

□ 生殖健康知识读本

人生

悄悄话

何春娜 主编



南京出版社

人生悄悄话

——生殖健康知识读本

主 编：何春娜

编著者：何春娜 张思佳
江志生 邹俐俐

南京出版社

图书在版编目(CIP)数据

人生悄悄话:生殖健康知识读本/何春娜主编.
南京:南京出版社,2002.1
ISBN 7-80614-672-5

I.人… II.何… III.优生优育—青年读物
IV.R169-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 061627 号

人生悄悄话

——生殖健康知识读本

何春娜 主编

*

南京出版社出版发行

(社址:南京市北京东路 41 号 邮编:210008)

丹阳教育印刷厂印刷

*

开本:850×1168 毫米 1/32 印张:9.625 字数:230 千

2002 年 1 月第 1 版 2002 年 10 月第 2 次印刷

印数:3001~6000 册

* * *

ISBN 7-80614-672-5

R·17 定价:15.00 元

(本书凡有印装质量问题可向承印厂调换)



序

青年,是世界的未来,祖国的希望。今天青年人的素质,关系着国家的繁荣昌盛、兴旺发达。现在青年人的思想道德、政治品质、文化修养、身心健康,关系着青年的未来发展、健康成长。

人的一生需经过精子与卵子结合成受精卵、胚胎发育成熟、婴儿、幼儿、少年、青年、中年、老年的过程。每个发育过程都有自己的特点。研究这些特点的学问,就是科学。人们掌握这些科学,对自己的成长发育是有很大的益处的。人在生长发育过程中,会不断受到各种社会因素,诸如生产力水平、社会制度、社会文化、社会习俗、伦理道德、法律政纪、人际关系、生活方式、文化教育、生态环境、交通道路等等,以及由此导致的生理因素和心理因素的影响。根据这些研究结果,科学家创立新的医学模式:生物——心理——社会医学模式。人们就是在这一医学模式的影响下成长和前进的。

人的一生都与性是分不开的,古今中外,概不例外。不论是年轻人还是老年人,健康人还是病残人,都离不开性。性的正常发育与成熟,性的躁动与性的结合是人生的必由之路。性的逐步觉醒是人生再造的契机,性的成熟是青年立足于社会的根基。性问题处理得当,将有利于夫妻和睦,家庭幸福,社会安定。

性的躁动是青春活力和正常成长的体现,性的结合(当然是受法律保护的结合)是青年人承担家庭责任的开始。青年时期是人



生的关键时期,走好这一步,关系着青年人一辈子的前途与幸福。青年人要学习,要工作,要恋爱,要结婚,还要生儿育女,承担教育子女的责任,可谓任务艰巨,责任重大。中国人民解放军第 454 医院优生优育技术中心何春娜主任医师等,多年从事优生优育临床工作,积累了丰富的临床经验。为了帮助青年人顺利度过人生这一非常时期,专家们结合自己多年临床经验和研究成果,编写了《人生悄悄话》这部著作。该书全面介绍了婚姻、生育过程中可能遇到的种种问题,旨在使人们消除对性的神秘感,改变对性的无知,预防性行为鲁莽,防止性罪错,珍惜家庭幸福,快乐度过人生。我相信,该书能使读者从中得到帮助和教益。

南京医科大学前副校长
中国性学会常务理事
中国性学会性教育专业
委员会副主任委员
江苏省性学会理事长

许新东 研究员

2001 年 5 月 4 日



前 言

两性交媾,精卵结合,孕育新生命。新生儿呱呱坠地,生长发育,长大成人,步进新婚殿堂,又进入下一代生儿育女的过程。正是有这种周而复始的循环,才造就了人类。纵观人类的繁衍史,始终离不开神秘的性。因此,可以毫不夸张地说,性与每个人关系密切,性对人类具有永久的魅力。

古今中外,无论是男人,还是女人;不论是青年人,还是老年人;不论是健康人,还是病残人,人人都离不开性。性的发育与成熟,性的躁动与结合,是人生的必经之路。从某种意义上说,性的觉醒,是人生再造的契机;性的成熟,是青年立足于社会的根基;性的躁动,是青春活力的体现;性的结合(当然指合法结合),是青年人承担家庭责任的开始。

