

全国基层人口学校教材(二)

新婚必读

国家计划生育委员会宣传教育司 编



中国人口出版社

全国基层人口学校教材(二)

新 婚 必 读

国家计划生育委员会宣传教育司 编

中国人口出版社

图书在版编目(CIP)数据

全国基层人口学校教材/国家计生委宣教司编. - 北京:
中国人口出版社, 1999.9

ISBN 7-80079-544-6

I.全… II.国… III.人口学-教材 IV.C92

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 13912 号

(全套)定价:12.00 元 本册定价:4.30 元

主 编
副主编
策 划
撰 稿
插 图

杨魁孚
陈胜利
陈晓林
金 瓊
吴兴宏

张汝琪
项道铨

周克中

目 录

第一课 做好婚前准备	1
1. 婚前健康检查	1
2. 婚前健康教育	5
3. 结婚的法律手续	9
4. 婚前心理准备	10
5. 婚前物质准备	12
6. 家庭生育计划	13
7. 旅行结婚	14
第二课 过好新婚之夜和蜜月	16
1. 过好新婚之夜	16
2. 性生活意外及处理	21
3. 蜜月生活安排	23
4. 蜜月旅行须知	25
5. 蜜月与“蜜月病”	30
6. 旅游蜜月期不适宜怀孕	33
第三课 新婚避孕方法的选择	35
1. 新婚选择避孕方法的原则	35
2. 新婚夫妇要知情选择	36
3. 适合新婚期的避孕方法	37
4. 新婚避孕失败原因	42
5. 新婚避孕失败的补救措施	43
第四课 新婚家庭调适	52
1. 婚后心理调适	52

2. 婚后双方的角色期望	52
3. 婚后家庭人际关系	54
4. 婚后经济管理	55
5. 婚后家务分工	57
6. 婚后性格调适	59
7. 婚后的计划受孕	60
8. 计划受孕注意事项	63
9. 怀孕征兆	64
10. 未婚先孕危害健康、影响婚姻	65
第五课 性传播疾病的预防	66
1. 婚前做性病检查	66
2. 性传播疾病可能出现的征兆	68
3. 提高防范意识,预防艾滋病	69
4. 性传播疾病的防治	69
附录 其他避孕方法	71

第一课 做好婚前准备

新婚时节乐陶陶,必要准备不可少。结婚是人生的头等大事,来不得一点马虎。有人形容婚姻对于女人来说,近乎于“二次人生”。如果说初次降生是无法选择的,那么,“二次人生”则是可以选择的,命运就掌握在自己的手中。因此,对于从谈情说爱将要过渡到谈婚论嫁的男女们来说,慎重、科学和理智都是十分重要的,只有充分做好多方面的婚前准备,包括法律的、心理的、生理的、生活的等等,才能使新婚生活甜蜜,婚后日子美满。

1. 婚前健康检查

即将结婚的男女都希望婚姻给自己带来幸福。恋爱中的男女对彼此双方的基本情况、家庭情况以及性格、脾气等已有了一定的了解,对于彼此的健康情况就很难全面了解了,甚至本人对自己潜伏的健康问题也可能不知道,例如,生殖器官发育畸形或者发育障碍,自己并不了解,但却可能给婚姻带来严重问题。通过健康检查,防患于未然,有助于消除隐患,以保证婚姻幸福,因此,全面而有重点的婚前健康检查是十分必要的。

(1)什么是婚前健康检查?婚前健康检查是对准备结婚的男女双方在结婚登记以前所提供的生殖保健服务,它以预防为主,进行重点而又全面的体格检查,对发现的健康问题提供治疗方案、预防措施等,有助于双方对彼此的健康有所认识;指出不宜或暂缓结婚的病因及影响因素。从健康的角度,



科学地指导婚姻。

(2)婚前健康检查的时间、地点。婚前健康检查要在结婚前1~2个月到当地指定的医疗保健机构进行婚前检查,并填写相关表格。

(3)婚前健康检查的内容:

