

生产 生育 生活 知识读本

主编 侯友新



天津人民出版社

编写委员会

主 任：侯友新

副主任：梅宝信 邢宝仁 崔秀娥 魏振民

委 员（按姓氏笔画为序）：

石援荣 傅思柱 冯怡柱 李天杰

李连起 杜树国 余洪金 范剑飞

孟德信 孟德俊 赵青春

序

八届全国人大四次会议的批准的《中华人民共和国国民经济和社会发展“九五”计划和2010年远景目标纲要》，把发展经济和控制人口作为统一的目标摆在全国人民面前，明确提出2000年我国人口将比1980年增长3亿左右的情况下，实现人均国民生产总值比1980年翻两番，基本消灭贫困现象，人民生活达到小康，2010年把我国人口控制在14亿以内，实现国民生产总值比2000年翻一番，人民的小康生活更加富裕的奋斗目标。《纲要》中既有经济发展的总量目标、人均目标，又有人口控制的数量目标，把人口与计划生育工作摆到了相当重要的位置，充分体现了人口与经济社会协调发展的指导思想，体现了加快社会主义现代化建设，提高综合国力的基本要求。

实现我国经济、社会发展和控制人口的战略目标，农村处于十分重要的地位。农业实现现代化，农民生活实现小康进而达到比较富裕，是我国整个现代化进程中最艰巨的任务。农村能否实现物质文明和精神文明的共同进步，实现经济与社会协调发展，都与计划生育工作有着密切的联系。把计划生育工作与农村经济相结合，与帮助农民勤劳致富奔小康相结合，与建设文明幸福家庭相结合，这是在社会主义市场经济新形势下，计划生育工作思路、工作方法的改革与创新。“三结合”改变

了过去那种单纯就计划生育抓计划生育的做法，符合我国经济社会发展的客观要求，与全国人民以经济建设为中心，加快发展的时代潮流，与广大农民群众迫切希望提高生活水平，提高生活质量，尽快富裕起来的强烈愿望是完全一致的。“三结合”的实施，为各级领导找到了“两种生产一起抓”的最佳结合点，把党的工作重点和计划生育工作难点，从指导思想到方式方法上都有机的统一起来，使计划生育部门找到了市场经济条件下围绕经济建设这个中心，抓紧抓好计划生育工作的切入点，使农民从自身的切身利益上感受到少生快富、实行计划生育的好处，自觉实行计划生育。因此，“三结合”是社会主义市场经济形势下抓紧抓好计划生育工作的必由之路、成功之路、希望之路。

“三结合”的本质是服务。开展以帮助广大育龄人群优生为目标的生育服务，以勤劳致富奔小康为目标的生服务，以建设文明幸福家庭为目标的生活服务，即“三生”服务，是“三结合”的灵魂和生命，是实现“三结合”的好形式、好方法。近年来，无棣县委、县政府在开展“三生”服务方面进行了有益的探索，做出了突出的成绩。他们实施了“优生兴业幸福工程”，在村、乡、县三级分别成立了优生兴业互助社、优生兴业合作社、优生兴业发展中心。各级优生兴业组织除为社员发展种养加项目提供信息、技术、销售等服务外，还抓住有特色、有发展前途、适合广大计划生育户家庭生产经营的项目，实行产供销、种养加一条龙经营，搞经营创收，社员分红。与此同时，无棣县委、县政府充分

发挥计划生育队伍网络健全，计划生育协会与群众联系密切的优势，抽调农业、林业、水利、畜牧等18个部门的技术骨干，成立“三生”服务讲师团，以人口学校为阵地，到乡村巡回讲课。讲师团立足农村实际，针对群众生产、生育、生活需要，编写了一整套适合农民口味的宣讲教材。在乡、村演讲时，讲师团虚心征求群众意见，多次修订、增删教材内容，使教材更加贴近群众。最近，无棣县委、县政府在原来宣讲教材的基础上，进一步修改，充实完善，编辑出版了这套《生产·生育·生活知识读本》，拿来嘱我作序。在计划生育工作坚持“三为主”，实现“三结合”的过程中，这部《读本》正是计划生育工作之急需，推广价值极大，因此，我很乐意接受这个任务。

这部《读本》内容全面丰富，篇幅短小精练，语言朴实易懂。整个读本选材新颖，简明扼要，理论与实践结合紧密，知识性、科学性、实用性很强，适合计划生育部门作为“三生”服务的读本，也可作为广大计划生育协会会员、计划生育户、育龄夫妇的自学教材。我希望，该《读本》的出版，能够进一步推动“三生”服务水平的提高，促进“三结合”工作的深入开展，推动计划生育工作跨上新的台阶。

