控制法	[133]
◆自然控制阴道酸碱度	[133]
◆重碳酸钠冲洗法控制生男	[134]
◆醋酸溶液冲洗控制生女	[135]
4. 选择适当的性交日	[136]
◆犹太人的性交法律	[136]



◆如何测知正确的排卵日	[137]
◆排卵日当天性交生男孩	[142]
◆排卵日的前三天性交生女孩	[143]
5. 确实做好避孕的工作	[144]
◆避孕药会影响体内的激素	[144]
◆避孕环会形成子宫凹陷	[145]
◆保持自然生理的保险套避孕法	[145]
6. 什么是天然钙	[147]
◆天然钙质的功效	[148]
◆如何服用	[148]
◆天然钙的成分	[149]
7. 决定生男孩时	[150]
◆生男孩的步骤	[150]
◆生男孩的要领	[151]
8. 决定生女孩时	[155]
◆生女孩的步骤	[155]
◆生女孩的要领	[155]
9. 精子分离术	[159]
◆白蛋白方法分离生男精子(爱瑞森法)	[163]
◆过滤分离精子	[165]
10. 认识人工受精	[168]
◆人工受精的时机	[168]
◆方法的选择	[170]
◆成功率与并发症	[171]
◆人工受精选择生男的原则	[172]
◆人工受精选择生女的原则	[173]

第五章 生男生女事前选择法 ——MPS 方法

[175]



1. 依母亲的生态活动周期来决定性别	[176]
◆MPS 方式与占卜不相干	[176]
◆不需医生和药物的“MPS”方式	[177]
◆生态活动周期的数值计算	[179]
◆身体周期为正会生男孩, 为负则生女孩	[179]
2. 怎样确定你的生态周期	[181]
◆先找出你的基本数值	[181]
◆闰年出生的情形	[182]
◆知道现在、过去和未来的生态活动周期就能万无一失吗	[184]
◆生态活动周期的计算法	[185]
◆生态活动周期曲线的画法	[188]
◆预产期的推算	[188]
◆怎样确定最后月经首日	[190]
◆让我们继续做分析	[191]
3. 生男生女 随心所欲	[193]
◆把握生男孩的理想机会	[193]
◆抓住生女孩的理想机会	[195]
◆如果你嫌麻烦, 就改以此法来控制	[196]
◆等待确切时机迈向成功大道	[198]
◆制作一张你想生男育女的表	[199]
◆知道排卵日, 机会就会加倍	[200]
4. 测知排卵日的正确方法	[202]
◆基础体温法——正确的方法之一	[202]
◆记录排卵日身体状况的变化	[203]
◆基础体温法只告诉你排卵期而非排卵日	[204]
◆以颈管黏液法来测知排卵日	[206]
◆中间痛察知法——排卵的瞬间会有感觉	[208]
◆MPS 方式专用的生男育女表	[209]





5. 请你加入一起来实践	[211]
◆利用 MPS 方式, 成功率 97%	[211]
◆机会期间的性交, 必须隔一天进行	[212]
◆排卵日若有偏差, 便是性交的时机	[215]
◆想生男孩的三原则	[215]
◆想生女孩的三原则	[216]
6. 决定生男孩或女孩的方法	[218]
◆掌握决定权的是精子	[218]
◆男性精子与卵子结合会生男孩, 反之则生女孩	[219]
◆席特斯博士的控制生男育女法	[220]
第六章 妊娠后的性别判定及其相关问题	[223]
1. 妊娠后的性别判定	[224]
◆妊娠中期性别选择法	[224]
◆妊娠早期性别选择法	[227]
◆受精卵着床前的性别选择	[233]
◆孕妇血液胎儿性别选择法	[239]
2. 你有不孕的烦恼吗	[241]
◆不孕症的流行病学	[241]
◆不孕症的病因	[244]
◆不孕症病因的探索	[250]
3. 妊娠问题解答	[253]
第七章 如何迎接新生命	[259]
1. 恭喜! 你有喜了	[260]
◆恭喜! 你已经怀孕了	[261]
◆避免怀孕伤害	[262]
◆优生饮食	[264]




◆人际关系	[265]
◆错误的性观念	[266]
◆既期待又怕受伤害	[266]
◆缓和恐惧感	[267]
2. 怀孕期的不适	[268]
◆孕吐	[268]
◆便秘	[270]
◆痔疮	[271]
◆尿频	[271]
◆静脉曲张	[272]
◆头痛、腰痛	[272]
◆下肢抽筋	[272]
◆雀斑	[273]
3. 妊娠中易患的疾病	[273]
◆妊娠毒血症	[273]
◆贫血	[275]
◆糖尿病	[275]
◆膀胱炎	[277]
◆肾盂炎	[277]
◆念珠菌症	[278]
◆阴道滴虫症	[278]
◆披衣菌感染症	[279]
◆妊娠性皮肤瘙痒症	[280]
◆站立性低血压	[280]
◆仰卧位低血压症候群	[281]
◆睡眠障碍	[281]
◆过换气症候群	[281]
◆感冒	[282]
◆怀孕障碍症	[282]
◆手根管症候群	[283]
4. 认清妊娠七大异变形态	[284]



