

女性 生理密码 解读



顾问 刘慧娟
主编 李奕
副主编 王建梅

女人想问而不敢问的 200 个问题

- 接吻属于性行为吗？
- 阴蒂是打开女人的钥匙吗？
- 生男生女可以自己做主吗？
- 乳腺增生会导致乳腺癌吗？



天津科技翻译出版公司

女性闺中私密手册

让男人更爱女人，女人更爱自己

女性生理密码

解读

顾问 刘慧娟

主编 李 彦

副主编 王建梅



天津科技翻译出版公司

图书在版编目 (CIP) 数据

女性生理密码解读 / 李奕主编. —天津: 天津科技翻译出版公司, 2006.4

ISBN 7-5433-1946-2

I.女... II.李... III.女性—保健—基本知识 IV.R173

中国版本图书馆CIP数据核字(2005)第147435号

出 版: 天津科技翻译出版公司

出 版 人: 蔡 颢

地 址: 天津市南开区白堤路244号

邮政编码: 300192

电 话: 022-87894896

传 真: 022-87895650

网 址: www.tsstpc.com

印 刷: 山东新华印刷厂临沂厂

发 行: 全国新华书店

版本记录: 680×960 16开本 13.25 印张 190千字

2006年4月第1版 2006年4月第1次印刷

定价:16.00元

(如发现印装问题,可与出版社调换)

编 委 会

顾 问 刘慧娟 天津医科大学第二医院计划生育科教授

主 编 李 奕 天津医科大学第二医院计划生育科主任医师
天津医科大学硕士生导师
天津医学会计划生育学分会副主任委员

副主编 王建梅 天津医科大学第二医院计划生育科主治医师
天津医科大学硕士
天津医学会计划生育学分会秘书

编写人员(按姓氏笔画排序)

王建梅 李 奕 李 萍 李宝婷 杨 扬
张 钰 张钰娟 顾 艳 霍 彦

前 言

女人如花，不同时期有不同时期的美丽，不同时期有不同时期的丰韵。年轻时，如桃花初绽，娇艳欲滴；到中年，如盛放的牡丹，雍容华美；到老年，如荷花出泥，典雅端庄。

女人似水，女人拥有水一般的柔情，亦拥有水一般无形的力量，如水的女人可以让男人沉迷，也可以将男人淹没。

然而，如花般娇艳、如水般温柔的女人却是敏感的、脆弱的，她需要男人温柔细心的呵护，需要爱的养分滋润包容。再美丽的女人也有难言之隐，再奔放不羁的女人也有手足无措的时候。

女人的身体是一个复杂多变的生理结构，女人的精神和情绪更是阴晴交加、难以捉摸。每个女人都曾饱受身体的折磨，都曾做过情绪的奴隶，都曾被一些问题所困扰，往往在这时，大多数女人想问而不敢问，想问而无处可问。所以，我们为所有的女性朋友精心准备了这本《女性生理密码解读》。书中涉及女性生理，与妇科、生殖、泌尿系统相关的典型问题，以及女性在两性关系中的困惑和疑虑。本书是专门解决女性私密问题的闺中密友，它可以帮您摆脱面对妇科大夫时的羞怯与不安，也不必将自己的隐私公诸于人，或者听从一些不科学不专业的指导。本书提醒您注意生活中被您忽略的潜在隐患，也可以让您不必为一些小题大做的烦恼而耿耿于怀；它为女性朋友提供了一个正确的生活习惯和生活方式，告诫女性朋友们改掉一些错误的生活习惯。

谨以本书献给您、您的女儿、您的母亲，献给您灿烂人生的每一季。

一本书，是医生，是母亲，是闺中密友，是亲密的爱人。

目 录

第一章 婴幼儿及儿童期

1. 刚出生的女孩就会来“月经”吗? 2
2. 幼女外阴瘙痒并有黄色分泌物是怎么回事? 2
3. 刚出生的女孩乳房就会“发育”吗? 3
4. 小女孩应该如何保持外阴清洁? 3
5. 小女孩为什么会模仿小男孩站着撒尿? 3
6. 孩子爱抚弄自己的生殖器怎么办? 4
7. 什么是儿童性早熟? 5
8. 怎样防止儿童性早熟? 6
9. 如何回答孩子关于性交问题的提问? 7

第二章 青春期

1. 女孩子为什么会来月经? 10
2. 怎样帮助女儿迎接月经初潮? 10
3. 女孩子多大来月经为正常? 11
4. 你属于“痛经”一族吗? 11
5. 如何缓解痛经? 12
6. 结婚后痛经就会减轻吗? 14
7. 少女使用内置卫生棉条会弄破处女膜吗? 14

