



HUNAN NONGCUN WENKU

◆ 李建军 / 编
◆ 湖南科学技术出版社
◆ 湖南人民出版社

当婚当嫁的时候



67
5

湖南农村文库

当婚当嫁的时候

编 者：李建军

责任编辑：石 洪

出版发行：湖南科学技术出版社
湖南人民出版社

社 址：长沙市展览馆路 66 号

印 刷：湖南省新华印刷三厂

(印装质量问题请直接与本厂联系)

厂 址：长沙市韶山路 158 号

邮 编：410004

经 销：湖南省新华书店

出版日期：1999 年 1 月第 1 版第 1 次

开 本：787mm×1092mm 1/32

印 张：3.75

字 数：74000

印 数：1—6050

书 号：ISBN 7—5357—2520—1/S·367

51 册套价：249.90 元 (本册 4.90 元)

(版权所有·翻印必究)

·《湖南农村文库》编委会·

顾 问：郑培民 胡 彪 庞道沐

主 任：文选德

副主任：陈满之 陈祥成 周阳生 瞿宝元

胡先银 张英维 张光华

委 员：包树珣 吴爱华 丁来文 朱建纲

胡忠雄 尹大椿 杨敬东 朱三平

蒋祖煊 成云东 张树清 熊治祁

汪 华 颜长庚

关注田野

——《湖南农村文库》总序

当我们满怀信心准备迈进又一个千年之门时，中国改革开放 20 年展现的一幅幅壮美画卷令世人瞩目。蓦然回首，我们为之骄傲；昂首展望，我们充满憧憬！

在历史的长河中，20 年仅仅是一个瞬间，但对中国这个长期徘徊在农业文明的国家来说，这 20 年所走过的路却是如此的不平凡。源于农民伟大创造的家庭联产承包责任制极大地解放和发展了生产力，农民的主动性、积极性和创造精神得到了空前的发挥；乡镇企业异军突起，农村经济实力不断壮大，农民生活水平迅速提高；生产方式、生活方式正在改变，价值观念正在更新，科技思想、市场观念、开放和法制意识逐步增强，农村和农民发生了令人欣喜的巨大变化。然而，无须讳忌，摆在人们面前的另一方面的事实同样令人惊诧：地区发展不平衡；城乡差别在扩大；农民的科学文化素质还很低，闯市场、致富奔小康的本领还不高，全国还有数千万农民尚未“脱贫”。对于湖南来说，更是需要给予关注，湖南农村人口占全省人口的 80% 以上，土地肥沃，资源丰富，但资源的综合利用和农产品的深度开发不够，农村经济效益偏低，农民收入增长缓慢，全省至今仍有 290 多万人没有“脱贫”，文盲和半文盲在成年农民中也

还占有较大比例，农民素质亟待提高。

农村的相对贫困，固然源于经济发展水平的落后，同时又是文化落后的必然结果。摆脱贫穷，走向富裕，既要改善经济条件，更要提高农民的思想道德和科学文化素养，使他们适应市场经济的规范和运作方式，实现从传统向现代、从封闭向开放的根本转变。可以毫不夸张地说，农民自身素质不提高，脱贫致富就没有希望，即使一时一地脱了贫，也仍然存在返贫的可能性。从一定意义上讲，精神上的贫困比物质上的贫困更加可怕。因此，文化扶贫就成了扶贫工作的重要内容，也是引导农民脱贫致富的前提条件。

去年，在省委、省政府领导高度重视和各方面的大力支持下，省文化扶贫委员会正式成立了。一年来，省文化扶贫委员会按照实施文化扶贫工程、总结文化扶贫工作经验，指导、协调全省文化扶贫工作的服务宗旨，配合全省农村精神文明阵地建设“五个一工程”（乡镇一个文化站、一个广播站、一个图书室、一个业余剧团、一个电影队；村级一个学习室、一个广播室、一个图书室、一个文艺活动室、一个篮球场）的实施，不断推出文化扶贫项目，加大文化扶贫力度，做了一些实实在在的工作，使农村精神文明建设不断朝着务实、规范、有序的方向发展。

现在，农民普遍反映，书店里、地摊上书很多，但真正适合农民口味、适应农业和农村需要的书却很少，而随着农村物质生活条件的改善，农民对精神文化生活提出了越来越高的要求，为了满足农民群众日益增长的精神文化生活的需要，为农民提供更多、更好的精神食粮，这次省文化扶贫委员会又推出了《湖南农村文库》大型系列丛书，这套丛书以邓小平理论和党的十五大精神为指导，立足于当前湖南农业生产和农民生活

