



花季知己

—— 青少年性教育试用教材

陈胜利 樊艳华 ● 主编



中国人口出版社

生殖保健·图书角丛书

花季知己

——青少年性教育试用教材

主编 陈胜利 樊艳华

中国人口出版社

图书在版编目(CIP)数据

花季知己/陈胜利, 樊艳华主编. —北京: 中国人口出版社, 2000. 6

青少年性教育试用教材

(生殖保健·图书角丛书)

ISBN 7-80079-605-1

I. 花… II. 国… III. 性卫生-青少年教育-教材

IV. R167

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 62181 号

花 季 知 己

青少年性教育试用教材

陈胜利 樊艳华 主编

出版发行	中国人口出版社
印 刷	北京阳光彩色印刷有限公司
开 本	787 × 1092 1/32
印 张	2.625
字 数	39 千字
版 次	2000 年 8 月第 2 版 2003 年 8 月第 5 次印刷
印 数	167 001 ~ 170 000 册
书 号	ISBN 7-80079-605-1/R · 254
定 价	7.00 元

社 长	陶庆军
电子信箱	chinapphouse@163.net
电 话	(010) 83519390
传 真	(010) 83519401
地 址	北京市宣武区广安门南街 80 号中加大厦
邮政编码	100054

版权所有 侵权必究 质量问题 随时退换

主 编 陈胜利 樊艳华

副 主 编 张世琨 顾法明 陈建中

策 划 顾法明

撰 稿 樊艳华

插 图 雷党兴 张冀宁

审 定 高德伟 吴尚纯

100-48/1

生殖保健·图书角丛书

编 委 会

主 任 潘贵玉

副主任 陈胜利 陶庆军

策 划 樊艳华

编 委 (以姓氏笔划为序)

王建伟	王家琦	甘师秀
付 锦	龙 晔	刘 越
朱嘉铭	陈胜利	陈义平
陈建中	张 枫	张世琨
吴尚纯	吴寅旭	李树忱
孟 冬	杨 荣	林义家
顾法明	高兴华	铁秀玉
常明秀	程力利	樊艳华
薄立伟		

目 录

第一课	生命的由来·····	1
第二课	第一性征·····	4
第三课	第二性征·····	12
第四课	遗精·····	16
第五课	月经·····	18
第六课	自慰·····	22
第七课	性心理·····	25
第八课	两性相处·····	29
第九课	了解避孕知识·····	34
第十课	认识性传播疾病·····	38
第十一课	预防艾滋病·····	43
第十二课	疑问解答·····	49
检测题	·····	58
检测题答案	·····	62
附录:	心中的女孩·····	64
	眺望爱情·····	71
后记:	·····	77

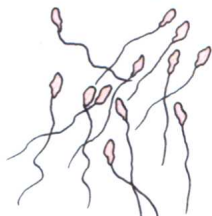
第一课

生命的由来

小时候，我们会缠着妈妈问：“我是从哪里来的？”妈妈可能开玩笑地说：“你是从石头缝里蹦出来的。”或者说：“你是在路边捡到的呀！”当然，我们现在都知道，孩子是妈妈生出来的。那么，妈妈爸爸相爱怎么就有了小宝宝了呢？

精卵结合

精子是男性体内用以繁衍后代的生殖细胞，女性体内用以繁衍后代的生殖细胞叫卵子。



精子

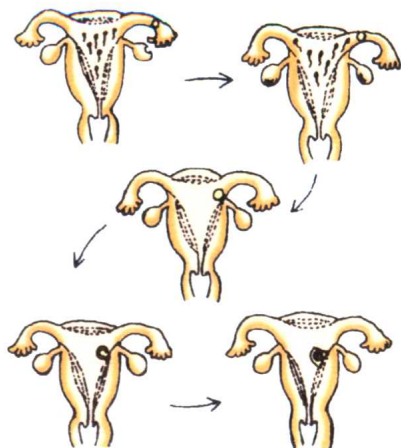


卵子

受精是个很复杂的过程。但简单地说，就是精子与卵子的结合。

男性的精子通过性交进入女性的阴道，几亿个像蝌蚪样的精子开始赛跑。说来也怪，为什么精子





受精及受精卵植入

的样子像蝌蚪呢？是不是因为它要“游”到子宫腔，“游”到输卵管呢？

一般说来，一次射精后，只有不到5%的精子进入子宫腔，能到达输卵管的精子更少，只有“身强力壮”的精子才能与卵子结合。精子在女性生殖道内通常能够生存1~3天。

女性进入发育成熟期后，一般每个月经周期有一次排卵，每次排一个卵子，左右卵巢交替排卵。卵子呈球形，是人体最大的细胞。排卵的时间一般在下次月经第一天往前推14天左右。成熟的卵子由卵巢排出，输卵管很快将其“拾”入管腔。在输卵管内，如果与精子结合，则成为受精卵。现代医学技

