

第一章 人类生殖健康的 概念与儿童的 生殖健康

一、人类生殖健康的 定义和内容

人类生殖的有关问题 原先只属于分娩学 都归于妇幼卫生的范畴 但 20 世纪初期，西方发达国家的某些妇女团体提出了应向妇女及其家庭提供高质量的生殖健康服务的概念及观点，这才使人类生殖的问题提高到了社会学的高度，变成了一个社会化的问题。

1994 年 国际人口与发展大会《行动纲领》给人类生殖健康所作的定义是：人类生殖健康是指人生殖系统及其功能和过程所涉及的一切事宜，包括身体、精神和社会等方面的健康状态，而不仅仅是指没有疾病或不虚弱等等。

而且同时就这一定义 国际上的许多专家、学者还就人类的生殖健康问题引申出了 6 个方面相关的内容 即不管男女 在生殖上：

1. 人们都可有满意而且安全的性生活。
2. 人们都可有生育能力。
3. 人们都可以自由而且负责任地决定生育的时间。
4. 夫妇有权知道和获取他们选定的认为是安全、有效、负担得起的和可以接受的计划生育方法。
5. 人们有权获得生殖健康的各种服务。
6. 妇女能够安全妊娠并生育健康的婴儿。

就此 从人类生殖的某种意义上说 这次的国际人口与发展大会《行动纲领》是一个前所未有的纲领，也是一个为人类生殖健康造福的纲领。

二、人类生殖健康与儿童的关系

由于人类生殖健康涉及人们的婚姻、婚姻质量、生育、生育健康以及性、性行为等等 因此 在有些人的眼里，便总认为生殖健康是大人或成人们的事，而不是小孩的事，这是很偏面、也是很错误的。因为事实上，人类生殖健康与儿童的关系，不是没有，而是很密切的。有些，还是与生俱来的。

（一）人类生殖健康的生理健康保证 必须来自于儿童的健康

在这一点上，因为人类的生殖健康首先不是一个抽象、简单的概念，它是需要各种条件，尤其是需要人在生殖生理上的健康，也即生殖器官和生殖功能的健康来做保证、来做支持的。如果试想，让一个

生殖道畸形的妇女，或一个阴茎、睾丸有异常的男子，来讲生殖与生殖健康，这能成吗？不能，因为他们的身体自身有残缺，他们根本就不能生殖。

而且事实也是人在生理上的各种疾病又不同于人在病理上的各种疾病，人在病理上的各种疾病，一般是由细菌、病毒等感染引起，这是后天形成的。而人在生理上的疾病，除少部分人因小时受到损伤形成外，其中的绝大部分人，则都是先天形成的，尤其是生殖生理方面的疾病，更是这样。如目前医学上已知的女性处女膜闭锁、阴道完全性横膈、女性无阴道及子宫畸形、先天性卵巢缺损或发育不全，以及男性的阴茎先天性发育异常、尿道先天性异常等等，这都是先天造成的。因此，在人类的生殖健康问题上，人们不能将目光只盯住成人，而要顾及儿童，亦即注意儿童的生殖健康问题。

这也是人类生殖健康问题中与儿童关系最为密切的一个问题，它攸关儿童一生的健康、一生的幸福。

（二）儿童青春期的提前到来 使儿童生理发生变化，这也会带来某些社会性的问题

根据有关资料显示，由于目前我国人民的生活水平提高很快，由此儿童的青春期会提早、提前到来，这已是一个不争的事实。

如目前，我国男性儿童一般在 11 岁至 12 岁时前列腺开始分泌，12 岁至 13 岁时睾丸增大，阴毛生长，14 岁至 15 岁时腋毛出现，声音变声，并会出现首次遗精。女性儿童则在 10 岁至 11 岁时乳腺开始

发育,13 岁至 14 岁时月经初潮出现,14 岁至 15 岁时骨盆明显加宽,月经渐趋规律。

儿童青春期的提早、提前到来,一方面固然是好事,儿童在思想上、生理上可以提早成熟,对学习及以后的工作有好处。但另一方面,由于儿童没有经验,有些儿童在欲望的支配下,会出现早恋、早结婚等等现象,会对社会生活产生一定的影响。而且,更有另外一些儿童,他们还会受到社会上坏思想的影响,受到坏思想的诱惑,会走上邪道,会做出卖淫、嫖娼等等犯罪的事情来,这是需要社会和家长注意的。