8. 来月经时能参加高强度体育竞赛吗? 15
9. 来月经就表示你已经发育成熟了吗? 15
10. 少女初潮后就表示可能会怀孕吗,哪些因素影响初潮? 16
11. 月经期更容易得病吗,应注意哪些问题? 17
12. 你真的了解处女膜吗? 18
13. 处女膜与处女有直接关联吗? 18
14. 少女乳房发育较小怎么办? 19
15. 青春期怎么会乳头泌乳? 20
16. 多毛女孩怎么办? 21
17. 少女暗恋情怀如何疏导? 22
18. 少女对性知识好奇有错吗? 22
19. 性梦可耻吗? 23
20. 青春男孩子和女孩子有什么不同? 24
21. 为什么我的身体比同龄女孩子“幼稚”很多? 25
22. 初潮后很长时间月经为何不按时来? 26
23. 什么是石女? 27
24. 少女节食减肥会导致闭经吗? 28
25. 女孩来月经后个子就不再长高了吗? 29
26. 16岁少女不长阴毛和腋毛是怎么回事? 29
27. 什么是女孩男性化? 30
28. 少男少女可以谈恋爱吗? 31
29. 如何克服性冲动? 31
30. 手淫对身体有危害吗? 32
31. 乳房过早发育并发育过快怎么办? 33

32. 乳房发育过晚怎么办?	34
33. 你的乳房发育正常吗?	34
34. 少女应该怎么呵护开始发育的乳房?	35
35. 通常多大年龄开始长阴毛和腋毛?	35
36. 为什么阴毛有时会脱落?	36
37. 少女出现第二性征的顺序是否都一样?	36

第三章 婚前期

1. 接吻属于性行为吗?	38
2. 恋人互相爱抚时应注意把握怎样的“度”?	38
3. 怎样拒绝男友的性要求?	39
4. 你赞成婚前性行为吗?	40
5. 婚前性行为有哪些危害?	41
6. 发生性行为却忘了避孕怎么办?	42
7. 如何选择口服避孕药?	43
8. 口服避孕药有什么副作用, 哪些人不能吃避孕药?	44
9. 安全套是百分之百安全吗?	45
10. 怎样知道自己是否怀孕了?	45
11. 手术流产和药物流产相比哪一个效果好?	46
12. 做流产是越早越好吗?	47
13. 做流产会影响以后怀孕吗?	48
14. 什么是处女膜修补术?	49
15. 女人也有自慰吗?	49
16. 自慰对身体健康有害吗?	50

- 17. 女性自慰会影响今后的性生活吗? 51
- 18. 隆胸整形手术后会有意外吗? 51

第四章 新婚期

- 1. 为什么“初夜”没有“见红”? 54
- 2. 初夜真的会很痛吗? 55
- 3. 新婚之夜如何度过? 56
- 4. 不是处女的我该如何面对新婚丈夫? 57
- 5. 完美的性生活应该有哪几个步骤? 58
- 6. 性交体位有哪些? 59
- 7. 月经期可否进行性生活? 60
- 8. 你的“性爱公式”是什么? 61
- 9. 性交多长时间算是正常? 62
- 10. 什么是“G点”? 63
- 11. 阴蒂是打开女人的钥匙吗? 64
- 12. 性生活时阴道干涩怎么办? 64
- 13. 什么是性高潮? 65
- 14. 怎样达到性高潮? 66
- 15. 什么是“性冷淡”? 67
- 16. 性生活质量与阴茎大小有关吗? 68
- 17. 粗大的阴茎是否会对阴道造成损伤? 68
- 18. 什么是“新娘蜜月综合征”? 69
- 19. 新婚女性能不能上避孕环? 70
- 20. 频繁做人工流产对身体有哪些危害? 70