- 健康询问:以往健康状况,曾经患过何种疾病,现治疗情况。有无遗传病、传染病、精神病等。

- 家族史:直系、旁系亲属的健康状况,最好查三代疾病史,有无遗传病、缺陷和畸形。询问双方是否为近亲婚配。

- 体格检查:分为一般检查和生殖器官检查。一般检查

包括发育情况,心、肝、脑、肾、肺等重要脏器官的功能情况。生殖器官检查包括生殖器官发育情况、是否与年龄相符、有无畸形和疾病。

- 化验检查:医生根据检查情况以及发现的问题来决定。

- 性生活指导:进行有关性知识的宣传和教育,对于婚后避孕方法进行介绍并且指导如何根据自身情况进行选择。

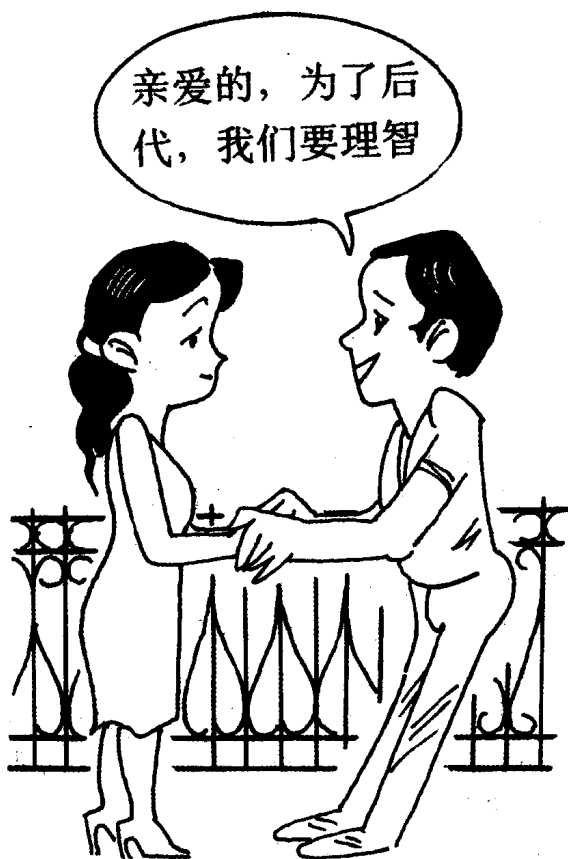
- 家庭生育计划:进行生育计划指导,晚育的健康知识,何时生育好,以及有关的环境及物质条件准备。

(4)婚前健康检查结果和分类指导。结婚意味着一个家庭的建立,意味着新的生命将由此诞生,结成终生伴侣的青年男女不仅要维护好两个人的世界,而且要对未来的家庭小成员负责任,父母的健康是后代健康的基础,因此,为了下一代,为了不使家庭上演悲剧,青年男女应尊重科学,以理智的态度对待婚前健康检查结果。

婚前健康检查一般有4种结果:婚检合格;暂缓结婚(一方有传染病或精神病,治愈后可以结婚);可以结婚但不宜生育;可以结婚但暂缓生育。

- 婚检合格。此种结果占婚检绝大部分,经全身体验与生殖器官检查均未发现影响后代的疾病。

- 暂缓结婚。如果当事人一方或双方患有《中华人民共和国传染病防治法》中规定的艾滋病、梅毒、淋病、麻风病以及医学上认为影响结婚与后代健康的其他传染病,患者从发病到恢复期暂缓结婚,直至撤消隔离后才可结婚。如果当事人一方或双方患有精神病包括精神分裂症、躁狂抑郁型精神病以及其他重型精神病,在发病期间没有自控能力应暂缓结婚,



经精神病专科医生治疗，病情稳定后方可考虑结婚。

- 可以结婚但不宜生育。如果婚前检查查出严重遗传性疾病或者具有严重遗传病家族史，那么，应通过医生所做的家系分析，诊断清楚，并根据其遗传规律，推算再发风险，对再发风险高，很难避免生产严重遗传病患儿的，可允许结婚，但不宜生育，可经男女双方同意采取长效避孕措施或施行节育手

术以后再结婚。

• 可以结婚,但暂缓生育。如果婚前检查查出女方患有传染病属允许结婚,但是婚后立即妊娠可能传染给胎儿或导致胎儿不良结局,或因用药可致胎儿畸形等,应属可以结婚,但暂缓生育。