婚恋,是人生旅途的重要组成部分。其成功与否,意味着人生的完整与缺憾。婚姻与生育,虽属本能,但随着社会的发展,科学地选择配偶,按优生原则找最佳时机孕育后代,已是家庭和社会的共同需要。为此,我们编写了《人生悄悄话——生殖健康知识读本》这本书献给大家,希望对大家有所帮助。

全书内容丰富,可读性强。书中所举例子,绝大多数为我们临床所见,而人名均为化名。

本书适合于初中以上文化水平的婚龄青年、已婚夫妇阅读,是一本择偶、优生、夫妻生活的案头常备书,也是共青团、妇联、计生



干部、优生优育工作者及基层医务人员的一本工作参考书,还可作为社区生殖健康教育的教学用书。

限于水平和时间,编写中的不足之处,恳请读者提出宝贵意见,以便改进。不胜感谢!

编著者

2001年5月



● 目 录

第一章 生殖器官的构造与功能	(1)
第一节 男性生殖器的构造与功能	(1)
第二节 女性生殖器的构造与功能	(6)
第二章 男女青少年正常发育的特点	(11)
第一节 男性青少年正常发育的特点	(12)
第二节 女性青少年正常发育的特点	(15)
第三节 青少年的性心理	(18)
第四节 遗精和月经	(21)
第五节 性冲动和手淫	(26)
第六节 性道德	(31)
第七节 婚前性行为的不良后果	(34)
第八节 性变态	(39)
第三章 遗传与变异	(45)
第一节 常染色体病	(46)
第二节 性染色体病	(51)
第三节 基因病	(57)
第四章 优生三步曲	(64)
第一节 选择配偶与优生	(64)



第二节	内科疾病与优生	(75)
第三节	婚前检查与优生	(78)
第四节	受孕与优生	(80)
第五节	生男生女的奥秘	(92)
第六节	妊娠与优生	(95)
第七节	孕妇用药与优生	(108)
第八节	孕期自我监护与优生	(115)
第九节	胎教与优生	(118)
第十节	农药与优生	(123)
第五章	性传播性疾病的预防	(127)
第一节	梅毒	(128)
第二节	淋病	(131)
第三节	尖锐湿疣	(134)
第四节	艾滋病	(136)
第五节	非淋菌性尿道炎	(140)
第六节	阴虱	(143)
第七节	生殖器疱疹	(145)
第八节	阴道毛滴虫和阴道念珠菌	(147)
第六章	性生活漫谈	(151)
第一节	性欲的形成与影响性欲的因素	(151)
第二节	人类性反应	(156)
第三节	夫妻性生活	(164)
第四节	人生不同时期性生活的调节	(172)



第五节 新婚意外	(181)
第六节 性功能障碍的防治	(185)
第七章 避孕与节育	(211)
第一节 节育原理	(211)
第二节 各种避孕方法	(212)
第三节 宫内节育器	(230)
第四节 绝育	(235)
第五节 人工流产(含药物流产)	(238)
第六节 知情选择	(240)
第八章 不孕与不育	(244)
第一节 不育症的分类及病因	(245)
第二节 女性不育	(247)
第三节 男性不育	(270)
第四节 免疫性不育	(275)
第五节 中医对不孕不育的诊治	(278)
第六节 生殖辅助技术	(284)
附录:《中华人民共和国母婴保健法》	(288)
后记	(297)



第一章

生殖器官的构造与功能

人们都知道,人体是由骨骼系统、肌肉系统、呼吸系统、消化系统、循环系统、泌尿系统、神经系统、内分泌系统、感觉系统和生殖系统组成。前九大系统共管人类的生存,生殖系统主管人类的繁衍。

生殖系统不同于其它系统。因为它在人出生后到10岁以前,基本处于静止状态,只有到10岁以后,才开始加速发育、成熟。在青春发育过程中会出现一系列从未有过的现象,如女性的初次月经来潮,男性的首次遗精等,男女双方会逐渐萌发对异性的兴趣,也可能会出现性的冲动,出现手淫等。