- 21. “自然避孕法”可靠吗? 71
- 22. 新婚期应该采取什么避孕方法? 72
- 23. 避孕套滑落在阴道内怎么办? 72

第五章 孕期

- 1. 什么是“不孕症”? 74
- 2. 什么是“不育症”? 74
- 3. 准妈妈应该做哪些准备? 75
- 4. 准准爸爸应该做哪些准备? 77
- 5. 生男生女可以自己做主吗? 78
- 6. 如何防止怀孕后的恶心呕吐呢? 79
- 7. 什么是妊娠剧吐? 80
- 8. 孕期出现尿频是怎么回事? 80
- 9. 孕期出血怎么办? 81
- 10. 孕期白带增多怎么办? 84
- 11. 孕期发现尖锐湿疣对胎儿有无影响? 84
- 12. 孕期可以过性生活吗? 85
- 13. 孕期性生活频率多少为宜,有什么注意事项? 86
- 14. 孕期应采取什么性交体位? 87
- 15. 孕期性生活需要避孕吗? 88
- 16. 孕期出现什么情况要避免性生活? 89
- 17. 孕期性交孕妇为什么会腹痛? 89
- 18. 孕妇患哪些疾病会传染给胎儿? 90
- 19. 患有乙肝、结核等疾病的女性可以受孕吗? 91

20. 吸毒的女性受孕后应注意什么? 94

第六章 分娩期

1. 怎样计算预产期? 96

2. 临床征兆有哪些? 96

3. 如何应对临产时的紧张情绪? 97

4. 为什么要提倡自然分娩? 98

5. 什么情况下需要行剖宫产? 100

6. 剖宫产对产后性生活影响更小吗? 102

7. 什么是“恶露”? 103

8. 产后如何恢复健美体形? 103

9. 哺乳后乳房下垂怎么办? 105

10. 产后多久可以开始性生活? 106

11. 产后第一次性生活应注意什么? 106

12. 产后阴道松弛性交感觉不好怎么办? 107

13. 产后为什么会发生性交痛? 109

14. 妻子生完孩子后为何会出现性欲淡漠? 109

15. 产后性冷淡怎么办? 110

16. 何谓“产后抑郁症”? 110

17. 如何防治产后抑郁症? 111

18. 产后尿失禁怎么办? 112

19. 产后多长时间恢复月经? 113

20. 哺乳期可以不用避孕吗? 114

21. 产后应如何选择避孕方法? 114



第七章 性成熟期

1. 为什么有的女性咳嗽或大笑时会有尿漏出来? 118
2. 经常冲洗阴道好不好? 119
3. 为什么月经前头疼、烦躁、易怒? 119
4. 子宫切除会影响夫妻性生活吗? 120
5. 同房时阴道排气是怎么回事? 121
6. 性生活的频度多少为合适? 122
7. 提前绝经是否意味着变成“老女人”? 123
8. 使用丰乳霜对女性有不良影响吗? 123
9. 性生活后阴道出血是怎么回事? 124
10. 性交痛是怎么回事? 125
11. 胸罩不合适容易引起什么问题? 126
12. 丈夫得了性病妻子该怎么办? 127
13. 女性在性生活中可以占据主动吗? 128
14. 丈夫对性生活兴趣不大怎么办? 129
15. 乳腺增生会导致乳腺癌吗? 130
16. 乳房的大小与生育和泌乳有关系吗? 131
17. 女性生殖器官最常发生哪些肿瘤? 131
18. 常见的卵巢良性肿瘤有哪些? 132

第八章 更年期

1. 什么是“更年期”? 136
2. 更年期从多少岁开始? 136

3. 怎样预测更年期的到来? 137
4. 更年期会有哪些生理变化? 138
5. 更年期为什么容易发生体形改变? 139
6. 更年期妇女外阴瘙痒是怎么回事? 140
7. 绝经后阴道出血的原因有哪些? 140
8. 什么是更年期“功能性子宫出血”? 142
9. 更年期会有哪些心理变化? 142
10. 更年期应如何调适心情? 143
11. 绝经后宫内节育器为什么一定要取出? 144
12. 什么时候取环为好? 144
13. 更年期还需要避孕吗? 145
14. 更年期能吃避孕药吗? 146
15. 何谓“更年期综合征”? 147
16. 如何防治“更年期综合征”? 147
17. 更年期为什么会出现性生活障碍? 148
18. 更年期如何缓解性交痛? 149
19. 更年期妇女的性心理会有什么变化? 150
20. 激素替代疗法会不会有副作用? 150
21. 如何判断是否真的绝经了? 151