潘世增

1996.10

· 3 ·

目 录

序	(1)
---------	-----

生 产 篇

第一章 农 业	(1)
第一节 绪 论	(1)
第二节 主要农作物优良品种种植技术及病虫害防治	(13)
第三节 农业机械	(38)
第二章 林果桑蚕	(55)
第一节 林 业	(55)
第二节 果 树	(59)
第三节 植桑养蚕	(85)
第三章 畜牧业	(89)
第一节 几种主要畜禽的饲养、繁育与疾病防治	(89)
第二节 家庭牧场	(154)
第三节 饲草饲料	(157)
第四章 渔 业	(168)
第一节 海水养殖	(168)
第二节 淡水养殖	(190)
第五章 乡镇企业	(214)
第一节 乡镇企业的地位和作用	(214)

第二节	乡镇企业项目选择	(217)
第三节	乡镇企业经营管理	(219)
第四节	乡镇企业财务管理	(223)
第六章	农业与气象	(236)
第一节	主要作物及熟制的农业气象分析	(236)
第二节	主要农业气象灾害	(245)
第三节	气象知识简介	(249)

生 育 篇

第一章	人口与计划生育	(253)
第一节	实行计划生育是符合我国国情的战略决策	(253)
第二节	我国计划生育工作的基本政策	(257)
第三节	我国计划生育工作的辉煌成就	(259)
第四节	计划生育工作在改革和发展中走向完善	(271)
第五节	履行公民义务, 自觉实行计划生育	(273)
第二章	青春期卫生	(275)
第一节	青春期及其生理特点	(275)
第二节	青春期保健	(277)
第三节	月 经	(278)
第四节	恋 爱	(281)
第三章	婚 姻	(284)
第一节	晚婚晚育	(284)
第二节	婚前检查	(286)
第三节	结婚登记	(288)
第四节	“吉日”的选择	(288)
第五节	新事新办	(289)
第六节	新婚夜活	(291)
第七节	夫妻和美的奥妙	(297)

第八节	欢度蜜月·····	(299)
第九节	婚姻危机·····	(301)
第四章	优生·····	(304)
第一节	遗传与优生·····	(304)
第二节	孕前优生·····	(305)
第三节	孕期优生·····	(308)
第五章	妊娠与保健·····	(313)
第一节	生儿育女的奥秘·····	(313)
第二节	早期妊娠表现·····	(314)
第三节	孕期注意事项·····	(315)
第四节	胎儿发育·····	(317)
第五节	孕期自我监测·····	(318)
第六节	产前检查·····	(318)
第七节	孕期的危险信号·····	(319)
第八节	预产期的计算·····	(320)
第九节	分娩·····	(320)
第十节	产褥保健·····	(322)
第十一节	产后常见病防治·····	(325)
第六章	优生与优教·····	(327)
第一节	优生·····	(327)
第二节	优教·····	(334)
第七章	避孕与节育·····	(351)
第一节	原理与种类·····	(351)
第二节	避孕药物·····	(352)
第三节	宫内节育环·····	(358)
第四节	其它避孕方法·····	(360)
第五节	绝育术·····	(361)
第六节	引、流产手术·····	(361)
第七节	一句话答疑·····	(362)

第八节 避孕方法的选择.....	(363)
第八章 更年期保健	(364)
第一节 更年期及其生理变化.....	(365)
第二节 更年期保健.....	(366)
第三节 更年期综合症.....	(367)
第九章 妇科常见疾病的防治	(368)
第一节 阴道炎.....	(368)
第二节 宫颈糜烂.....	(369)
第三节 盆腔炎.....	(369)
第四节 乳腺癌与宫颈癌.....	(370)
第五节 不孕不育症.....	(371)
第六节 小验方.....	(372)
第七节 性病.....	(373)
第十章 妇幼保健程序化管理	(377)

生活篇

第一章 坚定社会主义信念做“四有”农民	(379)
第一节 现代农民应树立社会主义坚定信念和崇高理想	(379)
第二节 现代农民应树立社会主义新道德和新风尚	(384)
第三节 现代农民要倡导文明健康科学的生活方式	(387)
第四节 现代农民要正确行使民主权利，自觉履行公民义务.....	(390)
第二章 家庭幸福	(394)
第一节 夫妻关系.....	(394)
第二节 幼儿教育.....	(397)
第三节 老幼关系.....	(401)