人之所以能区别出男女,主要在于他们的生殖器官构造不同,功能各异。判断一个人的性别,主要从三个方面,即性染色体、性腺和外生殖器。一般说来,这三者是一致的。如果是男性,他的性染色体应该是XY,性腺是睾丸,外生殖器是阴茎和阴囊。倘若是女性,她的性染色体应该是XX,性腺是卵巢,外生殖器是阴蒂、阴道等。但在特殊情况下,也可能发生阴差阳错,如医学上46,XY的假姑娘;46,XX的男性;以及同时含有卵巢及睾丸组织的真两性人。至于发生这种性别错位的原因机理,至今还未十分明了。下面我们要讨论的是正常人的性发育。

第一节 男性生殖器的构造与功能

男性生殖器可分为外生殖器和内生殖器两部分。外生殖器包

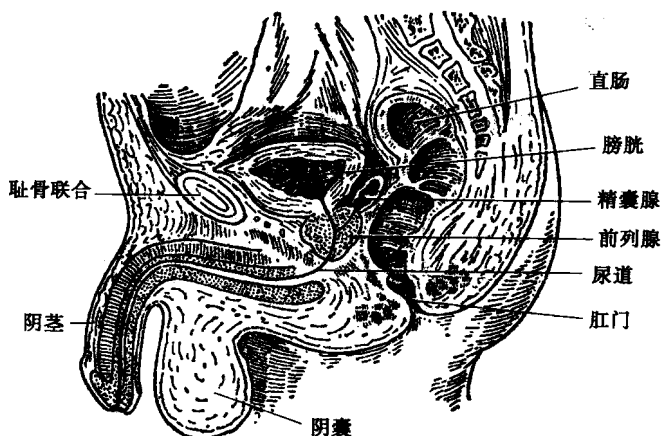


图1 男性生殖器官侧面图

括阴茎和阴囊,内生殖器包括睾丸、附睾、输精管、精囊腺、前列腺和尿道球腺等。

1. 阴茎:阴茎是男性的交配器官,呈圆柱形,可分为阴茎头、阴茎体和阴茎根三部分。阴茎头医学上称之为龟头。阴茎内部由三条平行的长柱状海绵体组成,上面两条称阴茎海绵体,下面一条称尿道海绵体(尿道从中通过)。当海绵体的腔隙充血时,阴茎由细变粗、由软变硬,称为阴茎勃起。阴茎勃起,是性功能健全的一种象征。一般勃起过程可在10秒钟左右完成。

包裹阴茎体的皮肤往阴茎头延伸,在阴茎头部褶成双层,称为“包皮”。幼年时包皮很长,包住了整个阴茎头,只露出尿道口。随着年龄的增长,包皮逐渐退缩,使龟头慢慢暴露出来。如果包皮不能退缩,仍然包着龟头,只有用手上翻才能露出龟头者,叫做“包皮过长”;如果用手努力上翻,仍然不能使龟头露出者,称为“包茎”。包茎和包皮过长都应及早做包皮环切术。因为过长的包皮容易藏

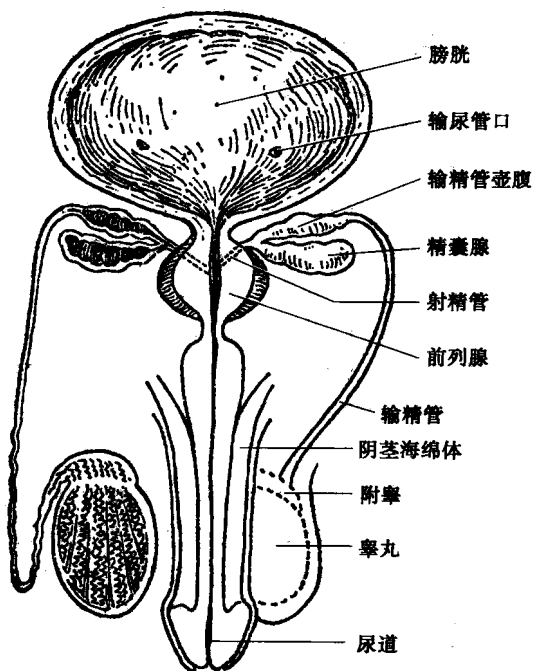


图2 男性生殖器官正面模式图

污垢,轻则引起龟头炎,重则还可诱发阴茎癌。

阴茎除了勃起功能外,还有射精功能。射精是阴茎根部周围肌群以及输送精液的管道合力收缩并将精液喷射而出的过程。它完全受植物神经的操纵。

有些人担心自己的阴茎太小,会影响婚后的夫妻性生活,其实这种担心是不必要的。阴茎的大小,实际上跟一个男人在性方面满足女人的能力并没有关系。而且,身材和阴茎大小也没有什么关系,因为阴茎的大小是由遗传决定的。何况,软缩时的阴茎大小