(三) 父母对于人类生殖健康知识的了解、掌握程度,也是保证子女能否健康成长的关键

儿童的生殖健康问题,不仅仅决定于儿童本人,还涉及儿童的父母。从现代医学上说,父母对于人类生殖健康的知识了解、掌握得越多,则对儿童的身体及生理健康越有利。反之,如父母对人类生殖健康的知识一点不了解,一窍不通,那么,他们对子女所造成的祸害也越深。如父母的生育年龄,从目前医学上说,最佳的年龄段应是在 24 足岁至 29 足岁之间,因为如父母年龄小,父母自身的骨骼及高级神经系统还未发育完善,这会给予子女带来影响。但如父母年龄过大,则父母的精子、卵子会老化,容易出现畸变,会生出不健康的孩子。其次,父母如想生出一个健康、活泼的小宝宝,其受孕的时间也很重要,父母应选在自己身体没有疾病、最强壮、精神也最好的时候进行,否则自己生病或身体很疲劳,那对怀上的胎儿也很不利。

另外 母亲在妊娠中 如想让孩子发育得好 将来出生时长得好 平时吃药、打针也要注意 有些对胎儿有影响的药物不能吃，对胎儿有影响的针剂不能打。平时 自己更不能吸烟、喝酒 因为烟中的尼古丁，以及酒中的酒精等，都对胎儿有害。至于吸毒 那更要禁止 因为毒品是对胎儿的一种残害。

三、要重视儿童的生殖健康

重视儿童生殖健康，要特别做好以下两件事。一是做好对儿童生殖健康方面知识的教育，使他们对人类的生殖健康有个较完整的认识，从而防止这方面问题的出现。二是社会、家长都要关心儿童的思想、关心儿童的成长，发现他们有不健康的言行，要及时指出、纠正。

（一）重视对儿童生殖健康知识的教育

儿童对于人类生殖健康知识的了解，除受父母有限的点拨 社会上电影、电视、书本等媒体影响 其他则知之甚少，因此，对儿童进行适当的人类生殖健康知识的教育，这很重要。

在这类教育中 首先 可重点给各个年龄段的儿童讲述一些人类生殖与生育中的生理常识，告诉他们人是怎样出生的，怎样成长的，这可帮助他们了解自己的来历，减少一些好奇，减少一些猜测，有利生理知识的逐步积累。

同时 在这类教育中 还可给年龄稍大的孩子解释一些人类生殖器官的生理功能与发育常识，这样

一方面可使他们了解这些器官的各种生理机能、各种特征，有了疾病可以马上进行医治。另一方面也可为他们青春期出现的某些生殖器官的变化作好心理上的准备，使他们顺利度过青春期。

另外，毋庸置疑，对儿童进行某些性方面的教育，也很重要。因为儿童步入青春期后，一方面他们的身体发育已日趋成熟，他们已有了某些性方面的渴望和要求，而另一方面，他们的性知识又很贫乏，不知道自己该怎么做，所以这时对他们进行适当的性教育，便可帮助他们克服这方面的各种问题。当然，在教育中，我们可以告诉他们，人在这个时候有一定的性要求，这是人的身体生理所反映的正常要求，每个人在成长的过程中都要跨过这个坎，如果处理得当，这个人便会健康成长；如果处理不当，这个人则会走上邪道，成为社会的罪人。

在性教育方面，如果社会和家长教育得当，会给孩子思想一个大的升华，同时也会给孩子打下一生的一个好的思想基础。

（二）对儿童不健康的言行 要及时指出、纠正

在孩子的成长发育过程中，有些孩子会顺利过关，表现出一个好孩子应有的道德品质和思想情操，但有些孩子，也会受某些思想的支配，出现这样或那样的问题。如有些孩子，在青春期时会突然讲起脏话，有些孩子，这时突然会出现手淫，也有些孩子，这时还会乱交异性朋友，所以，社会和家长对这部分孩子要特别重视，要力争在他们还没有出现大问题时尽力教育好他们。这是社会的责任，也是每个做家

长的责任。

对这类孩子的教育,总体上应要做到防微杜渐。即当发现他们刚有某些不好的苗头时,社会和家长就要极力阻止他们,反复规劝他们,使他们能认识错误,迅速改正错误。例如孩子手淫,目前医学界争论颇多,有些专家说手淫对孩子身体有害,有些专家说手淫对孩子身体并无大碍,但总体上,孩子手淫总是一件不好的事,它对孩子的身心均有害,所以,家长凡发现孩子有这方面的举动,就要认真加以阻止。