第四节	新潮的家庭生活方式·····	(405)
第五节	持家理财·····	(406)
第三章	穿衣学问·····	(411)
第一节	穿衣与风度·····	(411)
第二节	穿衣色泽选择·····	(414)
第三节	服装的分类与管护·····	(421)
第四章	美 食·····	(426)
第一节	饮食与健康·····	(426)
第二节	科学配餐·····	(439)
第三节	面食制作·····	(444)
第四节	常见菜谱·····	(452)
第五章	小康屋·····	(460)
第一节	小康屋的种类及特点·····	(461)
第二节	室内陈设·····	(465)
第三节	庭院经济·····	(468)
第四节	小康屋参考介绍·····	(469)
第六章	邻里关系与交友·····	(482)
第一节	建立良好的邻里关系·····	(482)
第二节	交友形式和原则·····	(487)
第三节	日常礼貌用语·····	(498)
第七章	文化生活·····	(499)
第一节	文学欣赏·····	(500)
第二节	奥妙无穷的音乐·····	(504)
第三节	中国戏曲·····	(508)
第四节	体育运动·····	(511)
第五节	摄影·····	(516)
第六节	书 法·····	(522)
第八章	家庭购置·····	(532)
第一节	购物原则·····	(532)

第二节 家具、炊具·····	(534)
第三节 家用电器·····	(537)
第九章 卫生与保健·····	(548)
第一节 环境卫生与健康·····	(548)
第二节 家庭、个人卫生与健康·····	(559)
后 记·····	(576)

生 产 篇

第 一 章 农 业

第 一 节 绪 论

农业是最古老的社会产业，是人类赖以生存、社会赖以发展的基础。中国是一个农业大国、人口大国，农业在国民经济中占有举足轻重的地位。党和政府历来都十分重视和关心农业、农村和农民问题，始终把发展农业和农村经济放在整个经济工作和现代化建设的首位，制订了一系列加快农业和农村经济发展的政策措施。特别是党的十一届三中全会以来，农村家庭联产承包责任制的实行，极大地调动了广大农民的生产积极性，使得长期为温饱而挣扎的农业获得了巨大发展，到 80 年代中期，基本解决了全国人民的温饱问题。自 1978 年至 1994 年的 16 年间，全国平均每年增产粮食 200 多亿斤，棉花 200 多万担，肉、蛋人均占有量已超过世界平均水平，水产品人均占有量接近世界平均水平。1978 年全国农民人均纯收入只有 133 元，到 1994 年达到 1200 元，扣除物价因素，实际增长 2.6 倍。

一 农业在国民经济中的战略地位

党和政府历来都十分重视农业、农村和农民问题。党中央在

50年代即指出，农业是国民经济的基础，并提出按农、轻、重次序安排国民经济计划的指导思想。邓小平曾多次告诫全党：“农业是根本，不要忘掉”，“九十年代经济如果出问题，可能出在农业上”，“农业上如果有一个曲折，三五年转不过来”。江泽民也强调指出：“在建立社会主义市场经济体制的过程中，要继续坚定不移地贯彻以农业为基础的方针，坚定不移地把农业放在经济工作的首位。”党和国家之所以高度重视农业，是由农业在整个国民经济中的极端重要地位决定的。农业的地位主要表现在五个方面。

1. 农业是人民基本生活资料的最重要来源。国以民为本，民以食为天，解决吃饭穿衣始终是国家经济工作的头等大事，是人类赖以生存的最基本的条件。如果农业出了问题，人类生存受到威胁，经济和社会发展就无从谈起。中国是一个有12亿人口的大国，吃饭问题尤为重要，中国人多地少，人均耕地只有1.19亩，我们以占世界7%的耕地，供养占世界22%的人口，农业的担子十分沉重，任务相当艰巨。随着城市的扩大，建设用地和人口的增加以及人民群众生活水准的提高，人地矛盾将愈益突出，对“米袋子”、“菜篮子”的要求越来越高，农业对于保障供给、繁荣市场、平抑物价、安定社会、稳定经济的意义更加重大。建国40多年的历史经验证明，什么时候粮食丰收了，农业状况比较好，经济就发展，社会就安定，国家的日子就好过；反之经济发展缓慢，人民生活困难，社会就不安定，国家的日子就难过。最明显的表现就是拉动物价的上涨。据有关资料表明，农产品价格每提高1个百分点，居民生活消费就提高0.6个百分点。1993年以来，市场物价居高不下，其中一个重要原因，就是我们的农业基础还比较脆弱，农副产品的有效供给不足。当前，全国每年减少耕地近900万亩，而人口则以每年1600万人的速度递增，农业要保证有效供给的不断增长，更不是一件易事。粮食是不易替代的特殊商品，中国作为一个人口大国，假如粮食生产出了问题，谁都救不了我们，必然影响社会的安定、政权的巩固。如果依靠外援吃