并不能代表勃起时的大小。同房的满意程度也不单纯决定于阴茎大小。实际上,人群中真正的小阴茎是少之又少的,这只是在性染色体异常(如 47,XXY)或男性激素不足时才会发生。

2. 阴囊:阴囊附着于阴茎下面,其内有两个睾丸和附睾,中间由阴囊分隔开。阴囊皮肤薄而柔软,颜色较深,常有很多皱褶。阴囊壁内含有一些肌纤维,且有明显的收缩作用,敏感性很强,稍有刺激即有反应,阴囊对冷热尤其敏感,这样有利于精子的生存与贮存。因为精子在正常体温下不易生存与保存,它必须在稍低于体温的情况下(一般低于体温 $1\sim 2^{\circ}\text{C}$)生存。阴囊在外界温度太低时就收缩,这样有利于保温;当外界温度太高时松弛,有利于散热。就是靠着阴囊壁的收缩与松弛,使阴囊的温度始终保持在稍低于体温的相对稳定状态。

3. 睾丸:睾丸是男性的生殖腺,是产生精子和分泌男性激素的地方。睾丸呈卵圆形,重量约 $10\sim 15$ 克。每侧睾丸上边都附有一个附睾。睾丸由腹膜包裹并悬吊于阴囊内。在胎儿早期,睾丸原住在腹腔,只是在出生以前才迁出腹腔,定居于阴囊。如果在发育过程中,因种种原因,至出生前后,睾丸仍未降至阴囊,而留在腹腔内的,称之为“隐睾症”。隐睾必须趁幼年($5\sim 9$ 岁之间)未发育之前动手术将其引入阴囊。如果不及时移入阴囊,长期在正常体温环境下,睾丸不仅无法产生精子而且还有可能发生癌变。

初生婴儿的睾丸看起来并不太小,但它生长缓慢,直到青春期才迅速生长,到了老年又逐渐萎缩。

睾丸表面光滑、微硬,如果稍稍用力按压,会使人有一种特殊的不适感。一般的人有一对睾丸,但如果从生育的角度讲,即使只有一只睾丸也不受影响。

连接睾丸的条索状物,称为“精索”,里面包含有输精管、精索静脉和精索动脉。如果精索静脉曲张,而且曲张严重者,可影响精



子的生存,造成男性不育。男性绝育手术就是以切开阴囊局部皮肤,切断、结扎输精管的方法,造成睾丸产生的精子无法排出体外,使精子和卵子不能相遇,以此达到避孕的目的。

每个睾丸内部分成许多小隔,每隔内有很多很细的、弯曲的小管子,叫做曲细精管,这是产生精子的地方。在管子和管子之间有一些分泌细胞,能分泌男性激素。

4. 附睾:附睾呈月牙形,紧贴在睾丸的上端和后缘。它是由许多曲折细小的管子构成,一面连接输精管的起端,另一面连接睾丸的曲细精管。精子离开睾丸后就停在附睾里,继续生长成熟。

5. 输精管:输精管是附睾管的直接延续,长约 50 厘米,管壁厚,管腔细。输精管左右各一条,它们自附睾向上沿腹股沟部通过腹壁到腹腔,然后向下曲折到膀胱底部时两侧相互靠近,并和同侧的精囊管合并成射精管,长约 2 厘米,经前列腺至尿道。

6. 精囊腺:精囊腺有两个,前后略扁呈囊状,位于膀胱底部,直肠前面。精囊腺主要分泌一种胶状液体,是精液的组成部分之一,有促进精子活动的能力。

7. 前列腺:前列腺是一个形似板栗的实质性器官,是分泌腺之一,位于尿道根部周围,前面靠精囊,有导管(射精管)通至尿道。因此,当老年人患前列腺肥大时,肥大的前列腺常常压迫尿道或射精管,引起排尿困难或射精困难。前列腺能分泌一种乳状液体,呈弱碱性,称前列腺液,它和精子、精囊液、尿道球腺分泌液共同组成精液,有促进精子活动、供给精子合适环境和营养的功能。当患前列腺炎时,其分泌的前列腺液对精子的活力大受影响。