◆妊娠七大异变	[284]
◆问题对策	[285]
5. 怀孕期保健	[293]
◆十月怀胎孕妇须知	[293]
◆孕妇家居生活常识	[298]
◆怀孕期的工作	[301]
◆定期产检	[302]
6. 预防流产与早产	[304]
◆流产	[304]
◆早产	[305]
7. 临产和分娩	[306]
◆什么是临产和分娩	[306]
◆准备婴儿房	[308]
◆必备品	[309]
◆为分娩做准备	[311]
◆分娩时的陪伴人选	[312]
◆准备住院的行装	[313]
◆分娩时的体位	[314]
◆如何减轻分娩时的疼痛	[315]
◆引产	[316]
◆胎儿监测	[318]
◆臀位分娩与双胞胎分娩	[319]
◆超过预产期	[320]
◆部腹产	[322]
◆胎儿出生	[323]
◆新生儿健康检查	[325]
附录	[326]





第一章

重新认识
男生女生

1 生男生女法的意义

◆ 了解生男生女的真相

① 主要是为了避免遗传病

到目前为止，希望生男生女的理由有很多，在受“不孝有三，无后为大”观念影响的地区，想生男孩的人占绝大多数，他们的目的就是传宗接代；但是本书所探讨的生男生女法，主要是从生物学、遗传学的角度出发，目的就是为了避免如色觉异常、血友病一类的“性连遗传”。

所谓“遗传”，就是子女承袭父母的特质，例如，脸长得像父亲或母亲，发质和肤色也与父亲或母亲类似，这都是遗传。而性连遗传就是与性别密切相关的遗传现象。

由性连遗传所造成的具有代表性的疾病就是血友病、色觉异常（色盲）、夜盲症、肌肉萎缩症等。这些疾病或症状都是经由遗传，传给下一代。因疾病的不同，可能只有男孩或女孩会发病，也许成为带原者……症状的出现方式各有不同。

所以，如果生女孩会出现性连遗传的话，那么改生男孩就能够消除异常的遗传。

② 眼科医生对生男生女法也深表关心

从避免伴性遗传的观点来看，除妇产科医生对生男生女法表示了极大的关注以外，还有眼科医生对生男生女法也表



示了极大的兴趣。

例如，已故的日本千叶大学名誉教授铃木宜民，以眼科医生的立场，很早就曾提出建议说：“巧妙使用生男生女法，就能避免色觉异常的遗传。”

铃木教授认为红绿色觉异常这种性连（与 X 染色体有关的）遗传性疾病患者，占全体男性的 4% ~ 5%。虽然“色觉异常”的遗传因子并没有影响健康，可是在大学考试时会受到限制，或者是无法自由选择职业，因此希望这类遗传因子尽量不要留在子孙的身上。

不只是色觉异常，利用生男生女还可以完全消除其他性连遗传造成的疾病，或是减少因遗传造成的不幸。

◆生女孩有什么优点

①遗传疾病不能够避免吗

遗传是在染色体的作用下，将同质的东西由父母传给孩子。因此，亲子间体形、容貌类似就是遗传的结果。在遗传基因中，有一些是不希望传给后代的东西。例如，血友病、红绿色觉异常（色盲）、夜盲症、肌肉萎缩症等疾病。这些疾病和症状会经由遗传的方式，由父母传给孩子。

有这些疾病的家庭，代代都无法逃离这种疾病吗？不是如此的。

即使是父母传给子女，依疾病的不同，有些性别会发病，有些性别就不会；也因性别不同，有些会具有潜在致病因子，有些又不会。

这时就可以发挥生男生女的优点了。



②母亲为性连遗传的带原者

若母亲具有潜在血友病的遗传因子，而父亲是正常的，生下的孩子如果是男孩，50%会出现血友病的症状。但若是女孩的话，虽然也有50%左右的血友病遗传可能性，但是却不会出现血友病症状。

因性别不同，遗传的情形也不同，这种情形就称为“性连(X染色体)遗传”。为什么会发生这种情形呢？因为遗传因子在X染色体，与Y染色体无关。

女性的性染色体为2条X染色体，即使有一边的X染色体是异常遗传因子，只要另一边的X染色体正常的话就可以将另一边的异常“遮盖”过去，所以，这类女性虽说是带原者，异常的症状却不会出现。

男性的性染色体是X染色体与Y染色体2条合为1套，当X染色体异常时，由于Y染色体不能“遮盖”异常的X染色体，就会出现遗传病的症状。

基于以上的理由，如果母亲是血友病等性连遗传的带原者，那么生下的是女孩，对孩子而言是幸运的。不只是血友病，像夜盲症或肌肉营养不良症等，基于同样的理由，还是生下女孩比较好(下图仅供参考)。