2. 婚前健康教育

结婚必然要涉及到性,婚姻家庭生活中一个重要内容是性生活,如果说在结婚以前对于性问题还可以含蓄些,那么一结婚就必须面临这个问题而无法回避了。有人说,不必多虑,性是无师自通的。实际情况并非如此,有些人因为缺乏科学的性知识,而导致性生活不和谐,性功能障碍影响夫妻感情,甚至危及家庭。有些人因为缺乏科学的性知识而导致不育,还有些人认为性生活是下流和淫秽的。这些错误观念不仅来自一些文化知识不足的青年,甚至来自一些高等文化层次的青年。可见性健康知识并不是与一般知识教育同步的,更不是无师自通的,需要进行这一方面的特别教育,以保证青年男女的生殖健康及家庭幸福。

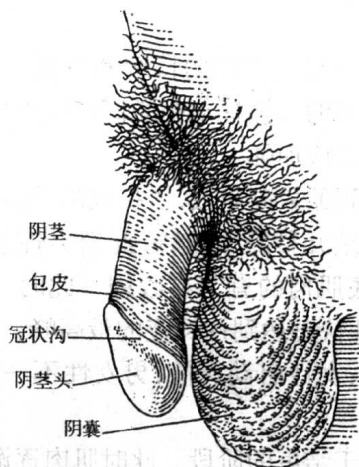
(1)婚前健康教育地点。在全国各级计划生育系统所设立的婚育学校(或称人口学校等),卫生系统的妇幼保健机构中。

(2)婚前健康教育内容。性生理知识,包括男女生殖系统解剖知识;性反应周期的四个阶段(兴奋期、平台期、高潮期、消退期),性反应周期所需的时间、规律和特点;性心理,性意识,性感情,性经验和性观念,以及如何建立和谐的性生活等内容。

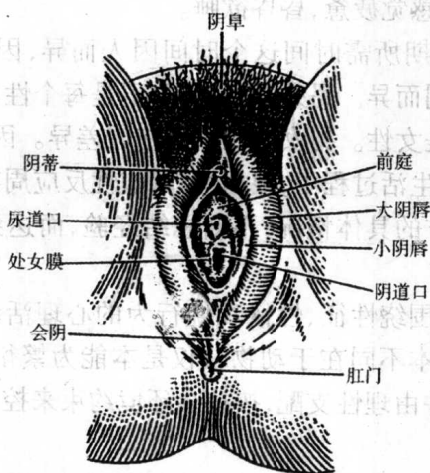


• 男女性殖系统解剖知识。男性的生殖器官分为内、外生殖器两部分。隐藏在体内的部分是内生殖器,包括睾丸、输精管道和附属腺体。露在体外的阴囊、阴茎等称为外生殖器。女性生殖器官也是由内、外生殖器两部分组成,内生殖器位于盆腔内,包括卵巢、输卵管、子宫和阴道;外生殖器包括阴阜、大阴唇、小阴唇、阴蒂、前庭大腺、阴道口和处女膜等。

• 性反应周期的4阶段:兴奋期:是发生性兴奋性冲动的开始阶段,此期特点是生殖器官和盆腔血管充血扩张、肌肉张



男性外生殖器



女性外生殖器

力增加。男性阴茎勃起,女性阴道分泌物增多、滑润、乳头勃起、阴蒂增大等,同时男女均有呼吸、心跳加快、面红、血压升

高等反应。

平台期(又称持续期):是兴奋期的持续和发展。此时阴茎开始插入阴道,由生殖器的摩擦抽动刺激而产生强烈快感,同时肌肉紧张,神经兴奋反应加强。

高潮期:是性快感达到的最高阶段,由持续的性器官摩擦而产生的高兴奋点,只持续几秒到十几秒,此期男性射精,女性表现为阴道子宫和盆底肌肉的有节奏收缩。此时,男女呼吸心跳加快,血压升高,性快感达到性反应的最高峰。但应注意,男性性反应起动迅速,女性启动缓慢,男女性不一定同时到达性高潮。

消退期:是性反应趋于结束的阶段。此时肌肉逐渐放松,其他生理反应逐渐复原,全身感觉松弛、舒适,情绪逐渐平静。阴茎软缩。男女感觉疲惫,昏昏欲睡。

• 性反应周期所需时间这个时间因人而异,因环境、条件、心理因素不同而异。另外,性高潮并不是每个性反应周期均可达到,特别是女性。男女性反应存在着差异。因此,男女双方要在婚后性生活过程中,根据性知识、性反应周期基本规律,结合夫妻双方的具体情况,不断总结经验,而达到和谐的性生活。

