

警营图书角

JINGYINGTUSHUJIAO

男性生殖健康系列

认识 男性身体

RENSHI
NANXINGSHENTI

丁建华 主编

中国人口出版社



中国健康知识问答

CHINA HEALTH KNOWLEDGE Q&A

中国健康知识问答系列

认识 男性身体

中国健康知识问答系列
中国健康知识问答系列

中国健康知识问答系列

中国健康知识问答系列



 警营图书角
JINGYINGTUSHUJIAO

男性生殖健康系列

认识 男性身体

RENSHI
NANXINGSHENTI

丁建华 主编

中国人口出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

认识男性身体/丁建华主编. —北京: 中国人口出版社, 2010.2
(警营图书角. 男性生殖健康系列)
ISBN 978-7-5101-0382-7

I. ①认… II. ①丁… III. ①男科学—基本知识 IV. ①
R697

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第022847号

认识男性身体

丁建华 主编

出版发行 中国人口出版社
印 刷 北京国人传媒印务有限公司
开 本 850×1168 1/32
印 张 11.375
字 数 200千字
版 次 2010年3月第1版
印 次 2010年3月第1次印刷
书 号 ISBN 978-7-5101-0382-7
定 价 36.00元 (全9册)

社 长 陶庆军
网 址 www.rkcbs.net
电子信箱 rkcbs@126.com
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 编 100054

版权所有 侵权必究 质量问题 随时退换

编 委 会

主 编：丁建华

本册主编：银 娟

编 委：武进赟 杨 成 陈丽娟 孟凡荣
杨达仁 丁建宏 何 军 俞倚林



武警

目录

CONTENTS

01 男性生殖器官中能看见的部分有哪些结构?	1
02 男性生殖器官中看不见的部分有哪些结构?	1
03 生殖器官分别执行什么任务?	3
04 从男孩变为成年男子, 身体悄悄经历什么变化?	4
05 前列腺在男人一生中扮演什么角色?	6
06 阴茎靠什么力量从“沉睡”到“挺直”?	9
07 所有男孩都遗精吗?	10
08 为什么男性也会乳房胀大或胀痛?	11
09 男子不长胡须是否发育不正常?	12
10 有的男性为何阴毛稀少?	13
11 每个人都需要割包皮吗?	14
12 正常阴茎的标准是多少?	16
13 为什么每天早上起来, “它”总是硬着?	16
14 精液是什么?	17
15 精液的组成成分是什么?	17
16 精液从何而来, 去向何处?	18
17 勃起时阴茎稍微弯曲正常吗?	19
18 尿和精液会不会同时排出来?	20

目录

CONTENTS

武警

19 尿液浑浊是漏精吗?	21
20 怎样才算正常的遗精?	22
21 精液会遗尽枯竭吗?	22
22 精液量越多越好吗?	23
23 精液越多就越易受孕吗?	24
24 正常的精液气味是怎样的?	25
25 精液的气味有什么意义?	25
26 射精带血是怎么回事?	26
27 男性体内有雌激素吗?	27
28 阴茎发育到何时停止?	28
29 为什么阴茎在射精后不能立即再次勃起?	29
30 什么情况可能导致“阴茎罢工”——阳痿?	30
31 阴囊也有静脉曲张吗?	31
32 男性的性敏感区域有哪些?	33
33 阴茎大小与性能力有关系吗?	33
34 性欲强就是性能力强吗?	34

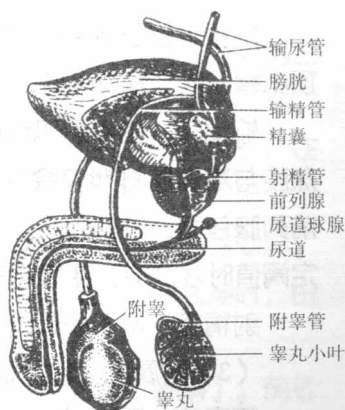


01 男性生殖器官中能看见的部分有哪些结构?