8. 尿道球腺:尿道球腺有一个或数个,豌豆大小,和前列腺一起包着尿道,每个腺体都有微管通至尿道,其产生的粘液可使精子活动力增强。



第二节 女性生殖器的构造与功能

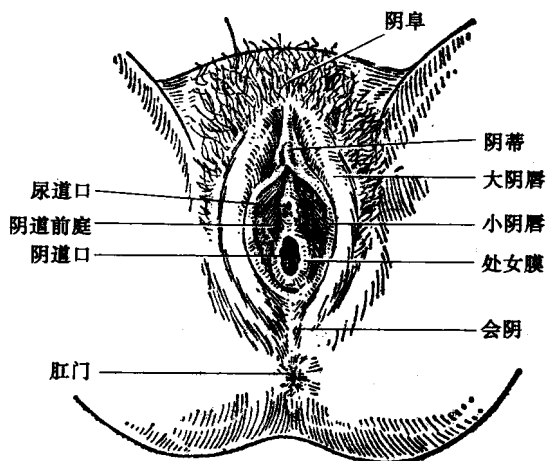


图3 女性外生殖器

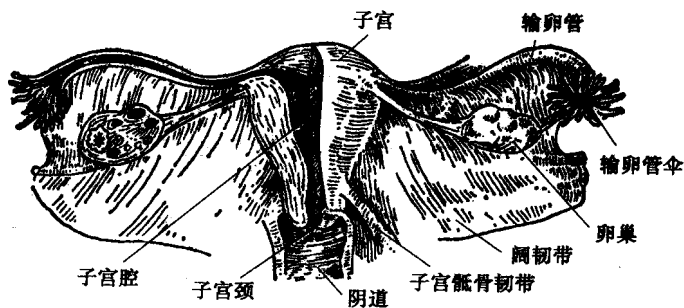


图4、女性内生殖构造(后面观)

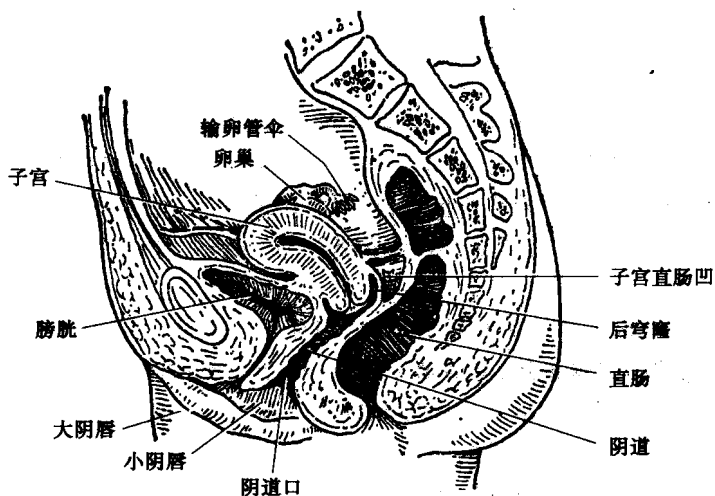


图 4_b 女性内生殖器侧面图

女性生殖器也分内、外两部分。外生殖器又称外阴,包括阴阜、大阴唇、小阴唇、阴道前庭。内生殖器包括阴道、子宫、输卵管及卵巢。输卵管、卵巢及其周围组织合称为“附件”。

1. 阴阜:阴阜位于耻骨联合的前方,是由脂肪组织形成的隆起部分,上连腹壁,下连大阴唇。青春期表皮开始生长阴毛,呈倒三角形分布。阴毛是女性的第二性征之一,其粗细、疏密、色泽可因人、因年龄或种族而异。

2. 大阴唇:大阴唇是靠近两股内侧的一对皮肤皱襞,起自阴阜,止于会阴。表面皮肤在青春期长出阴毛,内侧面皮肤湿润似粘膜,未婚女性大阴唇薄,已婚经产妇大阴唇因血管充血而增大。

3. 小阴唇:小阴唇在大阴唇内侧,左右各一,也是一对皮肤皱襞,表面湿润,无毛,富含神经末梢,感觉灵敏。