

农 村

婚姻卫生知识

周喜民
马智主 编



中原农民出版社

ZHONG YUAN NONG MIN CHU BAN SHE

婚姻卫生知识

主 编 周喜民 马 智 中原农民出版社

农村婚姻卫生知识

周喜民 马智 主编

责任编辑 范云操

中原农民出版社出版

河南尉氏印刷厂印刷

河南省新华书店发行

850×1168毫米 32开本 11.875印张 286千字

1991年3月第1版 1991年3月第1次印刷

印数1—5500册

ISBN 7-80538-214-X/R·21

定 价 4.50 元

内 容 提 要

婚姻是人生的转折。了解人们在青春期、恋爱期、新婚期、孕期等阶段生理、心理上的巨大变化以及应采取的卫生保健措施，十分必要。对此，本书作了系统而生动的讲述，包括男女择偶心理分析、婚龄及配偶年龄差、婚期选择、蜜月保健与新婚期疾病、性生活和谐及频度、影响性功能的各种因素、年龄与性衰老、正常性心理及变态、各种性功能障碍与不孕症的治疗、性病防治、孕期选择及胎教等内容。

本书可供各行业广大群众阅读。

主编 周喜民 马 智

编者 (按姓氏笔划排列)

马 智 王希琳 孙桂珍 陈大可

宋玉华 周喜民 阎顺兴

前 言

结婚，从某一角度讲，可谓人生一大转折。围绕着结婚前后所发生的各种事件，无论是社会学方面的还是生物学方面的，无不对婚姻当事人的心理和生理有所影响。这些影响有的是正性的，也有的是负性的；有的仅涉及到婚姻当事人，有的则涉及到其子孙。研究这些影响的组分及其作用机制，促使和增强正性影响的作用，避免或减弱负性影响，有重要的意义。

优生优育，是随着社会生产力的发展，人类生育观发生了质的飞跃，从自由王国向必然王国过渡中逐步形成的科学的观念。但从根本上讲，实现优生优育的措施，必须从婚前实施。

婚姻，作为建立在性欲望、社会欲望、爱情欲望基础之上的男女结合，是人类文明的产物。婚姻家庭，是人类社会组织形式之一。了解并正确地处理婚姻当事人于结婚之后，在心理生理等方面的各种变化，无疑对巩固家庭关系，促进身体健康，提高生活质量以及合理地、优化地孕育后代有着重要意义。

本书开头部分，除简要介绍了男女生殖系统的解剖生理和有关青春期卫生知识外，从婚前恋爱阶段入手，对婚前期、婚期、孕期等各个生活阶段，在卫生保健方面可能遇到的问题及其对策，做了较为系统的介绍。其中对婚前检查、近亲婚配问题、夫妇性生活中可能发生的问题、优生优育、遗传咨询以及计划生

育、不孕症等，进行了较为深入的讨论，旨在揭示和普及这些与人类生活和人类繁衍关系至为密切的科学技术和防治某些疾病的知识。

婚姻卫生学已成为一门新兴的学科，但其所涉及的范畴目前尚缺乏统一规定，许多与之有关的问题还有待于进一步探讨；加之作者水平所限，书中谬误之处在所难免，敬希同道不吝赐教。

周喜民 马智

目 录

第一章 绪论	(1)
第二章 生殖系统的解剖与生理	(8)
第一节 男性生殖系统	(8)
第二节 女性生殖系统	(15)
第三章 青春期卫生	(23)
第一节 青春期的开始	(23)
第二节 青春期的特征	(24)
第三节 青春期保健	(29)
第四章 恋爱期卫生	(37)
第一节 健康的恋爱心理	(37)
第二节 男女择偶的心理分析	(41)
第三节 恋爱顺境和逆境 (失恋) 心理	(44)
第四节 正确处理热恋中的近体度	(47)
第五节 早恋的危害	(50)
第五章 婚前期保健	(53)
第一节 婚前心理准备	(53)
第二节 婚龄与配偶间的年龄差	(55)
第三节 结婚的禁止条件	(61)
第四节 近亲结婚的危害	(64)