男性生殖系统大部分在身体外部,可直接看到,我们将能看见的部分称为外生殖器官。外生殖器官由阴囊和阴茎构成。

阴囊: 一个薄壁囊袋,内装睾丸和附睾,两侧各一。儿童时期阴囊皮肤柔嫩,容积小;青春期开始后随睾丸的发育而逐步增大,出现色素沉着。

阴茎: 由三部分组成,后端为阴茎根,中部为阴茎体,前端为阴茎头(亦称龟头)。阴茎由三条圆柱形海绵体组成,两条在背侧,称为“阴茎海绵体”;一个在腹侧,称为“尿道海绵体”。前端膨大为龟头,上有尿道开口。阴茎在11~14岁开始发育,比睾丸增晚1~2年;15~16岁发育如成人状,具有勃起功能,出现首次遗精。



02 男性生殖器官中看不见的部分有哪些结构?

男性的内生殖器官由睾丸、输精管道和附属腺组成。



(1) 睾丸：男性的生殖腺，为一椭圆形腺体，左右各一，位于阴囊之中。

一般而言，睾丸在11岁就开始发育，但也有人是在15岁左右才开始。青春期前，睾丸处于幼稚状态，容积不足3毫升，睾丸中产生精子的曲细精管又非常狭细，看不见管腔。10岁左右，曲细精管开始发育，管壁出现少量的精原细胞；12岁左右，睾丸迅速发育，容积增到12毫升以上，曲细精管的长度和曲折度都增加，管壁的精原细胞则不断分裂繁殖，逐步发育成各期生精细胞，最后产生精子，同时间质细胞分泌雄激素等。

(2) 输精管道：由附睾、输精管及射精管组成。

附睾：位于睾丸的后上方，形状为新月形，左右各一，像一顶小帽子盖在睾丸上端。

输精管：由平滑肌组成的成对管道，沿睾丸后缘上升，进入盆腔与精囊腺排泄管会合，形成射精管。射精管长约2厘米，被前列腺包围，并开口于尿道前列腺部，射精管只在性兴奋达到一定阈值时才开放，使精液射出。

射精管：位于尿道嵴位上的开口，既小又狭窄。

(3) 附属腺：包括精囊腺、前列腺与尿道球腺。

精囊腺：是一对分泌腺，分泌物参与精液组成。

前列腺：位于盆腔内膀胱底部、膀胱颈附近，围绕尿道。

尿道球腺：在前列腺下方，尿道两旁，在性兴奋和射精之前有少量分泌液进入尿道。



03 生殖器官分别执行什么任务？

阴囊：主要功能是调节温度，保持睾丸处于恒温环境（35℃左右）。阴囊皮肤薄而柔软，含有丰富的汗腺和皮脂腺，阴囊的皮下弹力纤维有良好的伸缩性，遇冷收缩成皱折以保温，阴囊收缩使睾丸上提接近腹部，借助身体热量而提高温度；在炎热时，阴囊松弛使睾丸下降，拉长与腹部的距离，同时分泌汗液以利于阴囊内散热，使睾丸温度下降。阴囊是睾丸的“恒温箱”，当阴囊出现毛病时，恒温环境受到破坏，则不利精子的生成和发育，影响精子的质量。

阴茎：主要功能是排尿、排精液和进行性交，是性行为的主要器官。阴茎皮肤极薄，皮肤下无脂肪，具有活动性和伸展性。阴茎海绵体的血窦可以附入血液，在无性冲动时，阴茎绵软，在性刺激时阴茎海绵体的血窦内血液增多，阴茎则膨大、增粗变硬而勃起，当流入的血液和回流的血液相等时，则阴茎持续勃起。阴茎头部神经末梢丰富，性感应力极强，在性交达到高潮时，由于射精中枢的高度兴奋而勃起射精。

睾丸：主要功能是产生精子和分泌男性激素（睾酮）。前者与卵子结合而受精，是繁殖后代的重要物质基础，后者则是维持男性第二性征（副性征）的重要物质。睾丸中曲细精管上的间质细胞则分泌大量雄激素和少量雌激素，所以睾丸又是男性重要的内分泌器官。

附睾：主要功能是促进精子发育和成熟，及储存和运输精



子。精子从睾丸曲细精管产生，但缺乏活动能力，不具备生育能力，还需要继续发育以至成熟，此阶段主要在附睾内进行。在排精时，由于附睾及输精管的收缩，精子随同精液通过射精管和尿道排出体外。