• 性心理指围绕性征、性欲和性行为的心理活动。人与动物性行为的根本不同在于动物仅仅是本能为繁衍后代,而人有生理需求,并由理性支配,按社会环境约束来控制个人的性行为。

女性要从传统的旧习俗和观念中解放出来,转变性生活仅仅为了传宗接代,而处于被动从属地位,应积极追求美满而和谐的性生活。

男性同样要转变旧观念,以使夫妻双方在性生活中相互

配合、协调,心理沟通,达到共同的愿望,获得和谐美满的性生活。

- 男女性反应周期的特点。

男快女慢,男强女弱是男女性反应的基本差异。多数情况下,男性性反应迅速,高潮出现早。

消退期差异。男性射精后疲惫欲睡,而女性高潮后消退迟缓,仍具再次性高潮能力,因此,男性应了解这一特点,顾及女方情绪,继续给予爱抚。

性敏感部位差异。男性敏感部位集中在外生殖器及附近,最敏感点在阴茎头。而女性敏感部位分布广,外阴、大腿内侧、臀部、乳房、唇、舌、面、颈、耳等均为敏感区,最敏感点在阴蒂。

了解以上男女性反应差异,性生活要选择双方健康状况良好,心理状态良好时,要注意营造一个温馨而浪漫的性活动环境和气氛。性活动时,要集中注意力,不受琐事干扰,双方协调,并在性活动过程中相互交流,注意总结经验,提高性技巧,就可逐步达到和谐满意的性生活。

3. 结婚的法律手续

(1)结婚登记地点:男女双方亲自(不能代理)到一方户口所在地的婚姻登记管理机关(城市一般在街道办事处)。

(2)结婚所需证件和证明:

- 要带好双方户口证明,双方身份证,双方各所在单位、村民委员会或居民委员会出具的婚姻状况证明。

- 离过婚的要持有离婚证。

- 携带婚前健康检查证明。

(3)结婚条件:

- 双方要完全自愿。
- 结婚年龄,男性不得早于 22 周岁,女性不得早于 20 周岁,提倡和鼓励晚婚晚育。

(4) 什么人不能结婚?

- 直系血亲和三代以内的旁系血亲之间不能结婚。
- 婚前健康检查认为不宜结婚者不能结婚。

要注意直系血亲所指的血缘关系是父母与子女,祖父母与孙子女,外祖父母与外孙子女等。旁系血亲指兄弟姐妹、堂兄弟姐妹、表兄弟姐妹,舅、姨、姑、伯、叔等,凡是出自祖父母、外祖父母的血亲,除直系血亲外都属三代以内的旁系血亲。

此外,亲戚关系不等于血缘关系,如某男与其姐夫的侄女,某女与其姨夫的外甥虽是亲戚,但无血缘关系,就不影响其相恋结婚。

另外,婚恋对象选择范围应尽量广,不要接受“好女不嫁外村”等错误观念。我国农村有些地方交通闭塞,通婚圈在 20 多公里以内,尽管有些婚姻并未违反婚姻法,但生育的后代却因血缘较近而致素质下降,智力低下。这应该引起青年男女注意。

4. 婚前心理准备

准备结婚的青年男女往往忙于婚前健康检查,结婚的法律手续,婚前的房子、家具、电器及生活用品等的准备,却忽视了对婚姻生活的心理准备。心理准备不足会导致婚姻不协调,甚至埋下日后婚姻破裂的祸根。因此,婚前心理准备对欲结婚的青年男女十分重要。

(1) 婚前心理调适。在两人的世界里,要懂得换位思考,多从对方角度考虑问题。婚前对相恋的对象看到的多是优

点,是展现在外界的一面,婚后将展现的是内在的一面,这个差异会使婚后感到不满意。因此婚前就应调整自己的心理,以一个有缺点的普通人的标准来要求婚后的爱人,这样就不会由期望值过高而致失望。应该认识到婚前恋人关系与婚后爱人关系是不同的,家庭现实生活不像恋爱时花前月下那样浪漫,要从理想化转到现实中,才能在充分思想准备条件下处理好两人的关系。

(2)解除顾虑。婚前的男女应该接受婚前健康教育,以及自己有意地阅读一些性知识书籍,增长了知识就可以解除