饭,必将影响到国家的自立、自强。因此,农业问题不仅仅是一个经济问题,更是一个严肃的政治问题。

2. 农业是为工业提供原料和资金原始积累的母体产业。工业发展的基础源泉在农业。农业对工业的支持,一方面表现在工农业产品价格剪刀差中包含着农业向工业提供的部分利润和积累;另一方面是农业从食品、原料到市场对工业的多方面的支持。这点,毛泽东早在1957年《在省市自治区党委书记会议上的讲话》中,就作了系统的阐述。建国以后,我国不但没有外援,而且在很长一段时间内受到重重封锁,作为社会主义国家,又不可能,也决不会走资本主义国家靠掠夺殖民地和国外资源、市场、资本来搞原始积累的路子,完成工业化进程,农业便成为我国资本积累的主要来源。自1953年开始工业化道路的实践,我们仅用了几十年的时间就完成了资本主义国家用上百年甚至几百年的时间才建立起来的门类齐全、结构比较合理的工业体系,农业对此作出了巨大、持久的贡献。据有关资料表明,1952年到1989年的38年间,国家通过农业税收和工农业产品剪刀差等直接和间接的形式,从农业部门聚集了7405亿元的净积累资金,相当于同期财政收入的22%。改革开放以来,虽然非农业部门为国家经济提供积累的能力已显著增强,但高速发展的工业依赖农业“输血”的格局并没有根本改变。近年来,农业为工业化发展提供的积累资金每年都在1000亿以上。因此,没有农业的积累,就没有工业的发展。同时,农产品又是工业特别是轻工业的重要原料。1990年全国工业净产值占到全部国民收入的45.8%,而其中29.8%是来自以农产品为原料的轻工业。目前,我国工业原料的40%,其中轻工业原料的70%,纺织业原料的40%来自农业,农业的丰歉直接影响到棉纺织、医药等同人民生活密切相关的工业产业的兴衰。近年来,棉花生产的滑坡给全国棉纺织业带来的严重影响就很能说明问题。

3. 农业生产直接制约社会总供给平衡。农业生产不仅制约

着社会有效供给，而且我国几十年的社会主义实践也告诉我们，它还直接制约我国社会总供给平衡，影响到社会的稳定。一般来讲，农业形势好，经济积累能力就强，投资规模就可以大一些，经济增长速度就可以高一些。如 1979—1984 年，我国粮食生产以年增 500 亿公斤的速度发展，带来了我国经济的全面、快速增长。而一旦农业生产滑坡或徘徊，经济积累能力下降。那么，为了保持总供给的平衡，就必须相应控制投资规模和社会总需求的增长，经济增长速度必然减缓。如 50 年代后期以破坏农业生产为代价的“大跃进”、“一大二公”，“文革”时期的“割资本主义尾巴”和“六五”后期“七五”初期放松农业生产的做法，结果都导致了经济发展的大起大落，诱发了一系列的社会问题，在一定程度上影响了社会的稳定。

4. 没有农业的现代化就没有国民经济的现代化。中国是一个拥有 12 亿人口的农业大国，80% 的人在农村。农村的状况如何，对全国关系极大。党的十四届五中全会确立了“九五”计划和 2010 年远景目标，到 2000 年，在我国人口将比 1980 年增长 3 亿左右的情况下，实现人均国民生产总值比 1980 年翻两番，人民生活达到小康水平。到 2010 年，实现国民生产总值比 2000 年翻一番，使人民小康生活更加宽裕，为下世纪中叶实现第三步战略目标，基本实现现代化，开创新的局面。实现这个目标，重点在农村，难点也在农村。邓小平曾经指出：“中国经济能不能发展，首先要看农村能不能发展，农民生活是不是好起来。”“如果不解决这百分之八十的人的生活问题，社会就不会安定的。工业的发展，商业的和其他的经济活动，不能建立在百分之八十的人口贫困的基础上。”我国农村有 70% 左右的劳动力从事农业，农民收入 50% 以上来自农业。可以设想，如果农业没有更大的发展，农村经济不能登上新的台阶，农民收入就不能较快增加，我国社会主义现代化建设的第二步和第三步发展目标就不可能顺利实现。从另一角度看，农村是最大的消费市场，农村市场需求状况对工业和国民经济增