输精管：主要功能是运输和排泄精子。当输精管发生炎症或堵塞时，精子就不能排出而造成男性不育症。在射精时，交感神经末梢释放大类类似肾上腺素物质，使输精管发生互相协调而有力的收缩，将精子迅速输往排泄管、射精管和尿道中。

射精管：主要功能是射精。射精管壁肌肉较丰富，具有强有力的收缩力，帮助精液射出；另一方面精液通过狭小开口，似乎有一种挤出感，通过神经反射，引发出射精的快感，从而达到性高潮期。

前列腺：分泌出一种碱性的液体来中和尿道的酸度，避免精子受到破坏。这种液体由腺体细胞不停地制造和分泌，在性兴奋时可以大量产生。

04 从男孩变为成年男子，身体悄悄经历什么变化？

在这段时期的诸多变化中，最重要的一项就是身体将要为做“爸爸”而预备。当然这不意味着马上就可以当爸爸了，而是身体不断发育，从而具备生育能力。

首先，在青春发动期间，身体会比以往更快速地成长，在这



个阶段，男孩子的身高、体重、力气以及柔韧度都有戏剧性的增长，身上的肌肉也会更像成熟男人身上的肌肉，身体会变得更加强壮。

同时，会发现自己的脸上开始长出胡须，开始像爸爸那样时常刮胡子。在腋下及生殖器官周围会开始长出体毛。同时，生殖器官也会逐渐变大，长得更像一个成年男子。这些征兆都说明那个小男孩已经永远地消失了，从此一个真正的成熟男人出现在这个世界，并且具备了做丈夫、做父亲的能力。

脑垂体迅速发出信号，催促各个器官立刻采取行动，而身体的每个器官都会受到影响，甚至连声音都变了。这样的情形会持续几个月，但是大可不必感到紧张，或者忧心忡忡，因为嗓音很快就会变得低沉，并且会稳定下来，声带的发育总是要花费一些时间的。

在青春发动期间，身体的各个部分都会在某种程度上受到影响，包括皮肤。青少年的身体会经历许多变化，皮肤问题却是最令他们头疼的问题。皮肤表面的疹子主要是由青春期内人体分泌的油性物质所引起的。这类油性分泌物充满了皮肤表层的毛孔，并导致毛孔被堵塞。由于这些分泌物没有





渠道排泄出去，久而久之，就发生硬化，形成疙瘩或黑头。青春期的少男少女几乎都会在很多年中为皮肤的问题（皮肤看上去不够完美）而焦虑。

温馨提示

脸上出现的疙瘩或黑头，就是粉刺。这时就需特别小心，一定要经常保持脸部皮肤的清洁，尽量让脸上的灰尘和油脂少一些。同时也要注意饮食，摄入某些食物会导致皮肤问题。如果脸上的粉刺非常严重，最好去看皮肤科医生，医生将建议采用最佳的治疗方法。

05 前列腺在男人一生中扮演什么角色？

前列腺是男性生殖器官，它虽只有核桃大小，在人体器官中并不引人注目，但它在男性生殖繁衍中扮演着不可缺少的角色。

在幼儿时期，人体不给它分配任何工作；到了少儿时期，随着人体睾丸的发育，其合成的雄激素源源不断地供应给前列腺，使前列腺逐年长大；到了青春期时，前列腺也长成一个“成年人”的体魄，重达20克，有3厘米长。在少年时期如缺乏雄激素的营养，前列腺将终生都处于幼稚期。



在幼儿时期，前列腺很少招惹疾病；到了“情窦初开”时，就会有疾病找上门来。那些患有包皮过长的少年，常发生包皮龟头炎、尿道炎等，这些部位感染的细菌会从不时开放的射精管侵入前列腺，引起前列腺炎。据统计发生前列腺炎最小的年龄为12岁。当然，预防少年时期前列腺炎的有效方法就是尽早切除多余的包皮。

到了青壮年时期，前列腺是勤劳而繁忙的。此时，前列腺开始了“试运行”，少量地生产前列腺液，为精子提供运动能量；当人婚配后，前列腺的工作显得繁忙起来，昼夜不停地生产前列腺液，以保障精子源源不断地输送。这个时期，对于前列腺来说是一个“多事之秋”。此时人体的性活动如过于频繁，会使前列腺长期处于超负荷运转，身心疲惫、抵抗力下降，就容易招致病菌的伤害。