第五节	婚前检查	(72)
第六节	婚前性教育	(78)
第七节	性冲动的克制	(81)
第八节	婚前性行为的危害	(83)
第九节	婚前释疑	(86)
第六章	婚期卫生	(104)
第一节	婚期选择	(104)
第二节	新婚之夜	(106)
第三节	新婚期疾病	(111)
第四节	婚期勿过劳	(123)
第五节	新婚期的药物禁忌	(124)
第六节	蜜月旅游的保健	(126)
第七节	新婚期食补	(128)
第八节	婚期吸烟、饮酒的危害	(131)
第七章	性事卫生	(136)
第一节	性生活是正常的生理现象	(137)
第二节	性生活的和谐	(139)
第三节	性生活的频度	(152)
第四节	性器官的卫生	(156)
第八章	影响性功能的因素	(158)
第一节	精神心理因素	(158)
第二节	局部因素	(162)
第三节	全身性疾病	(163)
第四节	手术的影响	(166)
第五节	药物的影响	(168)
第六节	年龄因素与性衰老	(173)

第七节 其他因素的影响	(175)
第九章 性心理简介	(178)
第一节 正常的性心理	(179)
第二节 性心理变态	(189)
第十章 性功能障碍	(199)
第一节 男性性功能障碍	(200)
第二节 女性性功能障碍	(219)
第三节 性厌恶和性欲抑制	(224)
第四节 “蜜月性功能障碍”释疑	(228)
第五节 影响性生活的常见性器官疾病	(231)
第十一章 性病的诊疗与预防	(236)
第一节 淋病	(239)
第二节 梅毒	(242)
第三节 软下疳	(249)
第四节 性病性淋巴肉芽肿	(250)
第五节 麻风	(252)
第六节 艾滋病	(258)
第七节 其他性病	(264)
第十二章 优生与优孕	(269)
第一节 优生学概说	(269)
第二节 遗传与遗传病概说	(271)
第三节 孕期的选择	(274)
第四节 孕期的保健	(278)
第五节 胎教	(284)
第六节 优生咨询	(286)
第七节 婚前检查	(302)

第十三章 计划生育	(303)
第一节 家庭生育计划.....	(310)
第二节 避孕的原理.....	(311)
第三节 避孕方法的选择.....	(312)
第四节 甌体避孕药.....	(314)
第五节 男用口服避孕药.....	(324)
第六节 外用避孕药具.....	(325)
第七节 安全期避孕.....	(328)
第八节 体外排精、尿道压迫及延长哺乳期避孕.....	(331)
第九节 人工流产.....	(332)
第十节 绝育.....	(333)
第十一节 避孕失败的原因.....	(337)
第十四章 不孕症	(339)
第一节 不孕症的定义与分类.....	(339)
第二节 不孕症的发病率.....	(342)
第三节 不孕的原因.....	(343)
第四节 不孕症的治疗.....	(351)
附表1 婚前健康检查表 (男)	
附表2 婚前健康检查表 (女)	

第一章 绪 论

婚姻是建立在性欲望、社会欲望、爱情欲望基础上的男女结合，其中性欲望是最根本的因素，人类正是由于具有性的特征和性的能力，才有了求爱、恋爱和婚姻，种族才得以延续和进化。

性活动是人类的一种生理现象，婚姻家庭则是人类的一种社会组织形式。而围婚期的许多因素，包括社会、心理、疾病都会影响人类的正常婚姻活动，从而影响人类繁衍、人口的质量、社会安定、家庭巩固等诸多问题。因此，婚姻卫生学的研究范围主要是围婚期的保健，包括青春期卫生、恋爱期卫生、婚前期保健、婚期卫生、性卫生、性功能、性心理、性病、优生优育和计划生育等。

婚姻卫生学是随着人类文明的诞生而萌芽、发展和成熟起来的，是从医学、卫生学角度研究与婚姻有关的男女双方身心保健的一门科学。它涉及社会科学和自然科学的许多方面，是一门新兴的边缘性交叉性学科。

婚姻卫生学与性医学、男性学和妇科学有着密切而广泛的联系，但又有别于它们，前者是建立在这三门学科基础上的一门科学，其侧重点在于解决婚前、婚期、婚后以及优生优育的卫生保健指导。

人类在几十万年以前，处于群婚杂交时期，经过漫长的历史进程以后，逐渐发现血亲或近亲交配所生育的子女，大都体质孱弱，

发育不良，在物竞天择中，有些种族竟因此而灭绝，被大自然所淘汰。人类在与大自然的斗争中，为了自身的生存和种族的延续，随着生产力的发展，面对上述事实，不得不对婚姻的选择逐步有所考虑。尽管当初这种思考极为原始，且没有文字记载，但人类婚姻形式的转变，从群婚杂交过渡到非群婚的配偶式婚姻，从多偶制发展为单偶制，其演变过程除自然环境变迁、社会生产力发展等因素外，无疑与对婚姻卫生的思考有一定关系。

