

人身出现的哪些变化属于正常现象?

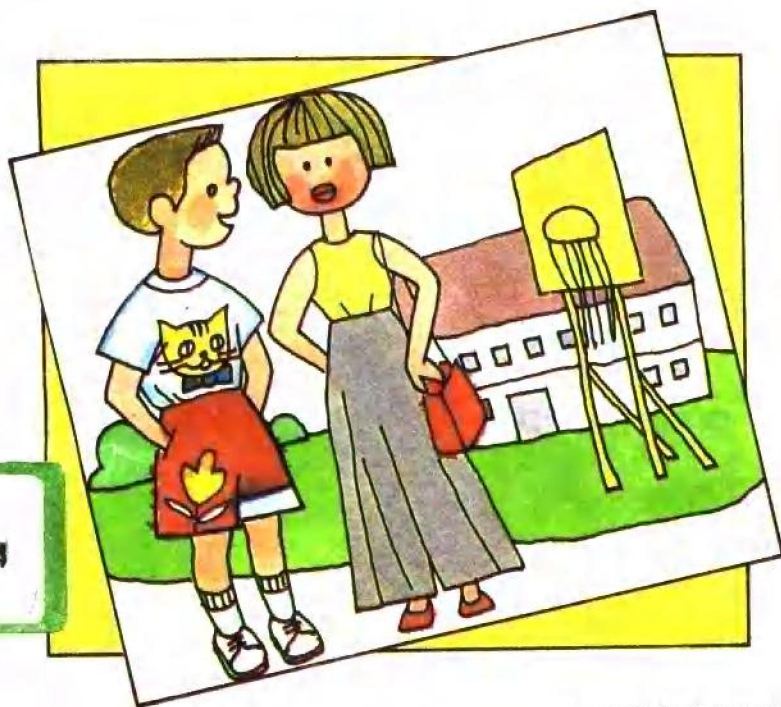
躯体发生的哪些异常属于病变征兆?

你能说得清楚,还是一知半解?

《家庭医生指南》丛书为您解难答疑

青春期300问

吴玉兰 马智



.5-44

天津科学技术出版社

95
R161.5-44

1

2

●家庭医生指南丛书●

青春期 300 问

吴玉兰 曹凤英 殷宗福
朱虹 孙峰 周之海 编著
范庆春 马智 樵策
韩彩芝 孙爱励

X211176/03



3 0092 1669 2

天津科学技术出版社



C

138943

津新登字(90)003号

责任编辑:刘 昆

●家庭医生指南丛书●

青春期 300 问

吴玉兰 曹凤英 殷宗福
朱 虹 孙 峰 周之海 编著
范庆春 马 智 樵 策
韩彩芝 孙爱励

*

天津科学技术出版社出版
天津市张自忠路 189 号 邮编 300020

天津新华印刷三厂印刷
新华书店天津发行所发行

*

开本 787×1092 毫米 1/32 印张 7.5 字数 148 000

1994 年 10 月第 1 版

1994 年 10 月第 1 次印刷

印数:1—6 500

ISBN 7-5308-1611-X
R·445 定价:6.00 元

编委名单

主 编 郭 仓 吴宗璘

副主编 周礼智 王凤楼

编 委 (按姓氏笔画排列)

任美书 杜卫京 周喜民

张 蕴 张广明 寇秀荣

雷彭年

●前 言●

为了促进实现我国在 2000 年人人获得自我保健的伟大目标,天津科学技术出版社特组织天津医学院附属医院等的部分医务工作者编撰了这部《家庭医生指南》卫生科普小丛书。旨在使广大群众对常见病,多发病的症状、病因、紧急对策及如何配合医生诊治和疾病防治等常识有所了解,以便在身体发生不适时能区别出哪些是正常的生理变化,哪些是异常的病态表现,进而运用所掌握的知识对疾患做出大致的判断并对症处理(尤其对突发病、危重病的及时处理,更有争取时间,赢得生命的效果)。藉此达到我国广大人口能进行自我保健,自我防治,以科学方法维护身心健康和实施疾病防治的目的。使城乡每个人、每个家庭都具有良好的卫生保健习惯,不断增强体质,从而提高整个中华民族的健康、文明水平。

本书在编写的取材和行文上尽量从广大群众的实际需要和接受能力出发,以疾病症状为主,用问答形式由浅入深地予以阐述,做到通俗易懂,力避医学术语,既让广大群众明白道理,也让大家知道怎么办好。但也考虑到普及和提高的需要,把目前一些国内外先进的医学防治知识和当前正在实际运用的一些疾病防治措施予以介绍。在本书编写中,由于编者业务匆忙,加之缺乏科普创作文笔,故有些力不从心之处,即在阐述中仍有未摆脱论文格局或专业用语的痕迹。此外,由于水平

