

生活与科学文库

性生理篇
性与育篇
性障碍篇
性心理篇
性保健篇

〔第二版〕

女性学咨询

马晓年 主编

生活与科学
文库

上

科学出版社

生活与科学文库

女性学咨询

(第二版) 上册

马晓年 主编

科学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

女性学咨询 上册/马晓年主编

.-2 版.-北京:

科学出版社, 2000

(生活与科学文库)

ISBN 7-03-006165-9

I. 女… I. 马… III. 妇女-妇幼
保健-问答 N. R173-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字

(98) 第 15740 号

科学出版社 出版

北京东黄城根北街 16 号

邮政编码: 100717

中国科学院印刷厂 印刷

新华书店北京发行所发行 各地新华书店经售

*

定价: 14.00 元

(如有印装质量问题, 我社负责调换〈环伟〉)

弘揚性文明
普及性教育
提高性知識
促進性健康

錢信忠

一九九七年七月

编写人员

(以姓氏笔画为序)

- | | |
|-----|----------------|
| 马晓年 | 电子工业部 402 医院 |
| 王水容 | 北京医科大学第二临床医学院 |
| 王述历 | 国家计生委科学技术研究所 |
| 卢存国 | 北京医科大学第三临床医学院 |
| 乔根梅 | 国家计生委科学技术研究所 |
| 高德玮 | 首都师范大学生物系 |
| 贾孟春 | 国家计生委科学技术研究所 |
| 商 果 | 北京市社会科学院社会学研究所 |
| 潘绥铭 | 中国人民大学社会学系 |
| 刘凤文 | 中国人民解放军 309 医院 |

序 言 1

近年来国际上日益强调人口与发展问题，人们开始认识到这不仅仅是人口数量控制问题，而且包括人的生存、健康和幸福，要努力促进所有人的福利都得到提高和加强。世界卫生组织早就提出2000年人人享有保健的目标，其中很重要的一项内容便是生殖健康和性健康的问题。健康是一个不可分割的整体，生殖健康和性健康不仅涉及一代人，还涉及今后几代人的健康和幸福。中共中央、国务院于1997年1月15日发出《关于卫生改革与发展的决定》，说明党和政府对全民健康的高度重视。决定指出：“人人享有卫生保健，全民族健康素质的不断提高，是社会主义现代化建设的重要目标，是人民生活质量改善的重要标志，是社会主义精神文明建设的重要内容，是经济和社会可持续发展的重要保障。全党、全社会都要高度重视卫生

事业，保护和增进人民健康。”健康的实现离不开教育，也可以说教育是重要的预防措施，寓教育于卫生保健更是标本兼治的重要举措。

一、弘扬性文明

良好的性道德是性健康的根本保证，要实现性健康是离不开良好、高尚性道德的。因此，弘扬性文明便成了首当其冲的任务。列宁讲过，人的生活包括三个部分：物质生活、精神生活和性生活。因此，性文明与物质文明和精神文明一样，同样是整个社会主义文明的标志之一。抓好性文明建设既是当前全社会面临的紧迫和重要的任务，也是群众的迫切需要。目前，社会上出现了一些腐朽落后的现象。如嫖娼卖淫屡抓难禁；性传播疾病死灰复燃，并以惊人的速度增长和向全国各地蔓延，有些地方的性病发病人数已达当地人口的10%。据估计，仅艾滋病病毒的感染人数就已达5~10万；每年高达1000万的人流人数居高不下，反映出性健康与生殖健康教育的明显匮乏；性功能障碍患者据估计可多达8000万至1亿之多；性生活不和谐的人数就更多了，这已成为近年离婚率激增数倍之多的重要原因之一；婚前与婚外性行为的迅速增加、不少青少年受性心理、性生理发育的困扰而倍感焦虑，严重影响

了他们的健康成长与发育。因此，弘扬性文明，便成了当务之急。当前封建意识、资本主义腐朽生活方式、低文化素质仍然是严重的习惯势力，它一方面抵御性科学知识的传播，另一方面又纵容淫秽色情的泛滥。对于性文化，人们既不能完全压制它，也不能让它们像杂草一样任意生长。因此，向人们提供准确、科学、实际的性信息和性保健服务也是捍卫性道德所必需的，二者是相辅相成的。

列宁早就批判过单纯追求性刺激的庸俗的性道德观念的轻率性行为，然而至今仍有不少人置若罔闻，以玩弄异性、喜新厌旧为荣，单纯追求肉欲刺激和性满足，严重违背了社会主义的性道德准则。婚外性行为不仅威胁到婚姻和家庭的稳定，也造成性传播疾病的泛滥，还常给个人的生理和心理造成创伤。一时的痛快往往带来长期的痛苦，许多涉水湿鞋者往往追悔莫及。

