

● 主编 王怀湘

男性

青年生殖健康

男性青年生殖健康



科学出版社
www.sciencep.com

男性青年生殖健康

主 编 王怀湘

副主编 郑保英 汪国宏

科 学 出 版 社

北 京

内 容 简 介

生殖健康不仅是一个医学问题,而且是一个受到广泛关注的社会问题,它关系到每一个人的身心健康,关系到每一个家庭的幸福、和谐,关系到社会的稳定、文明。本书比较全面系统地介绍了男性青年生殖健康知识。全书分为十部分,包括男性青年生殖健康概述、男性生殖解剖生理、男性性发育、青年性心理、性道德修养、男性不育、男性性功能障碍、性传播疾病、优生节育、环境因素与生殖健康等。以青年经常关注的生殖健康和道德行为问题为主,突出部队这种男性集中的特点,以答疑的形式普及知识,每一个问题既可以独成体系,又与全篇相辅相成。

本书融知识性、科学性、实用性为一体,深入浅出,通俗易懂,是广大青年增强生殖健康意识、提高生殖保健能力的良师益友。

图书在版编目(CIP)数据

男性青年生殖健康/王怀湘主编. —北京:科学出版社,2003.9

ISBN 7-03-012134-1

I. 男… II. 王… III. ①男生殖器-人体生理学-问答 ②男性生殖器疾病-问答 IV. ①R339.2-44 ②R697-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 076661 号

责任编辑:李国红 / 责任校对:刘艳妮

责任印制:刘士平 / 封面设计:卢秋红

版权所有,违者必究;未经本社许可,数字图书馆不得使用

科学出版社 出版

北京东黄城根北街16号

邮政编码:100717

<http://www.sciencep.com>

新蕾印刷厂 印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2003年9月第一版 开本:787×1092 1/32

2003年9月第一次印刷 印张:8 1/8 插页 1

印数:1—8 000 字数:174 000

定价:15.00 元

(如有印装质量问题,我社负责调换〈新欣〉)

**本书在编写过程中,得到
中国人民解放军第二炮兵计划
生育领导小组办公室的大力支
持,特致谢意!**

序

生殖健康指与性和生殖有关的生理、心理、行为和道德的健康。它不仅是医学领域的一个重要方面,而且已成为一个受到广泛关注的社会问题,关系到每个人的心身健康,每个家庭的和谐幸福,乃至社会的稳定和文明。1994年在开罗召开的世界人口与发展大会上,国际社会首次提出了妇女生殖健康的概念、内容和奋斗目标。妇女生殖保健工作在我国受到党和政府的高度重视,并取得了长足的发展。随着经济发展和文化普及,特别是我国人口与计划生育工作的深入开展,广大群众尤其是青年人越来越重视和关心男性生殖健康。研究男性生殖健康问题,提高男性生殖保健水平,是摆在广大医务工作者和计划生育工作者面前的一个重要课题。

军队是阳刚之旅。男性官兵是部队的主体。从政治上讲,为了捍卫国家主权、维护社会稳定,他们可以不计得失、流血牺牲。从生理、心理学上看,他们也是肉体凡胎,有着七情六欲,要结婚生育,会患病迷惘,需要生殖健康方面的教育和指导。关注和重视男性青年官兵的生殖健康,既有利于推动部队的计划生育工作,又有利于提高部队的凝聚力和战斗力。

人人关注生殖健康,并不等于人人懂得生殖健

康。提高生殖健康水平,教育必须先行。中国人民解放军第二炮兵 96531 部队的王怀湘、郑保英、汪国宏等三位同志,出于对青年官兵生殖保健和部队计划生育工作的责任感,在工作之中,不断积累经验,在工作之余,四处检索资料,编写出《男性青年生殖健康》一书,殚精竭虑,难能可贵,实属做成一件有益于广大青年和部队官兵的好事,一件有利于推动部队计划生育工作的好事。

相信本书会成为广大青年尤其是部队官兵增强生殖健康意识、提高生殖保健能力的良师益友。

第二炮兵计划生育领导小组办公室 张 明

2003 年 8 月 1 日

前 言

生殖健康是近年来发展起来的一门新学科。普及生殖健康知识,提高广大群众的生殖健康水平,是我国计划生育工作和基层卫生工作面临的一个重要课题。鉴于此,我们觉得有责任、有必要做一些探索和宣传,尽我们的微薄之力,为广大青年特别是部队官兵提供一些生殖健康方面的知识,于是,提笔编写了这本书。