所限,内容上难免有不当或错谬之处,尚希同道及读者予以指正。

天津医学院附属医院教授 吴宗璘
中国科普作家协会科普作家

少男少女篇

什么叫青春期	(3)
为什么要进行青春期保健	(3)
青春期会出现哪些问题	(4)
青春期会出现哪些异常现象	(4)
什么叫青春期的第二反抗期	(5)
父母的离异对青少年的身心健康有影响吗	(5)
为什么说家庭和睦对青少年的成长有重大关系	(6)
青年广交朋友对他们的健康成长有好处吗	(6)
怎样帮助青年提高分清是非的能力	(7)
男性青春期有什么特点	(7)
女性青春期有什么特点	(7)
青春期为什么要坚持测基础体温	(7)
女青年什么年龄带胸罩合适	(8)
为什么说女孩子束胸、紧腰害处多	(8)
什么叫“心理健康”	(8)
“癯病性格”的青少年可以改变吗	(9)
心理卫生包括哪些内容	(9)
文明礼貌方面也体现青年的心理卫生吗	(10)
学习与记忆也能体现青年的心理卫生吗	(10)
求学待业也能影响青年的心理卫生吗	(10)
在与人相处方面,也能反映青少年的心理健康吗	(11)

什么叫变态恐惧	(11)
如何消除变态恐惧	(11)
青年人怎样讲究心理卫生	(12)
青少年良好的情绪是怎样培养的	(12)
坚强的意志是先天的吗	(13)
口吃与心理因素有关吗	(13)
怎样消除青少年的自卑心理	(14)
怎样消除青少年的猜忌心理	(14)
青春期发育的特征有哪些	(14)
什么叫“自我意识”	(15)
父母为什么要和处于青春期的孩子交朋友	(15)
男孩子什么时候开始变音？应该注意什么问题	(15)
人体生长过程中，哪几个阶段变化最富有特征	(16)
青年人为什么要爱惜生殖器	(16)
为什么有的小儿发育早	(17)
为什么说睡眠充分可使青少年生长发育更好	(17)
青少年每天的睡眠应是多少小时	(18)
怎样使青少年的大脑发育更好	(19)
个子矮的青年，坚持锻炼能长高吗	(19)
为什么反对青少年饮酒	(20)
男青年勒腰好吗	(20)
青春期的少女，经常穿高跟鞋好吗	(20)
青少年的正常心率是多少	(21)
心率越慢说明心功能越好吗	(21)
青少年有患冠心病的可能吗	(22)
青少年的正常血压是多少	(22)

男孩的心率和女孩的心率有差别吗	(22)
青少年的正常肺活量是多少	(23)
剧烈活动后大量饮水有好处吗	(23)
青少年为什么不要暴饮暴食	(24)
为什么青春期来临,青少年的饮食量增大,甚至超过成人	(24)
青少年到什么时期抗病能力才健全	(25)
同样年龄,为什么男孩比女孩力气大	(25)
青年人适当地献血对身体有害吗	(25)
青少年的智力是怎样形成的	(26)
什么是智力测定	(26)
有智力超常的青少年吗	(26)
智力超常的青少年与同龄人相比有什么特点	(27)
智力超常的青少年会早衰吗	(27)
人的大脑是越用越好吗	(27)
为什么说年轻时努力学习,对开发大脑智力资源有重要意义	(28)
怎样增强青少年的记忆力	(28)
多吃鸡蛋能提高青少年的记忆力吗	(29)
青少年如何衡量自己记忆力的好坏	(29)
哪些记忆术可以提高青少年的记忆力	(30)
怎样消除考试前的紧张情绪	(30)
什么叫“人格”	(31)
怎样培养青少年健全的“人格”	(31)
怎样正确对待青少年的“自尊心”	(31)
为什么说不稳定的情绪会影响青少年的健康	(32)

有些青少年容易生气(愤怒)怎么办	(32)
有些青少年容易胆小(恐惧)怎么办	(33)
青春期为什么要加强饮食营养	(33)
多吃水果蔬菜对青少年健康发育有益吗	(34)
多吃“素食”的青少年聪明吗	(34)
为什么有的青少年会出现腿骨弯曲、胸骨下陷	(35)
有些女青年为了身体苗条而“减食”好吗	(35)
青少年不吃早餐好吗	(36)
为什么从骨骼的成长情况能看出人体的发育是否成熟	(36)
怎样保护自己的皮肤	(37)
缺锌的青少年有什么表现	(37)
锌主要是从哪些方面得到补充	(38)
为什么要提倡青年人语言美	(38)
为什么要提倡青少年参加一些适当的家务劳动	(38)
青年人经常到大自然中旅游,对身心健康有什么好处	(39)
影响青少年身体发育的因素有哪些	(39)
为什么进入青春期后,女性的生殖器才能迅速发育	(40)
何谓“阴阳人”	(40)
人的生殖器官为什么到了青春期才能发生突变	(41)
男子的“第二性征”是指什么而言	(41)
女子的“第二性征”是指什么而言	(41)
女青年到什么时候,卵泡的发育到达高级阶段	(41)
男女的骨盆什么时候开始有差别	(42)