性道德和性法律同属于性行为规范的范畴，但二者既相互区别，又相互联系。性法律规定了人们不能做什么，而性道德还鼓励人们应该做什么。在社会生活中，人们会按照不同的时代和不同的阶层的标准对自己或他人的性行为进行善恶判断和评论。如果完全丧失掉正确处理人与人之间性关系的行为规范或准则，就会造成性道德的沦丧，这不仅严重败坏了社会风气，还

威胁到自身和他人的身心健康。

因此，努力净化社会环境，让全社会关心、支持性道德教育，形成良好的社会舆论和风气，弘扬社会主义的性文明，由各有关部门齐抓共管，为实现良好的性健康创造重要的思想基础。

二、普及性教育

《中共中央国务院关于卫生改革与发展的决定》中提出：“健康教育是公民素质教育的重要内容，要十分重视健康教育，提高广大人民群众的健康意识和自我保健能力，……教育和引导人民群众破除迷信，摒弃陋习，……养成良好的卫生习惯和文明的生活方式，培养健康的心理素质。”这一原则显然也是性健康教育的指导方针。

性教育的目的无非是三个：一是回答什么是性；二是回答性是为了什么；三是告诉人们怎样才能获得健康的性或什么是健康的性。一般而论，性教育是鼓励和帮助人们对自己的性素质建立清醒的认识，鼓励人们在性关系中具有自信心。性教育不仅仅是为了降低意外妊娠率和性传播疾病的发生率，而更重要的是爱的教育，要使人们懂得，“良好的人际关系和性关系可以增进健康和幸福”，增强自尊和责任心。

有人认为性教育是针对青少年的事；也有人认为性教育是成人的事，千万别向

青少年作性教育。其实这都是错误的。性教育应从娃娃抓起，而且将贯穿于人的整个一生。性教育是人类进步的体现，是与旧思想、旧观念决裂和斗争的过程，只有不断冲击和破除旧有的落后的东西，才能不断进步，不断向前。性道德教育强调尊重他人，每个人的价值观念不同，追求也不同，人人享有追求幸福的权利，但前提是不能损害他人的自由和幸福。性教育就是要使每个人享有负责任的性、安全的性、愉快的性。

事实上，人们从出生至死，始终受着性教育，但大多数是非正式的、似是而非的、潜移默化的渗透，而这往往是有害的。就拿对青少年的性教育来讲，教师并非在白纸上作画，其实纸上早已涂上了各式各样的图案和颜色。正如吴阶平教授所讲：“性禁锢并不是讲究性道德”，所以，要真诚关心他们的性幸福和性健康，以人道主义的、非命令式的、真诚的方式去工作，是教育而不是实施什么，是服务而不是教训或惩罚，只有这样才能赢得人们的信任、理解，才能真正收到预期效果，使人们能自觉建立起正确的、进步的、文明的性价值的观念和理解并尊重其他人的性价值观念。

三、提高性素质

性是人的一种本能，是一种本质，是

人的自然属性或本质的一种。考虑到《辞海》中“本质”与“素质”同义，而“本质”又容易使人们把它与“本能”完全等同起来，还考虑到目前社会上的普遍提法，我们把英文中的 sexuality 的广义涵义译为“性素质”，即人的与性有关的一切因素，它既反映了一个生物人的性本能和生物需求，也反映了一个社会人的行为规范、价值观念和社会需求。性素质的含义是广泛的，它涉及：

(1) 性生物学方面的性器官、性生理、生殖生理、性反应、性功能、性障碍等。

(2) 性心理学方面的性欲、性兴趣、性心理发育、性认同、性语言、性情感、性感受、性自尊等。

(3) 性社会学方面的性历史、性风俗、性角色、婚恋与性、性关系、性法学等。

(4) 性伦理学方面的性美学、性道德、性信念、性行为、自我控制、承诺与责任等。

所以，一个人的性素质是由上述方方面面的因素总汇而成的概念。我们将性素质的形成过程称之为“性修养”，它也就是经过性素质教育或性健康教育的过程而实现性德教育、性智育、性体育、性美育的全面发展。就性德教育而言，它是以性智育（性科学知识）为基础的，体现于每一个人的性实践活动之中，性态度反映了一个人的性观念；性动机是导致个体发生特

定性行为的内在原因的总和，反映了他的性美育（审美能力和观点）水平；性反应和性行为取决于性刺激水平、内分泌节律、文化环境影响、性经验、身体条件等，反映出他的性体育水平（性能力和性技巧）。性行为 and 性实践往往体现了一个人的个性特征，如信仰、思维、情感、理智、意志、品质、人际关系、群体作用和责任心。因此，提高全民的性素质对人人享有保健和生殖健康与性健康是十分重要的。我们很难对性素质的好与坏、对与错、正常与变态作出一个明确的界定，因为它在不同的社会、文化、历史、民族、个体中会有不同的标准。然而，性的文明与进步、性的和谐与美满，却是历史发展的必然趋势，这不仅仅是每个人、每对夫妻，也是每个民族、每个国家，乃至全人类的理想目标。