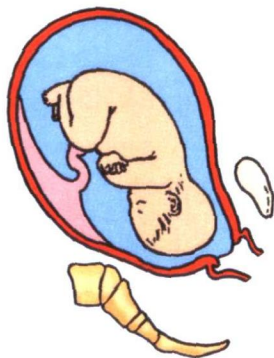


术已经可以在人体外进行精卵结合，再把受精卵送入子宫发育成熟，这就是“试管婴儿”。

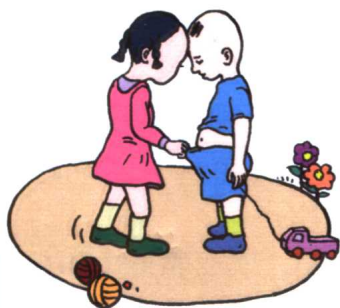
十月怀胎

受精卵在受精后3~5天到达宫腔。受精后7~8天胚胎逐渐植入子宫内膜（医学上称为着床），从胚胎成长为胎儿。约40周（280天，俗称十月怀胎）后经阴道出生（也可经腹部剖宫产）。

卵子的寿命很短，一经排出，其受精能力不超过24小时。所以，生命的诞生既是必然的也是偶然的。让我们珍惜生命！



什么是第一性征



所谓性征,是指男女两性生理上的特征。婴儿一出生,便可根据男女性生殖器官来分辨性别。因此,生殖器官被称为第一性征。

第二课 第一性征

男性生殖器官

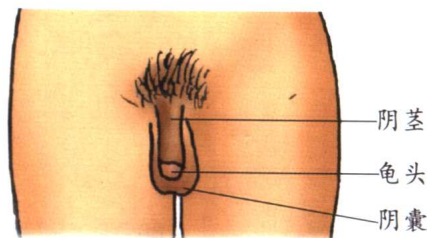
男性生殖器官包括外生殖器和内生殖器两部分:

一、外生殖器

1. **阴茎**—在阴囊前端,由包皮、海绵体及尿道三部分组成,是排尿和射精的器官。

包皮—阴茎顶端的皮肤,松弛地包着龟头,可翻开。

海绵体—组成阴茎的主要组织。如果阴茎



男性生殖器外观图

受到刺激，海绵体便会充血，使阴茎勃起。

尿道——一端开口于膀胱，通至阴茎顶端，是排尿和射精的管道。

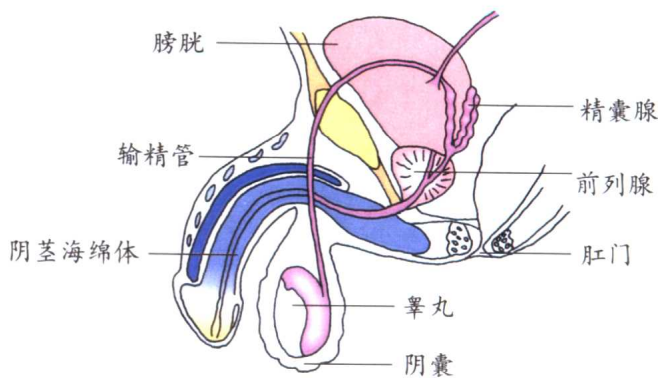
龟头——阴茎前端部分，布满神经末梢，是身体对刺激最敏感的部位之一。

2. **阴囊**——分隔成两个小室，各藏睾丸一个。它的主要作用是保护睾丸，使其保持适当的温度，以利“制造”精子。

二、内生殖器

1. **睾丸**——藏在阴囊之内，左右各一，是“制造”精子（精子的产生至成熟是一个很复杂的过程）和分泌性激素的性腺。当男胎长至七八个星期左右，睾丸便在体内形成，在出生之前不久才下降至阴囊。它由许多细小而弯曲的管道所组成。由发育成熟开始，睾丸即不断“制造”精子和分泌性激素，这种能力可以持续到年老才逐渐减退。





男性生殖器侧切图

2. **附睾**—附在睾丸的后上方，是连接睾丸和输精管的一组管道。精子在附睾内完成成熟的最后阶段。成熟的精子贮藏在附睾内，若经过一定时间精子还没被排出的话，精子便会被分解吸收。