在编写过程中,我们坚持以严谨、严肃、科学、求实的态度对待每一个问题;以青年经常关注的生殖健康和道德行为问题为主,突出部队特点,增强解答的针对性;以不懂医学的青年官兵为对象,力求增强知识性和趣味性,以期能帮助青年官兵正确认识性科学知识,树立正确的婚育观、道德观,增强性适应力和自我控制力,提高生殖保健能力,并模范执行计划生育国策。

在编写过程中,我们参阅了大量资料,在此对原作者及出版者表示感谢;中国人民解放军第二炮兵计划生育领导小组办公室张明主任在百忙之中为本书作序,并对本书进行修改和指导。河南科技大学第一附属医院程远合教授、中国人民解放军第二炮兵总医院副院长周练博士对书稿进行了审阅。中国科学院

科学出版社编辑李国红对本书的出版给予了大力帮助。编写和出版过程中,得到了中国人民解放军第二炮兵计划生育领导小组办公室、96531 部队计划生育领导小组及科学技术委员会的支持和资助。在此一并表示衷心的感谢。

由于我们的经验和知识有限,书中难免有不妥或错误之处,敬请大家批评指正。

愿广大青年和部队官兵身体健康,家庭幸福!

编 者

2003 年 6 月

目 录

序

前言

- 一、男性青年生殖健康 (1)
 - 1. 健康的新概念是什么? (1)
 - 2. 什么是生殖健康? (2)
 - 3. 生殖健康包括哪些内容? (3)
 - 4. 男性生殖健康的标准是什么? (4)
 - 5. 生殖健康为什么要强调男性参与? (5)
 - 6. 影响男性健康的因素有哪些? (7)
 - 7. 男性健康的原则是什么? (8)
 - 8. 男性青年军人健康投资的重点是什么? (10)
 - 9. 青年军人为什么要接受生殖健康教育? (11)
 - 10. 对男性青年官兵应进行哪方面的生殖健康教育? (13)
 - 11. 军队开展生殖健康教育应坚持什么原则? (13)
 - 12. 对男性青年军人开展生殖健康教育的意义是什么? (15)
 - 13. 军队生殖健康服务的内容有哪些? (16)
- 二、男性生殖系统与生殖健康 (18)
 - 1. 男性生殖器官有哪些? (18)
 - 2. 阴囊有什么作用? (20)

3. 为什么阴囊皮肤又黑又皱? (21)
4. 阴茎为什么会勃起? (22)
5. 阴茎的大小与性生活有关吗? (24)
6. 怎样才算小阴茎? (25)
7. 睾丸的主要功能是什么? (26)
8. 睾丸大小与性功能有何关系? (26)
9. 两侧睾丸为什么不一样大? (27)
10. 为什么说睾丸是男子力量的源泉? (28)
11. 附睾有什么功能? (29)
12. 精索是由哪些组织构成的? (30)
13. 前列腺的位置在哪里? 在男性生殖活动中
有何作用? (30)
14. 男性尿道有何作用? (32)
15. 精液是由哪些成分组成的? (32)
16. 精液的气味来自何方? (33)
17. 精子是什么样的? (34)
18. 精子是怎样产生的? (35)
19. 精子最怕什么? (36)
20. 排尿与射精为什么不能同时进行? (37)
21. “青龙克妻”、“白虎克夫”是真的吗? (38)
22. 性激素有哪些? 与性欲有何关系? (38)
23. 男性下丘脑-垂体-性腺轴的功能是什么?
..... (39)
24. 男女性反应周期分哪几个阶段? (40)
25. 男女性功能的生理特征有哪些不同? (41)
26. 生命是怎么开始的? (43)
27. 新生命开始需要哪些准备? (43)
28. 什么是受精? 生男生女是怎么回事? (44)

29. 睾丸受伤后是否会影响生育能力?	(45)
三、男性性发育与生殖健康	(47)
1. 什么是青春期?	(47)
2. 青春期是如何划分的?	(47)
3. 为什么说青春期是性成熟的关键时期?	(48)
4. 青春发育期有哪些生理表现?	(49)
5. 男女性征的差异是什么?	(50)
6. 什么是遗精或梦遗?	(51)
7. 有遗精感觉时将其“憋回去”有什么危害?	(52)
8. 为什么劳累或剧烈运动后容易遗精?	(53)
9. 什么是青春期发育延迟?	(54)
10. 男性军人应该如何注意生殖器官的卫生保健?	(55)
11. 男性手淫的原因是什么? 手淫对身体有影响 吗?	(57)
12. 怎样戒除过频手淫?	(59)
13. 为什么男性长胡须而乳房不发育, 女性不长 胡须而乳房却很丰满?	(60)
14. 男性青年为什么会出现乳房硬块?	(61)
15. 夜间/晨间阴茎勃起正常吗?	(62)
16. 阴毛的分布与性欲有关吗?	(63)
17. 前列腺的生长发育有何规律? 它会得哪些 疾病?	(64)
18. 阴囊经常潮湿出汗是怎么回事?	(66)
19. 烟酒为什么能损害精子?	(66)
20. 为什么说青春期是人生的“危险时期”?	(67)
四、男性青年性心理与生殖健康	(69)
1. 什么是性?	(69)