的实际需要，突出农业、农民、农村特色，既有农业科技方面的，又有农村社会文化方面的，作者在写作上，始终坚持内容简明扼要，论述通俗易懂的原则，注重操作性，直接回答农民所关心和需要解答的问题，力求使农民看得懂、学得会、用得上、买得起，帮助农民增强脱贫致富的本领，懂得生活做人的道理。出版这套丛书，是我省文化扶贫工作的重要举措，也是全省农村精神文明建设的一件实事、好事，必将在三湘大地产生深远的影响。作为农民的儿子，我为此事感到特别高兴。同时也相信，这套丛书的出版，一定会得到广大农民朋友的热烈欢迎。借此机会，希望全省各级党委宣传部门、文化扶贫委员会的成员单位、农业和农村工作部门、全省各级新华书店发挥各自的优势，宣传好、发行好、使用好这套丛书，使之进入全省乡村图书室，进入千千万万农户家中，让更多的农民了解它、学习它，真正成为农民生活的伙伴，致富的帮手。

农业、农村和农民问题，始终是中国革命和建设的关键问题。铁的事实反复昭示人们：没有农村的小康，就没有全社会的小康；没有农村的稳定，就没有全社会的稳定；没有农村的文明，就没有全社会的文明；没有农村的现代化，就没有全社会的现代化。让我们更密切地关注田野，让它永远充满生机，永远充满希望！

是为序。

文选德

1998年10月于长沙蓉园

目 录

当婚当嫁的年龄	(1)
● 婚嫁的最佳年龄	(1)
● 应在身体发育成熟后才结婚	(2)
● 婚育年龄与母亲健康	(3)
● 婚育年龄与婴儿健康	(4)
● 婚育年龄与事业	(4)
婚嫁对象的选择	(6)
● 他和她可以婚配吗	(6)
● 什么叫近亲	(7)
● 近亲结婚的危害	(7)
● 婚前咨询	(8)
● 婚前必须进行检查	(9)
● 应暂缓结婚者	(9)
● 可以结婚,但不宜生育者	(10)
● 需限制生育性别者	(10)
● “石女”不能结婚吗	(11)
● 未婚女子处女膜破了一定是不贞洁吗	(12)
● 霉菌不等于梅毒	(12)
● 婚前体检发现滴虫性阴道炎怎么办	(14)
● 婚检发现一方为乙肝表面抗原阳性怎么办	(16)

● 包茎与包皮过长的危害	(17)
● 精索静脉曲张会影响生育吗	(18)
● 隐睾是怎么回事	(18)
遗传咨询	(20)
● 什么叫遗传咨询	(20)
● 谁应接受遗传咨询	(21)
● 何时何处进行遗传咨询	(21)
● 什么是遗传病	(22)
● 什么是先天性疾病	(22)
● 先天性疾病都是遗传病吗	(23)
● 遗传病和先天性疾病的预防	(23)
● 哪些缺陷对婚育无影响	(24)
● 常见多基因遗传病的子代发病率	(25)
性知识和性卫生	(26)
● 女性的性器官	(26)
● 男性的性器官	(28)
● 妇女为什么会有白带	(30)
● 什么是正常白带	(31)
● 什么是月经	(31)
● 月经期卫生	(32)
● 如何计算月经周期	(32)
● 正常月经的出血量及性质如何	(33)
● 月经期可以洗澡吗	(33)
● 女性的性生理特点	(34)
● 女性的性感应	(37)
● 男性的性生理	(38)
● 男性的性感应	(40)

● 性生活的“时间差”	(40)
● 性生活的“性别差”	(41)
● 男女性反应的四个阶段	(43)
● 婚前性生活的害处	(49)
● 适宜的性生活环境	(50)
● 和谐的性生活	(50)
● 新婚之夜	(55)
● 什么叫“蜜月病”	(56)
● 蜜月旅行的保健“导游”	(57)
● 性交前应洗下身	(59)
● 经期房事可致百病	(60)
● 房事频率	(60)
● 清晨房事不利精力恢复	(62)
性功能障碍	(63)
● 性兴趣减少与性快感缺乏	(63)
● 性恐惧	(64)
● 性交疼痛和阴道痉挛	(65)
● 有性欲时阴茎不能勃起	(67)
● 过早射精	(68)
● 不射精或射精无力	(69)
生育时间的选择	(70)
● 最佳生育年龄	(70)
● 18岁以前不能怀孕	(71)
● 婚后多长时间怀孕好	(72)
● 怀孕的季节	(72)
● 患哪些疾病时不宜受孕	(73)
孕前准备	(75)