四、享有性健康

按照国际人口与发展大会行动纲领的提法：“性行为 and 两性关系彼此密切相关，两者都对男女实现和保持性健康和控制生殖行为的能力产生影响”，“确保妇女和男子都能获得实现良好的性健康以及行使其生殖权利和履行其责任的信息、教育和服务。”性健康意味着人们对性生活争取积极态度，从躯体、情感、精神、社会等方面都感到满足，能增进与改善性生活质量和

人际关系。

生殖健康则指“生命各阶段中生殖系统及其功能和过程所涉及一切事宜在身体、精神和社会等方面的健康状态，而不仅是没有疾病或不适。生殖健康意味着人们能够进行负责、满意和安全的性生活，具有生殖能力和决定是否和何时生育的自由。它要求人们能够知道、获得和选择安全、有效、价廉和可接受的生育调节方法，并拥有获得适当的保健服务，使他们能够安全地进行怀孕、分娩和得到一个健康婴儿的权利。”

如果缺乏性科学知识，缺乏必要的服务设施，性知识和服务不能适应人生不同时刻的需求，那么，性健康及生殖健康就会受到严重威胁，受害人群更容易涉及妇女、儿童、青少年和老年人。

总之，如果性学事业能贯彻“弘扬性文明、普及性教育、提高性素质、享有性健康”这一原则和精神的话，那么，在近15年性学事业逐渐发展的基础上它必将不断前进和进步，促进人们的性健康和生活质量的提高，我们衷心希望有关性健康科普图书的出版将对我国性保健事业作出一份小小的贡献。

北京性健康教育研究会
性咨询与性治疗委员会

1997年5月8日

序 言 2

每一个了解一点历史的人也都知道，没有妇女的作用就不可能有伟大的变革，在任何社会中，妇女解放的程度是衡量普遍解放的天然尺度。我国妇女在政治的、经济的、文化的、社会的和家庭的生活等方面享有与男子平等的权力。90年代的中国妇女正以自尊、自爱、自重、自强的精神风貌顽强拼搏，开拓创新，在社会主义物质文明和精神文明建设中发挥着越来越重要的作用。然而，随着妇女日益向社会的深度和广度进军，向生活的更高更美的层次攀登时，人们已经明显认识到古老的文明和传统的道德并不完美。因为人类的历史观、价值观、伦理观的天平总是倾向男性，就连科学也不例外，尤其是性科学。在整个性科学园地里，女性学这一分支就像迟开的花朵刚刚破土而出，而男性学的招牌却早已挂遍神州大地。

《女性学咨询》一书正是在这种形势下应运而生的，我认为值得向读者推荐。这本书好就好在它深入地揭示了过去认为是禁区的性的奥秘。解放后，我国妇女地位不断提高，广大妇女有学习、就业、提干、攀登科学高峰、摘取运动金牌、驾机飞上蓝天等机会一显身手，不再依附于人，显示了自身巨大的力量。按说她们应该活得很潇洒，很快活，很幸福，但在实际生活中却有不少妇女拘于旧风俗、旧道德、旧观念，以及缺乏性知识，对个人生活中的不幸，包括性生活不和谐往往硬撑面子。另外，不仅在广大群众中缺乏性知识教育，医学教育中也缺乏完整的性知识教育，妇产科教材中基本上不包含性功能方面的内容。《女性学咨询》一书以严肃的科学态度，从解剖学、生理学、心理学及社会学各方面详细讲述了女性性功能的正常、异常及其在人类生活中产生的深远影响。文章通俗易懂，从理论到实践，深入浅出地对性生理、性障碍、性保健、性与育、性心理五大类 168 个问题作了剖析，并提出解决问题的建议，可谓是广大男、女读者的良师益友。作为妇产科专业医务人员，我认为它是一本很有价值的参考书。凡是在性问题上遇到困惑的女性总会从中找到有益答案的。

更为重要的是《女性学咨询》一书为

我们医务人员开了个好头，它促使人们面对现实，要花费时间及精力去学习、认识及解决这个领域遇到的问题。衷心期望本书作者在广大读者的支持、帮助和鼓励下，不断补充，更臻完善，能更贴切地回答我国男、女同胞有关性生活的问题。使这本书成为婚前、新婚夫妇必读之书，使它成为成年男女组成幸福家庭的不可缺少的生活手册，并成为广大医务人员的得力助手。

北京医科大学第一临床学院
妇产科教授 麦永燭谨识

1993年7月1日

再版前言

《女性学咨询》自 1993 年出版以来，深受读者欢迎。不少读者来信，希望我们再接再励使本书不断完善，并提出了一些进一步咨询的问题。本版即根据读者的意见，以及在临床社会实践中的体会，修改了第一版的部分内容，补充了一些新的内容，使内容更全面、更新，涉及的问题更广泛，实用性更强。愿本书能对女性一生的性保健有较大的帮助。

由于时间紧迫，错误或不足之处还恳请广大读者给予批评指正，使之日臻完善。