长具有决定性影响。因此,没有农业的现代化就没有整个国民经济的现代化,没有农民的小康就没有全国人民的小康。

5. 重视和发展农业是世界经济发展的普遍规律。当今世界,无论哪个国家都十分重视农业,总是小心谨慎地对待农业。无论工业和现代科学技术如何发达,都注意保护农业,努力促进农业生产的稳定和发展。拥有世界一流工业技术的国家,也拥有一流的农业。农业是国际经济竞争十分激烈的一个行业,不少国家之间的贸易摩擦,都是由农产品引起的。各国之所以普遍重视农业,主要是因为农业是一项特殊产业,是与经济发展、人们生活关系最密切的产业,只要有了先进的农业技术和一定份额的市场,就会在国际竞争中争取主动,立于不败之地。当前,我们用市场经济体制代替计划经济体制,改变的只是生产的社会组织形式和资源配置方式,并没有改变工业和国民经济其它方面对农业的产业依存关系,没有改变农业在国民经济中的基础地位。因此,党和政府要求各级干部始终保持清醒的头脑,进一步提高对农业基础地位的认识,任何时候、任何情况下,都不可忽视农业。市场经济越是发展,越要强化农业这个基础。

二 加强农业基础地位、加快农业发展的措施

1993年10月至1996年1月,两年多的时间,中央召开了四次农村工作会议,每次会议都突出强调农业和农村工作的重要地位,制定和落实一系列加快农业发展的措施,推动农业农村经济不断跨上新的台阶。

1. 深化农村改革,不断解放和发展农村生产力。在稳定和完善家庭联产承包和统分结合双层经营体制的基础上,建立健全土地流转机制,规定“国有土地和集体所有的土地的使用权可以依法转让”,“四荒”土地使用权可以拍卖、租赁,促进了土地同其他生产要素的合理配置,促进土地经营向规模化发展,加快了农村社会分工;改革农产品流通体制,放开大多数农产品的经营,农产品市场有了较大的发展,土地、劳力、资金、技术等要

素市场正在形成，农民由单纯的生产者变成了相对独立的经营
者，成为市场主体；改革农业生产组织形式，实施产业化战略，
逐步由政府组织生产转向由农产品加工龙头企业组织生产，加强
产业协作、工农联合，较好地解决了分散经营与规模效益，小生
产与大市场的矛盾，促进了农业向专业化、社会化、现代化的发
展；改善国家对农业的宏观调控方式，逐年减少了指令性计划，
越来越多地运用经济、法律和信息的手段管理农业，在一定程度
上避免了农产品市场的大起大落，降低了农民进入市场的风险，
等等。农村综合配套改革，进一步调动了农民的生产积极性。

2. 制定和落实农业保护政策，维护农民利益。国家制订了
《农民负担管理条例》，提出了农民负担的“约法三章”，实行农
民负担法制化管理，将“三提五统”严格控制在上年农民人均纯
收入的5%以内，清理“三乱”，严格管理农民劳动积累工和义
务工；根据社会物价水平提高农副产品收购价格，实行粮油收购
保护价制度，消灭收购农产品打“白条子”现象，兑现国家定购
“三挂钩”政策；实行农业生产资料限价供应，农药、化肥专营
政策，整顿生资市场，严厉打击制售假冒伪劣生资及哄抬物价的
行为，降低农业生产成本；依法制定基本农田保护区和粮油保护
区，遏制乱占滥用耕地现象。

3. 切实加大投入，增强农业发展后劲。江泽民指出：“宁肯
暂时少上几个工业项目，也要保证农业发展的迫切需要。”为确
保农业投入的不断增加，《农业法》作了明确的规定，要求国家
财政每年对农业总投入的增长幅度应当高于国家财政经常性收入
的增长幅度；县级以上各级人民政府应当按照国家有关规定设立
农业发展、育林、水利专项建设等各项农业专项基金；中央规定
农业贷款要高于各项贷款平均增长率，同时建立了农业发展银
行，保证农业政策性贷款的落实；国家鼓励和引导多渠道投入，
农村合作基金会作为农民的社区性合作经济组织在农业投入方面
发挥了较大的作用；“水利是农业的命脉”，农业投入重点向水利