● 孕前半年做准备	(75)
● 创造和谐的家庭气氛	(75)
● 夫妻共学妇幼保健常识	(76)
● 预防接种	(76)
最佳受孕时机	(78)
● 生物钟的高潮期	(78)
● 人体的体力、情绪、智力三节律	(79)
● 妻子排卵日的计算	(80)
● 夫妻总天数的计算	(82)
● 计算排卵日在体力、情绪、智力三节律中的位置	(83)
● 确定排卵日处于三节律高潮、低潮或临界的线哪一期	(83)
● 受孕时的若干禁忌	(85)
● 婚后两年未孕怎么办	(85)
新婚避孕	(87)
● 最常用的男用避孕方法	(87)
● 避孕套的使用方法	(88)
● 使用避孕套失败的原因及补救措施	(89)
● 常用的女用避孕方法	(90)
● 新婚避孕措施的选择	(90)
● 新婚避孕是否影响以后生育	(92)
● 避孕的最好方法	(93)
● 上环后的注意事项	(94)
● 长期置环对妇女健康无影响	(95)
● 选择适合自己的避孕药	(96)
● 长效口服避孕药的用法	(96)
● 长效避孕针的用法	(97)

● 避孕药皮下埋植剂	(98)
● 阴道避孕药环	(99)
● 阴道用药避孕法	(99)
● 安全期避孕法	(101)
● 阴道隔膜避孕法	(101)
● 避孕宫颈帽	(102)
● 第一胎人流应慎重	(102)

当婚当嫁的年龄

我国婚姻法中明确规定了男女结婚的法定年龄,因为只有在这个年龄,男女生长发育等各方面才完全成熟。成熟后结婚,不仅对男女对方及其后代有利,而且对于个人事业的成功,乃至国家的兴旺发达也有非常重要的影响。由此看来,选择合适的结婚年龄,是恋爱男女应当慎重考虑的一个问题。

● 婚嫁的最佳年龄

俗语说:“男大当婚,女大当嫁。”婚姻问题,是青年们普遍关心的大事。究竟多大年龄结婚合适?是晚婚好,还是早婚好呢?

我国婚姻法规定,结婚年龄,男不得早于 22 周岁,女不得早于 20 周岁。从医学的角度看,男女结婚的最佳年龄:女子应该在 23 周岁以后,男子要满 25 周岁。在这个年龄后结婚称为晚婚,不到这个年龄结婚,称为早婚。晚婚是相对于早婚来说的,并不是“为时过晚”的意思。晚婚有益于青年的身体健康,有益于妇女保健及第二代的健康和教养,也有利于个人事业的成功与国家的建设。在此,特别提醒广大青年朋友应慎重地决定自己当婚当嫁的年龄。而选择晚婚年龄结婚是最佳的年龄。

● 应在身体发育成熟后才结婚

人们常常认为,一个人结婚了,就已经成熟了,能够成家立业,能够承担起责任。这就告诉我们,一个人应该在自己身体发育成熟后结婚才好。医学研究表明,5岁以内,全身发育平均完成40%,5~10岁达到65%;而余下35%的发育,在10~20岁左右可基本完成,而有的发育,要到20岁以后才能完成。例如,骨头的发育,大腿骨内部结构的生长,一直要到30岁才能终止。附着在骨头上的肌肉完全成熟,也大约是在这个年龄,我们的头颅骨,最结实不过了吧?它在人刚出生时可称得上是“四分五裂”的,由45块骨片拼合而成,而它们的骨化最后完成,合并成双块,一直要到成年时期,头颅底面的各骨块、直到25岁才开始有软骨把它们连在一起。

那么,女子来月经,男子有遗精,是不是就说明,生殖器官已经发育成熟了呢?并非如此。月经和遗精,只是生殖功能开始发育的信号,并不是完全发育成熟的标志。拿卵巢来说,在月经初次来潮之后,至少还得需一、二年或二、三年才能成熟。刚刚成熟的卵巢,它所产生的女性激素,不仅量不足,浓度也很低,与完全成熟后的激素水平是有相当差距的。

这些都说明,全身发育完成,需要有一个比较长的时间过程。一个尚未完全发育成熟的青年,忙着结婚、生孩子,对全身的继续发育显然不利;对全身各脏器也是个极大的负担。只有在身体发育成熟以后结婚,才能保障自己和子女的健康。

过早结婚,对性的要求往往缺乏节制,因为青少年的大脑还不够充分发育,是以兴奋占优势的,而抑制力较弱。过度的性行为,会使大脑性中枢经常处于兴奋状态,脊髓神经的性中枢也会

负担过重,结果将产生性的功能过早衰竭,可出现阳萎、早泄等。晚婚就没有这些弊害,因为这时全身发育成熟,精力充沛,大脑也发育完善,兴奋和抑制处于平衡的状态,夫妇之间性生活就会更加和谐。