第九章 老年期

1. 为什么老年妇女的白带有臭味? 154
2. 老年妇女子宫脱垂怎么办? 154
3. 老年妇女患阴道炎是不讲卫生所致吗? 155



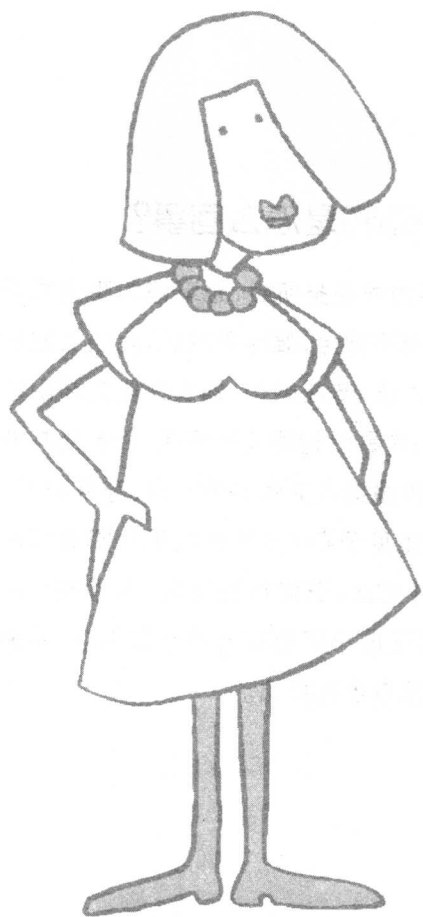
4. 老年妇女出现血性白带一定是癌吗?	156
5. 为什么老年妇女容易患宫颈糜烂?	157
6. 绝经后阴道出血的原因有哪些?	158
7. 为什么老年妇女容易患骨质疏松?	159
8. 老年妇女该不该补充雌激素?	160
9. 老年妇女还有性要求吗?	162
10. 老年妇女性生活有药可调吗?	163
11. 老年妇女性生活时为什么会有尿漏出来?	164
12. 如何延缓老年人“性”的衰老?	164
13. 老年痴呆与性病有关吗?	166
14. 性生活对老年人来说重要吗?	166
15. 老年人的性生活与年轻时相比有什么变化?	167
16. 再婚老人应怎样调适性生活?	169
17. 老年人过性生活应注意些什么?	171
18. 老年人如何掌握性生活的频率?	173
19. 老年人最好采取哪种性交体位?	174

第十章 妇科疑问

1. 如何分辨阴道分泌物是否正常?	176
2. 白带增多和妇科疾病有必然联系吗?	177
3. 使用宫内节育器(上环)和杀精剂会导致妇科炎症吗?	177
4. 女性下身的特别气味正常吗?	178
5. 什么样的白带是不正常的?	179
6. 什么是宫颈息肉,应当怎样治疗?	180



7. 什么是子宫颈那囊, 必须治疗吗? 181
8. 阴道卫生状况不佳才会导致真菌感染吗? 182
9. 如何治愈真菌性阴道炎? 183
10. 滴虫性阴道炎是怎么发生的, 有哪些表现? 185
11. 什么是宫颈糜烂, 宫颈糜烂能转变成宫颈癌吗? 186
12. 什么样的宫颈糜烂必须治疗, 治愈后会复发吗? 187
13. 女人可能从公厕、游泳池或桑拿房感染到妇科疾病或性病吗? 189
14. 性传播疾病包括哪些, 都是通过性交传播的吗? 190
15. 女性患了淋病有哪些表现, 怎样才能彻底治愈淋病? 191
16. 尖锐湿疣是怎样传播的, 如何治疗? 193



第一章

婴幼儿及儿童期



001

刚出生的女孩就会来“月经”吗？

女性胎儿在母体子宫内受到母体雌激素的影响，由于在出生后脱离了这种雌激素环境，有些女婴就会在出生后5~7天从阴道流出少量血性分泌物，不伴有其他特殊症状，有人把这种现象称为假月经。血性分泌物大约3~5天后自行消失，不必特殊处理，可用消毒纱布轻轻拭去，保持会阴部清洁即可。



002

幼女外阴瘙痒并有黄色分泌物是怎么回事？

幼女外阴瘙痒并有黄色分泌物，多为外阴炎所致，也可能为阴道内异物残留、感染所致。由于幼女卵巢功能尚不健全，雌激素缺乏，阴道上皮较薄，尚未建立自然防御机制，病菌容易入侵，造成感染。幼女外阴炎与阴道炎常并存。外阴擦伤或蛲虫引起的抓伤容易引起幼女外阴炎；母亲或其他护理人员的手、衣物、浴盆或毛巾等的传播抑或卫生习惯不良、穿开裆裤、阴道异物感染等也容易引起外阴炎。多见于2~7岁的女孩因外阴痛痒而哭闹，可见外阴、尿道口、阴道口红肿并充血，表面可有抓痕，急性期阴道有脓性分泌物流出。如未及时处理，可造成小阴唇部分或全部粘连，阴道及尿道口被遮盖，只在上下方留小孔，尿自小孔排出。