2. 什么是性心理?	(71)
3. 什么是性欲?	(72)
4. 影响性欲的十大因素是什么?	(73)
5. 男性青年喜欢看漂亮的女性是病态吗?	(74)
6. 青年军人性心理的主要特征是什么?	(75)
7. 青年军人性心理特征形成的原因是什么?	(75)
8. 男性青年军人如何加强性心理调节?	(77)
9. 男性性心理的活动规律是怎样的?	(78)
10. 男性青年常见的不健康心理有哪些表现?	(79)
11. 为什么会出现性幻想, 出现性幻想是不是思 想品德有问题?	(80)
12. 常做性梦怎么办?	(82)
13. 什么是性紧张? 如何正确对待青春期的性 冲动?	(83)
14. 男性青年择偶的心理类型有哪些?	(84)
15. 青年男女恋爱的心理特征是什么?	(85)
16. 性恐惧是怎么产生的?	(87)
17. 什么是性变态? 有哪些表现?	(87)
18. 同性恋是怎么回事?	(88)
19. 为什么有的男性喜欢女性贴身衣物?	(90)
20. 青春期闭锁心理是怎么回事?	(90)
21. 错误的性观念对心理健康发展有哪些危害?	(91)
五、青年男性性道德修养与生殖健康	(93)
1. 什么是性道德? 其标准是什么?	(93)
2. 青年军人怎样加强性道德修养?	(95)
3. 如何鉴别性科学与色情淫秽物品?	(96)

4. 什么是性素质?	(97)
5. 什么是性动机?	(98)
6. 什么是性观念?	(99)
7. 男性青年军人对性应持何种态度?	(100)
8. 什么是性爱?	(100)
9. 如何正确对待初恋?	(101)
10. 怎样看待和调节恋爱中的欲求?	(102)
11. 婚前性生活有什么危害?	(103)
12. 长期两地分居的军人夫妻如何保持婚姻之树 常青?	(104)
13. 什么是性犯罪?	(106)
14. 我国法律规定的性犯罪种类有哪些?	(106)
15. 性犯罪有哪些特点?	(108)
16. 青年军人中性犯罪者的原因有哪些?	(109)
17. 如何预防性犯罪?	(110)
18. 什么是性权利和性义务?	(111)
19. 性文明与社会稳定有何关系?	(112)
六、男性不育与生殖健康	(114)
1. 什么是不育(孕)症? 其原因有哪些?	(114)
2. 男性不育的分类及病因是什么?	(115)
3. 不育夫妇如何就医?	(116)
4. 如何采集精液标本?	(117)
5. 怎样看精液常规化验单?	(118)
6. 精索静脉曲张为什么能引起男性不育?	(119)
7. 为什么精索静脉曲张多发生于左侧?	(120)
8. 腮腺炎为什么会引起男性不育?	(121)
9. 慢性前列腺炎会影响生育吗?	(122)
10. 前列腺炎患者如何自我调节?	(123)

11. 遗精会影响生育吗? (124)
12. 不合理的性生活会造成不育吗? (124)
13. 睡眠不足与男性不育有关系吗? (125)
14. 失去一个睾丸后还有生殖能力和正常性功能吗? (126)
15. 什么是人工授精? (127)
16. 试管婴儿是在试管内长大的吗? (128)
17. 日常生活中影响男性生殖健康的不良因素有哪些? (129)
18. 怎样判断男性不育是否康复? (130)
19. 男性青年军人如何预防不育? (131)
- 七、男性性功能障碍与生殖健康** (133)
 1. 什么是性功能? 正常性功能包括哪些内容? (133)
 2. 什么是男性性功能障碍? 有哪些主要表现? (134)
 3. 什么是性欲低下? (135)
 4. 什么是早泄? (136)
 5. 首次性交过快算早泄吗? (137)
 6. 为什么说调整好精神状态是防治早泄的先决条件? (138)
 7. 怎样防治早泄? (139)
 8. 什么是勃起功能障碍(ED)? (139)
 9. 勃起功能障碍(ED)的发病情况如何? (140)
 10. 造成勃起功能障碍的心理因素有哪些? (141)
 11. 怎样知道自己是不是心理性勃起功能障碍? (142)
 12. 怎样判定夜间有无阴茎勃起? (143)