至有文字以后，随着社会的进展，涉及婚姻卫生有关内容的记载逐渐增多。成书于几千年前的《易经》中曾记载：“人承天地，施阴阳，故设嫁娶之礼者，重人伦，广继嗣也。”这里提出了“设嫁娶之礼”，所谓礼，含有法度的意思；无疑，这时的嫁娶从婚姻卫生学角度讲，已有了质的飞跃。至春秋战国时，我国已有了专门从事两性阴阳炼气和采战之类房中术研究的“房术家”，其人数和著述均不少。1972年，在长沙马王堆出土的大量竹简、简牍和帛书中，有不少是记述婚姻卫生内容的，其中大部分内容对阐述性生理（包括性心理学）、讲究房事（古称接阴）和祛病延年有着积极的作用，与现代婚姻卫生学的研究十分接近。

如竹简《合阴阳方》中记载：“戏道：一曰气上面热，徐吻；二曰乳坚鼻汗，徐抱；三曰舌溥而滑，徐毛；四曰下沙股湿、徐燥；五曰啞干咽唾，徐撼。此谓五欲六微，备乃上，上搵而勿内，以至其气，气至深内，而上撼之，以抒其热。因复下，反之毋使其气歇，而女乃大喝。然后热十动，接十节，杂十脩。”这一段古文的意思是，夫妇过性生活时，应先有性感上的和谐和抚爱动作，待两情融合时，再由外而内逐渐深入，根据不同的情况而选用十种不同姿势、动作和频率，使双方达到性高潮。再如

《天下至道谈》谈到：“气有八益，有七损（损）。不能用八益去七损，则行年四十而阴气自半也，五十而起居衰，六十而耳目不聪明，七十上枯下说，阴气不用，深泣留出。令之复壮有道，去七损以抵其病，用八益以贰其气，是故老者复壮，壮不衰。”意思是说，夫妇性生活时应做到用八种有益的气功导引动作，可以保持精气，而避免七种有害的动作，以抵御疾病。以上两段文字，都说明了我国早在两千一百年前，已经对婚姻卫生保健有了较为深刻的认识和研究。

又如我国早期的医学经典著作《黄帝内经》中，对人的个体的产生（“两性相搏，合而成形”），男女生殖生理（“丈夫八岁，肾气实，发长齿更，二八，肾气盛，天癸至，精气溢泻，阴阳和，故能有子……”），以及男女生殖系统和与性生活、性卫生有关的疾病（“阳痿不用”，“梦接内”，“白淫”，“不育”……）也都有一定记载，而且有些论述至今对于指导临床实践仍有重要价值。

成书于春秋末年的《左传》中记载：“男女同姓，其生不蕃”；《礼记》中则载：“取于异性（非指男女间异性，而是指亲缘关系甚远者），所以附远厚别也”。这些，可以认为是我们祖先对优生学认识的最早记载。

此外，后世的诸多医籍，以及专门论述有关性事的著述，如《素女经》、《玉房秘诀》、《玉房指要》等，大都继承和发扬了这些研究成果，有些内容迄今仍有一定指导意义。

然而，长期以来由于封建思想的束缚，婚姻卫生学并未能得到充分发展，也未以学科的形式自成一个体系。而与婚姻卫生学相关的妇科学、男科学、性医学则相继得到了发展，随着这些学科的发展，尤其是性医学和男科学的发展，以及计划生育政策的深

入人心，近年来有关婚姻卫生学的著作也相继问世，越来越多的人认识到了它的重要性。

国外在婚姻卫生学研究方面起步较晚。这里以婚姻卫生学的重要组成部分——性医学的发展为线索，介绍一些国外的情况。最早开拓这一领域的基本上是德国的精神病学家，1886年出版的克拉夫特-埃宾（Krafft-Ebing·RV）的《性心理病》一书是现代性科学的奠基性著作。克拉夫特-埃宾（1840~1902）是德国出生的奥地利精神病学家，是现代性科学的奠基人。此外，参与性学研究开创的还有德国医学家摩尔（Moll·A，1862~1939），1912年出版了《性学手册》，并创建了“国际性研究学会”（International Society for Sex Research）；德国医学家赫希菲尔德（Hirschfeld·M'，1868~1935），1828年出版了《性学》5卷；德国医学家布洛赫（Bloch·I，1872~1922），1912年开始主编《性学手册大全》，把社会科学引入性学研究，被称为实际上的“性学之父”。

对性心理学研究有成就的两位学者是霭理斯和弗洛伊德。霭理斯（Ellis·H，1858~1939）是性心理学的创始者，著有《性心理学研究》7大卷；弗洛伊德（Freud·S，1856~1939）是维也纳精神病学家，著有《性学三论》。