我国女孩的初潮年龄是多大	(43)
女子的“性早熟”是怎么回事	(43)
女性青春期发育的可靠信号是什么	(43)
为什么少女经期要补充动物性食物	(43)
地区的不同,气候的冷热对月经有影响吗	(44)
少女在经期应注意哪些事项	(44)
月经初潮到来的年龄,与家庭中子女的多少有关系吗	(45)
为什么月经前少吃盐	(45)
月经期参加体育运动有害吗	(45)
对女青年为什么要进行初次月经前的教育	(46)
为什么说青春经期卫生对日后生儿育女有直接影响	(46)
为什么有的女子到青春期后仍不来月经	(46)
“处女膜”真的那么神秘吗	(47)
到了青春期,为什么男孩有遗精现象	(47)
怎样治疗频繁遗精	(48)
“性意识”产生哪些现象	(48)
“性知识”对青年人有什么好处吗	(49)
青春期内主动和异性接近是正常现象吗	(49)
男孩、女孩对性反应有什么不同	(50)
青少年性心理是怎样表现的	(50)
何谓性道德	(51)
为什么要对青少年进行性教育	(51)
性教育包括哪些内容	(52)
什么叫“性早熟”	(52)

什么叫“向异性早熟”	(52)
什么叫迟发育	(53)
有正常的迟发育吗	(53)
青年人什么时候出现青春性意识	(53)
为什么说爱情是青年人克服自身缺点形成宝贵的个性 品质的重要因素	(54)
为什么正处在学习阶段的青年学生不能过早谈恋爱	(54)
为什么说人类的性欲与高等动物的性欲有本质的区别	(54)
为什么要反对所谓的“性开放”、“性解放”和“性自由”	(55)
性生理知识包括哪些内容	(55)
性心理知识包括哪些内容	(55)
为什么到了青春期脸上易长“青春痘”	(56)
怎样治疗“青春痘”	(56)
为什么女青年易患“狐臭”	(57)
怎样消除“狐臭”	(57)
为什么青春期发育后,近视眼发生的可能性增加	(58)
怎样预防青少年近视	(58)
哪些食物可以提高青少年的视力	(59)
什么叫假性近视? 什么叫弱视	(59)
什么是智齿	(60)
“智齿”是智慧的象征吗	(60)
怎样预防青少年的龋齿	(60)
怎样保护好牙齿	(61)

怎样保护青少年的听力	(61)
造成青少年耳聋的原因有哪些	(62)
药物性耳聋可以治愈吗	(62)
怎样保护头发	(63)
“少白头”是怎么回事	(63)
“鬼剃头”是怎么回事	(63)
为什么说青春期与人体一生的健康长寿有关	(64)
为了提高记忆力多吃“补脑药”有好处吗	(64)
什么是“青春期消瘦症”	(65)
为什么女子进入青春期易患贫血	(65)
青春期“多屁症”是怎么回事	(66)
什么叫“心身症”	(66)
什么叫“精神变态反应”	(66)
青春期为什么容易患精神分裂症	(66)
哪些人易患“歇斯底里”	(67)
精神分裂症分几种类型	(67)
什么是“青春期营养性侏儒综合征”	(67)
什么叫“神经性厌食”	(68)
哪些人易患“神经性厌食”	(68)
为什么有的女青年会出现胡须及浓密的体毛	(69)
什么叫“侏儒症”、“巨人症”	(69)
什么叫“青春期高血压”	(69)
“青春期高血压”需要治疗吗	(70)
类风湿关节炎好发于哪些人	(70)
类风湿关节炎可以治愈吗	(71)
青春期为什么会出现关节疼	(71)