13. 自我判断勃起功能障碍(ED)的误区有哪些?	(144)
14. 如何面对男性功能障碍?	(145)
15. 西地那非后时代,男性勃起功能障碍的诊治 原则有何进展?	(146)
16. 性心理治疗为什么要强调夫妻共同参与进行?	(148)
17. 伟哥是春药吗?	(149)
18. 什么是不射精症?	(150)
19. 男子功能障碍患者怎样正确看待和理解自 身的障碍?	(151)
20. 男子功能障碍患者如何自我调治?	(151)
21. 可导致性功能障碍的药物有哪些?	(153)
22. 常用的性治疗方法有哪些?	(154)
八、性传播疾病与生殖健康	(156)
1. 什么是性传播疾病和性病?	(156)
2. 常见的性传播疾病有哪些? 其病原体是什么?	(157)
3. 性传播疾病的传播途径有哪些?	(157)
4. 性传播疾病的主要流行特征是什么?	(158)
5. 性传播疾病的严重危害是什么?	(159)
6. 什么是不洁性交?	(160)
7. 什么是淋病? 患淋病后怎么办?	(161)
8. 什么是梅毒?	(162)
9. 艾滋病是什么? 它是怎样感染的?	(164)
10. 为什么说艾滋病重在预防?	(165)
11. 为什么说预防艾滋病男士责无旁贷?	(167)
12. 什么是尖锐湿疣?	(167)

13. 什么是性病性淋巴肉芽肿?	(169)
14. 什么是生殖器疱疹? 如何预防?	(170)
15. 什么是非淋菌性尿道炎?	(172)
16. 什么是软下疳?	(173)
17. 什么是淋菌性前列腺炎?	(174)
18. 什么是传染性软疣?	(175)
19. 男性滴虫病是怎么回事?	(176)
20. 性病为什么总是迁延不愈?	(177)
21. 性病患者常见的心理问题有哪些?	(179)
22. 什么是性病恐惧症?	(181)
23. 性病诊治中的不规范行为有哪些?	(182)
24. 哪些疾病容易与性病混淆?	(183)
25. 泌尿系感染就是性病吗?	(185)
26. 网络性与性病有关吗?	(186)
27. 性病自我防治的误区有哪些?	(187)
28. 性病感染可导致多器官受损吗?	(188)
29. 预防性病的保护措施有哪些?	(189)
九、优生、节育与生殖健康	(191)
1. 为什么要进行婚前检查?	(191)
2. 婚前检查有哪些内容?	(193)
3. 什么是最佳婚育年龄?	(193)
4. 冒险生育有何危害?	(195)
5. 什么情况下不宜受孕?	(195)
6. 如何把握最佳受孕时机?	(196)
7. 怀孕前要做好哪些工作?	(197)
8. 妻子怀孕前丈夫应该做些什么?	(198)
9. 妻子怀孕后丈夫应该怎么办?	(200)
10. 孕期丈夫们常犯哪些过失?	(201)

11. 夫妻感情对胎儿发育有什么影响?	(202)
12. 性病患者是否可以结婚生孩子?	(203)
13. 避孕的原理是什么?	(204)
14. 男性节育有哪些途径?	(204)
15. 如何正确使用避孕套避孕?	(205)
16. 使用避孕套会出现哪些意外情况?	(207)
17. 男用避孕套除了避孕外还有什么作用?	(208)
18. 输精管阻断节育法对身体健康有影响吗?	(209)
19. 输精管结扎后为什么妻子又怀孕了?	(210)
20. 男子绝育后性欲会受影响吗?	(211)
21. 男性绝育后还能恢复生育吗?	(212)
22. 避孕药膜避孕法是怎么回事?	(213)
23. 男性口服避孕药物有哪些?	(213)
24. 体外排精避孕法是否安全?	(214)
25. 什么是尿道压迫避孕法?	(216)
26. 新婚性生活如何选择避孕方法?	(216)
27. 两地分居的夫妇适合哪种避孕药?	(217)
28. 避孕会影响性生活吗?	(218)
29. 什么是自然避孕法?	(219)
30. 什么是紧急避孕? 有哪些方法?	(221)
十、环境因素与生殖健康	(223)
1. 环境因素对妊娠有何影响?	(223)
2. 金属会影响生殖健康吗?	(225)
3. 居室环境污染有哪些?	(226)
4. 室内装修对生殖健康有什么影响?	(228)
5. 生活中的核辐射污染有哪些?	(230)
6. 什么是电磁辐射污染?	(231)