美国第一位重要的性研究家是迪金森（Dickinson·RL，1861~1950）医学博士，著有《人类性解剖学》。还有美国生物学家金赛（Kinsey·A，1894~1956），与其余作者写成两大册专著，即《人类男性的性行为》和《人类女性的性行为》。

世界上最先勇敢地对性反应进行实验室研究的是著名心理学家华生（Watson·JB，1878~1958），由于他的研究超过了时代所能接受的限度，最后终于身败名裂，潦倒终生。几十年之后，

美国妇产科专家玛斯特斯 (Masters·W, 1915~) 博士和后来成为他妻子的心理学家约翰逊 (Johnosn·V, 1925~) 博士, 并肩闯入了性反应的实验研究这个禁区。从1954年起, 他们在华盛顿大学医学院妇产科教研室开始研究正常人性反应的解剖学和生理学, 1966年出版第一部专著《人类性反应》, 1970年出版第二部专著《人类性功能障碍》, 1979年出版《性医学教科书》, 该书是吴阶平教授等编译的《性医学》一书的蓝本。

第二次世界大战后, 国际上连续召开了八次世界性学大会, 最近一次是在联邦德国海登堡 (1987. 6) 召开的。

婚姻是人类文明的产物, 一夫一妻制是当代婚姻的显著文明特征。婚姻卫生学在人类文明和保健方面有着重要作用, 占有举足轻重的地位。研究婚姻卫生学的目的, 旨在弄清影响围婚期身心健康的各种因素和这些因素的作用机制, 以及防范办法; 普及围婚期的卫生知识, 促进夫妻双方的身心健康及保证子孙后代的身体健康, 提高人们的生活质量, 使人们以健康的体魄、愉快的心情全力投入到四化建设中去。

研究婚姻卫生学有着十分重要的意义。

(1) 婚姻卫生学有利于巩固和发展夫妻感情。爱情是婚姻的基础, 而爱情来自人类性生理和性心理的要求。男女双方相互爱慕, 才能缔结婚姻, 然而婚后夫妻感情的巩固和发展的重要因素是性关系。如果夫妇双方掌握一定的婚育知识, 就会使性生活和谐, 使家庭气氛美好。反之, 将会使夫妇双方心灵上蒙受创伤, 对生活失望, 对家庭厌倦, 甚至导致婚姻关系破裂。

(2) 婚姻卫生学能促进夫妻双方身体健康。性生活是人的正常生理需要, 和谐而科学的性生活能使人心情愉悦, 身体健康, 精力充沛。如果缺乏婚姻卫生知识, 不讲究婚姻卫生和性卫生,

纵欲蛮干，可能导致多种疾病的发生，影响身体健康及正常心理的发展。

（3）婚姻卫生学有利于计划生育和优生优育。婚姻的职能之一是繁衍后代，夫妻性行为的直接后果之一就是生育后代。掌握了必要的婚育知识，便于实行有计划的生育。夫妻的身体健康对胎儿的健康发育影响很大，过性生活的方式方法也同样对胎儿健康发育有影响。如果近亲结婚，或酗酒后备性交，或在身体过于劳累、患有某些疾病时性交，受孕的胎儿可发育不全，或形成痴呆，这不仅给家庭带来痛苦，而且会给社会造成不必要的负担。

（4）婚姻卫生学有利于性教育的开展。在我国性教育还刚刚起步，特别是对青少年的性教育尚未广泛发展。父母如果缺乏婚育知识及性知识，就不能很好地引导孩子。性科学家曾调查过不少性变态者，发现他们的变态心理大都和幼时家庭环境有关。青少年犯罪中绝大多数是性犯罪，可见在青少年中进行正确的教育是十分重要的。

（5）婚姻卫生学能促进社会安定团结。婚姻卫生学传授予人们科学的婚育知识，能使夫妻性生活和谐，从而降低离婚率；同时，健康的婚配可以减少畸形儿，科学的性教育可减少性变态和性犯罪，无疑对社会的安定团结有良好作用，对社会的精神文明建设有着积极的作用。

马克思曾经说过，一门学科的发展程度决定于时代对它的需要程度。

科学的生命力在于符合客观规律。婚姻卫生学所提供的医疗保健知识，有利于解除人们的性疾患和性忧虑，有益于人们身心健康，有助于提高生活质量，使人们精力充沛地去工作、学习和生活。同时也有助于计划生育、优生学、精神卫生学、心理学、