什么叫“青春期脊柱侧弯”	(71)
什么叫臭鼻症	(72)
梦恋症是怎么回事	(72)
什么叫青春期的性变态	(73)
什么是“恋物癖”	(73)
什么是“恋亲癖”	(74)
什么是“窥身癖”	(74)
什么是“秽物癖”	(74)
什么是青春期“月经困难症”	(75)
什么叫“倒经”	(75)
为什么说“痛经”是女青年青春期的“一过性”症状	(75)
什么叫青春期月经不调	(76)
什么叫“月经前期紧张症”	(76)
为什么在青春期可出现功能性子宫出血	(77)
什么叫“闭经”	(77)
造成闭经的原因有哪些	(78)
外阴出现白斑就是癌变吗	(78)
有“白带”是正常现象吗	(78)
外阴发生溃疡怎么办	(79)
未婚女青年也可能患生殖器肿瘤吗	(79)
“幼稚子宫”可以治愈吗	(80)
女性汗毛增多可以变成男的吗	(80)
什么叫青春期周期性精神失常	(80)
什么是青春期甲状腺肿大	(81)
少女乳头凹陷怎么办	(81)
为什么青年女性易患乳房肿瘤	(81)

为什么女性易患尿路感染	(82)
功能性低热是怎么回事	(82)
青年人慢性低热常见哪些疾病	(83)
什么是危险三角区	(83)
青年人症状性高血压常见于哪些疾病	(84)
青年人患胆囊结石怎么办	(84)
为什么青年人要改掉不进早餐的习惯	(85)
青年人颈部肿大就是甲亢吗	(85)
青年人出现阴囊外伤性血肿怎么办	(86)
青年人患附睾炎有哪些症状	(86)
四肢皮肤出现红线是怎么回事	(87)
乳房纤维腺瘤是怎么回事	(87)
青年人肋软骨炎是怎么回事	(87)
青少年鼻出血的常见原因及部位有哪些	(88)
什么是鼻出血的简单自止法	(88)
青年扁平疣能治疗吗	(89)
手足裂口怎么办	(90)
萎缩纹在青春期发生吗	(90)
青春期为什么长“青春痘”	(91)
怎样预防滴虫性阴道炎	(91)
出现哪些症状时应警惕有肿瘤存在	(92)
青年人患了脑震荡怎么办	(93)
怎样治疗头痛	(93)
神经衰弱是怎样发生的	(94)
青年人患了神经衰弱怎么办	(94)
嘴歪眼斜是怎样发生的	(95)

癔症患者精神症状的起因是什么	(95)
晕厥是怎么回事	(96)
青春期会发生哪几种晕厥	(96)
青少年为什么要禁看黄色书刊及录像	(96)

婚前咨询篇

结婚应具备哪些生理条件?	(101)
影响婚育的主要因素有哪些?	(102)
婚前检查有何意义,如何进行婚前检查?	(104)
遗传性疾病对婚育有何影响?	(106)
患哪些遗传性疾病不宜结婚?	(107)
患哪些遗传病不应该生育?	(108)
哪些遗传病应控制子代性别?	(110)
何谓血亲,何谓直系血亲和旁系血亲?	(111)
婚姻法中规定的“三代以内旁系血亲禁止结婚”是指哪 些关系?	(112)
怎么衡量亲缘关系的远近?	(113)
什么是同胞、半同胞和异父(或异母)同胞?	(114)
什么是近亲、近亲婚配有什么危害?	(114)
男方之父与女方之母是姑表兄妹,此二人可以结婚吗?	(117)
我和恋人是姨表兄妹,能结婚吗?	(117)
同母异父(或同父异母)的兄妹可以结婚吗?	(117)
异父异母兄妹能结婚吗?	(117)
我与收养的妹妹可以结婚吗?	(118)
我与舅表姐的儿子可以结婚吗?	(118)

汉族和少数民族可以结婚吗?	(118)
我国大陆公民与港澳地区同胞或海外华侨可以结婚吗?	(119)
中国公民可以和外国人结婚吗?	(119)
血型不同对婚育有影响吗?	(120)
我是O型血,男朋友是A型血(或B型血或AB型血), 我们能结婚吗?	(122)
Rh因子阴性妇女寻找配偶时应注意什么?	(123)
双方都是呆小病患者能结婚吗?	(125)
双方都是垂体侏儒症能结婚吗?	(125)
为什么重度智力低下的双方不宜结婚?	(126)
找个智商高的人做配偶,将来孩子就聪明吗?	(126)
近视会遗传吗?	(127)
色盲会遗传吗?	(128)
先天性聋哑人能够结婚吗?	(129)
先天性唇腭裂对婚育有何影响?	(131)
一方患白化病能结婚吗,婚后在生育方面应注意什么?	(132)
一方患血友病可以结婚吗,婚后生育应注意什么?	(132)
与癌症病人的子孙婚配会殃及子女吗?	(135)
阴茎过大或过小对婚育有何影响?	(136)
阴茎弯曲者能否结婚?	(137)
隐匿阴茎患者能结婚吗?	(137)
双阴茎者能结婚吗?	(138)
什么是先天性阴茎扭转,对婚育有影响吗?	(138)