由于前列腺借助射精管与人的尿道相通，因性活动的频繁，射精管经常处于开启状态，尿道内的致病菌可以逆行而上，侵入前列腺并生长繁殖，引起前列腺炎。如有“野游史”，前列腺还会遭受淋球菌、衣原体、支原体等性病病菌的侵害，引起性病性前列腺炎；身体其他部位的结核杆菌也会乘机光顾前列腺，引起结核性前列腺炎。偶



而还会有蛲虫寄生于前列腺，引起蛲虫性前列腺炎。当前列腺受到炎症破坏后，首先可导致精液质量下降、生育能力降低，甚至引起部分人不育。同时，慢性炎症还常引起人体性功能的异常，如阳痿、早泄等。

温馨提示

要想将疾病拒之门外，保持生殖器官的局部卫生是最重要的。此外，尽早矫正包茎、包皮过长等先天畸形，洁身自好预防性病菌感染，只有这样前列腺才能永远健康。

人过了60岁，此时前列腺“老态龙钟”，渐渐地“胖”起来了。老年后性活动逐渐减少，前列腺的工作负担也渐渐减轻，其功能细胞开始萎缩。由于老年期人体内激素水平发生紊乱，前列腺边缘的非功能细胞就发生异常增生，使前列腺体积增大，压



迫尿道，引起尿频、尿急、尿线变细、排尿困难等。医学上把这异常增大的前列腺称为“前列腺增生症”，增大的前列腺就像一座山，阻挡了尿液的流出口，可引起尿潴留、肾积水，以至肾衰尿毒症而危害生命。



不仅如此，到了老年期的前列腺，一些细胞也会发生突变而形成癌细胞。因此，当前列腺“发胖”后，不要只认为是前列腺增生，还应抽血查一下PSA（前列腺特异性抗原），以确定前列腺有否发生癌变。如果前列腺发生了癌变，那就得毫不犹豫地处理掉它。

06 阴茎靠什么力量从“沉睡”到“挺直”？

这先要从阴茎的解剖结构说起。

阴茎的最主要结构是两个阴茎海绵体和一个尿道海绵体。海绵体就像它的名称一样，结构像海绵。它是由血管窦相互连接组成的。平时，流经它的血液流量很少，每分钟仅4毫升左右，整个阴茎就处于疲软状态。而当有性兴奋发生的时候，在诱发阴茎勃起的阶段，血流量可骤然增加到每分钟80~120毫升，平均为100毫升。即使在充分勃起后，为了保持这种勃起状态、勃起的硬度，仍然需要有每分钟20~40毫升的血流量进入阴茎海绵体内。在这增加的血流量的作用下，这个“海绵”内的压力骤然增高，阴茎就勃起、变得坚硬了。

这个道理和为轮胎打气一样，充气充足的时候，轮胎就变得坚硬了，这很容易理解。当然，阴茎勃起的机理比轮胎打气复杂得多，它是一种动态平衡，是不断有充血和血液回流，从而始终保持阴茎海绵体内达到一定压力，从而维持勃起的硬度。不难看出，决定阴茎勃起后的大小、坚硬程度的主要因素是流向阴茎的血流量。



07 所有男孩都遗精吗？

遗精通常又称为“梦遗”或“梦精”，多数男孩在睡梦中发生遗精。

遗精是男孩子青春期的正常生理现象。遗精并不是男孩子胡思乱想就能想出来的。到了青春期，他不想，也会发生，没到青春期，不管他怎么想，也不会发生。也就是说，遗精是自发的、不随意的反射活动，它不是人的意识所能控制的。

温馨提示

由于认识上的误区，有些青少年，对早晨醒来时发现自己梦遗这一现象感到迷惑或惶恐不安，甚至产生负罪感。当他们发现流出的精液污染了衣物被褥时，总是感到难于见人，生怕被人发现。



其实，稍有些生理常识的人都知道，精液是男性性腺和性器官分泌的乳白色、带有特殊气味的液体，遗精排出的精液与性交时的精液完全相同。由于青春期的男性在生理、心理上迅速发育成熟，特别是性生殖系统变化较大，睾丸体积增大，