3. **输精管**—精子自睾丸输往尿道的通道。射精时，精子通过附睾和输精管，从尿道排出体外。每次射精，平均排出 3~5 毫升精液，内含 3~5 亿个精子。

4. **精囊腺**—位于膀胱底后，左右各一个，它的主要功能是分泌液体，供给精子所需的营养。

5. **前列腺**—位于膀胱下方的腺体，能分泌一种稀薄而呈碱性的液体，与精囊腺的分泌物和睾丸“制造”的精子一起，构成白色黏稠的精液。精液可



中和阴道的酸性，利于精子通过，到达子宫。

6. **尿道球腺**—在前列腺下端，左右各一个。在性兴奋时便会分泌少量液体，有滑润尿道与中和阴道酸性的作用。

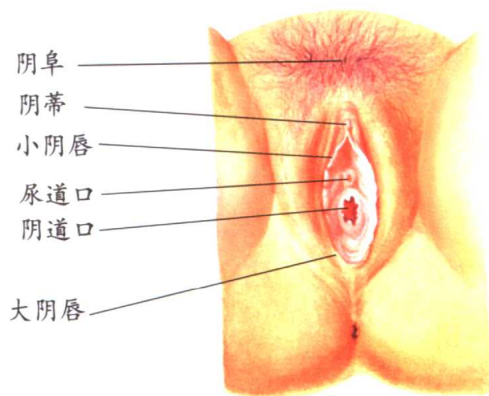
女性生殖器官

女性生殖器官包括外生殖器和内生殖器两部分：

一、外生殖器

1. **阴阜**—位于耻骨联合上面的三角区部位，皮下含有丰富的脂肪组织，表面有阴毛覆盖。

2. **大阴唇**—是两片遮盖并保护阴道的柔软肌



女性外生殖器示意图



肉，表面长满阴毛。

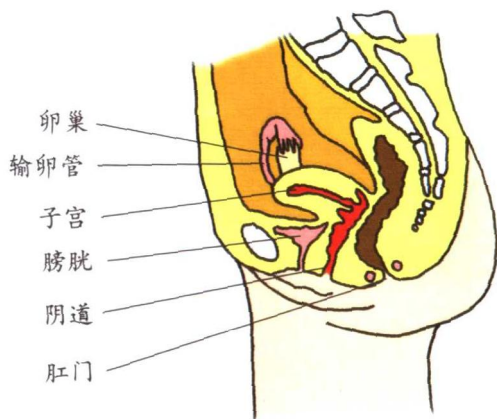
3. **小阴唇**—在大阴唇内侧，是两片布满血管和神经末梢的皮肤皱襞，对触觉相当敏感。

4. **阴蒂**—位于两片小阴唇上方接合处，它是可以勃起的短圆柱形组织，直径6~8毫米，布满神经末梢。正常情况下，只有阴蒂的头部外露。若阴蒂受到刺激，便会胀大变硬。

5. **尿道口**—形状细小，位于阴蒂与阴道口之间。

6. **阴道口**—位于尿道口下方，较尿道口为大，阴道口内是一片很薄而有小孔的处女膜。

二、内生殖器



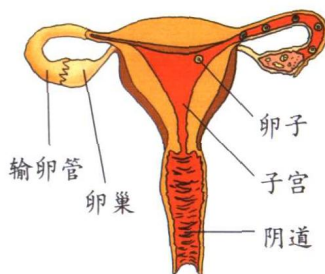
女性内生殖器侧切图

1. **阴道**——一条长7~10厘米的管道，月经血通过阴道排出体外，是性交的器官。阴道极富韧性，分娩时胎儿由此通过，故又称产道。

2. **子宫**——位于下腹中部，形如倒置的梨，长约7.5厘米。子宫的上部较宽，称为子宫体，其上端隆突部分称子宫底，子宫底两侧为子宫角，与输卵管相通。子宫的下部称子宫颈，较窄，圆柱状，通往阴道。子宫里的空间称为子宫腔，是胚胎生长的地方。

3. **输卵管**——一端开口于子宫腔，另一端开口于腹腔，是与子宫角相连的两条管道，依序分为子宫部、峡部、壶腹部和伞部。作用是输送卵子往子宫去。卵子的受精，通常是发生在输卵管的壶腹部。

4. **卵巢**——位于输卵管的下方，左右各一。其功能是分泌女性激素，并按时排出成熟的卵子。



女性内生殖器正面图



输卵管与卵巢又称子宫附件。

从正面看，女性的内生殖器就像一个穿着蝙蝠衫的人，子宫相当于躯体，输卵管就好像两支伸展的胳膊，卵巢则位于腋下。

性器官是我们身体的一部分，就像心、肝、脾、肺、肾，就像耳、鼻、眼、口、喉，我们不应因为它与生育、性关系有关而感到不自然，羞于提及。要注意保护，注意清洁，注意观察随着年龄的增长而出现的变化，如第二性征的出现。并且通过学习，知道哪些是生理现象，哪些是疾病的征象。对生理现象如月经等要坦然接受，对可能发生的疾病如发育异常等要及时去医院诊治。

人的性别是如何决定的

性别决定了性器官的不同。那么，人的性别是如何决定的呢？人的性别在精子与卵子结合的一刹那就已经决定。这是因为人类的体细胞中有23对染色体，其中22对为常染色体，1对为性染色体。在女性的体细胞中，这对性染色体是两条大小形状都相同的XX染色体，男性的一对性染色体是一条X染色体和一条较小的Y染色体。在精卵发育过程中，染



染色体经过减数分裂，成对的染色体各自分开。于是所有的卵子都含有一条X染色体。但精子却有两种，50%的精子含有一条X染色体，50%的精子含有一条Y染色体。含有X染色体的精子与含有X染色体的卵子结合，形成XX型受精卵，即发育成女孩。含有Y染色体的精子和含有X染色体的卵子结合形成XY型受精卵，即发育成男孩。所以说，人的性别取决于使卵受精的精子是带有X染色体还是带有Y染色体。也就是说，男性的精子决定了婴儿的性别。在受精时，精子和卵子的结合是随机的，机会均等。所以，不论是男孩还是女孩，都是父母爱情的结晶，我们要感谢父母给了我们生命，更要坦然地接受自己的性别。