● 婚育年龄与母亲健康

早婚,既对妇女极为不利,也对下一代的健康与教养有损。妇女肩负生育重担,一个成熟的卵子,它的重量,原是微不足道的,只有 0.0000005 克,受精后与精子结合形成受精卵,约 280 天的孕育,就成长为一个重量达 2500 克至 4000 克之间的初生婴儿,这全部骨肉的生长,全都是在母体内孕育的,由母体供应各种营养。如脂肪、蛋白质、葡萄糖、钙、维生素等,而且随着胎儿成熟,对这些物质的需求量也会越来越多。这重担,全部只能落在母体上。

妇女怀孕以后,内脏的负担都加重了。根据医学观察,未怀孕时的心脏,每分钟的排血量只有 4.8 升,可是怀孕到第 2、3 个月,增加至 7.8 升;到 6~7 个月,高达 7.9 升,到足月分娩前,虽然稍有下降,但也有 6 升之多。最近的研究还表明,妊娠最后几周心脏排血量的下降,其实是由于仰卧位测量所造成的假象,实际上并不下降。且不管这些争论,一般认为怀孕的母体心脏,每分钟工作量要比平时增加 64%,这还是怀孕期间的心脏负担,如果一到临产,孩子快出生了,子宫阵阵收缩,那时的心脏负担便更加繁重,需额外增加 15%~20%。不难看出,母体心脏的负担是多么沉重啊!心脏如此,肺、肾、肝、脏等主要脏器,也同样要增加工作量,担子真是不轻。一个年轻早婚的女子,她自己的身体尚需发育成熟,怀孕后如此双重负担,怎么承担得起?因

此,对于身体的健康,可说是一个沉重的打击!难怪不少早婚妇女,产后身体往往十分虚弱,甚至还发生不少病症,如宫颈炎、盆腔炎、月经不调、子宫下垂及宫颈癌等。这些务必引起年轻女子的重视。

● 婚育年龄与婴儿健康

科学家发现,父母年龄在16、17岁左右所生的孩子,是“高度不正常”的婴儿。医学上称这样的怀孕为“高度危险的妊娠”。这种“高度不正常”的婴儿,一生下来,就可能有病症,如先天畸形、个子瘦小、呼吸不好、神经系统有毛病、肝脾肿大等等。这样的孩子,成活率低。即使存活,将来体格与智力上的发育也可能不正常,成为家庭与国家的沉重负担。

“高度危险的妊娠”是指可能发生流产、早产、死产或者死胎、不正常胎儿等的妊娠。引起“高度不正常”胎儿的原因虽然较多,但母亲年龄过轻,是其中的常见原因之一。曾有学者调查了781个“高度不正常”的婴儿,因母体过于年轻而引起的竟达24%。20岁左右怀孕的妇女中流产数可高达21.1%。这说明,母亲本身的发育还未成熟时,她所怀的孩子必然问题很多。

当前,我国政府执行了计划生育政策,每个家庭只能生一个孩子。要做到孩子生一个,活一个,壮一个,教好一个,就要提倡晚婚,在父、母身体发育成熟后才结婚、生育。

● 婚育年龄与事业

青年时期正是增长才干、获得知识技能的大好时期,同时,又是对国家作出积极贡献的重要阶段。17岁至30岁,是大脑

智力发展的高峰,是学习的重要时刻,这时精力最充沛,体力最旺盛,能够胜任任何艰难困苦的工作。如果在这个时期集中精力工作和学习,则能为自己事业的成功打下坚实的基础,对社会作出更大贡献。相反,如果这时过早结婚,将会分散精力,使学习和工作都受到影响。妇女早婚,受家庭的牵累更多,影响更大,因为生育的负担,使体力和精力的消耗增加,不利于妇女积极投入社会工作,完善自我。所以,从事业上看,年轻人以晚婚、晚育、计划生育为好。

婚嫁对象的选择

“千里姻缘一线牵”、“有情人终成眷属”，但幸福美满的婚姻，不只是“情缘”，还必须科学地选择配偶与结婚时机。违背科学规律而贸然结合，势必喝下自己酿成的苦酒。年轻的朋友们，千万注意，切莫给自己埋下“既知今日，何必当初”的隐患。

● 他和她可以婚配吗

一般来说，青年男女在选择配偶时，首先要了解的是对方的年龄、身体健康状况、文化程度、职业等基本情况。其实更重要的是应从优生的角度进行初筛。医学上规定不宜婚配者有以下三种情况：

1. 重度遗传性智力低下。如：先天愚型，重度克汀病（多基因遗传），精神分裂症和/或躁狂抑郁性精神病现病患者（多基因遗传病）。
2. 直系血亲或三代以内旁系血亲之间。
3. 患精神分裂症，躁狂抑郁精神病，分裂情感性精神病，遗传性疾病。