其次,孩子到了青春期有某些不负责任的举动,家长更要批评和阻止。例如,有些孩子在读中学的时候便开始结交异性朋友,有些还发生性行为,这是非常错误的。一方面,这类孩子对自己的身心极端不负责任,过早发生性行为是对自己身体的摧残。另一方面,这类孩子对自己的家长、对社会也不负责任,因为发生性行为如过早导致自己怀孕,他们怎么向家长、向社会交代。由此,儿童的这类过早的生殖健康问题,应引起社会和家长的高度重视。

第二章 人类生殖中生命的开始与男女角色的扮演

一、人类生殖中生命的开始

（一）生命是精子与卵子的结合

人类生殖中生命的开始，是以精子与卵子的结合为前提的。当人们身体发育成熟后，其中的一些性器官也相应成熟，这样，在一对夫妻经过性交后，男方精液中的精子会经由女方阴道向上经过子宫腔，最后进入输卵管与女方的卵子相遇，从而使许多精子包围卵子，最后有一个精子与卵子结合，这个卵子就被称为受精卵。这是人类生命形成的最初过程。

（二）受精卵的生存

女方卵子受精后，受精卵必须及时种植在女方的子宫内膜上才能生长发育。因此，这时受精卵一方面分裂，另一方面在输卵管的蠕动和纤毛的推动下，它会进入女方子宫腔，并在子宫内膜上着床，时间为 5~7 天。

（三）胚胎的生长发育

受精卵在女方子宫膜上着床的同时，内细胞团还在不断地分裂、增生与分化，受精卵会逐渐形成两个囊腔，靠近滋养层的囊腔称为羊膜囊，面向囊胚腔的囊腔称为卵黄囊。另外，受精卵还会形成两个胚层，即外胚层和内胚层。同时，进入第 3 周后 受精卵在内外胚层之间又会形成第三个胚层，即中胚层。这 3 个胚层将来会发育成胎儿的各个器官。如外胚层会形成胎儿的神经系统、皮肤、毛发、指甲和五官等；中胚层会形成胎儿的肌肉、血液、骨骼、结缔组织、循环系统、泌尿系统及生殖系统；内胚层会形成胎儿消化及呼吸的上皮及腺体、膀胱、阴道和前庭等。

胚胎在母亲腹中 9 周以后，会发育进入胎儿期。

（四）婴儿诞生

人的生命从受精到胚胎，再从胚胎发育到胎儿，经过 280 天发育成熟之后，即“十月怀胎，一朝分娩”，一个新的小生命出生了。

二、人类生殖中男女角色的扮演

（一）胎儿期性器官的发育

胎儿的生殖器官在胚胎第 4 周时已开始发育，它起源于胚层，首先在胚胎背壁中线的两侧各出现一条纵脊，并向腹膜腔突出，称尿殖脊。胚胎第 5 周，尿殖脊的两侧会分化生成生殖脊，也称原始生殖

腺，外侧分化成中肾管，也称沃尔夫管、中肾旁管和苗勒管。这是胚胎原始的生殖结构。

从生殖细胞方面说，胚胎的原始生殖细胞出现于受精后第 4 周。起先开始出现于靠近尿囊的卵黄囊襞内，然后沿着后肠的背系膜，向生殖脊的部位迁移至第 6 周，这些生殖细胞会侵入生殖脊。

人类胚胎原始生殖腺后来会分化为睾丸或卵巢。原始生殖细胞对原始生殖腺发育成睾丸或卵巢有诱导作用。苗勒管后来分化为子宫、卵巢和阴道，沃尔夫管后来分化为附睾、输精管、射精管和精囊腺。

人类外生殖器的发育始于胚胎第 3 周，由一些间质细胞迁移到泄殖腔膜的周围，形成泄殖腔褶和生殖结节。第 6 周以后泄殖腔褶发育，分化为尿道褶，以后逐步发育为尿道和肛门。

胚胎第 6 周时，尿道褶每侧形成生殖隆起，在男胎以后发育为阴囊隆起，在女胎以后发育为大阴唇。

胚胎 3 个月以后，男女外生殖器开始发育。男胎生殖结节增长，形成阴茎；女胎生殖结节延长相对不明显，而形成阴蒂。男胎尿道褶发育并合并形成尿道和尿道海绵体，女胎则不合并而发育成小阴唇。同期，男胚胎生殖隆起形成阴囊，女胎大阴唇的发育也形成。

胚胎第 4 个月，男胎阴茎头尖端的外胚层向内穿入以后形成尿道外口第 7 个月睾丸开始下降。

（二）男性生殖器官的组成

男性生殖器官外部由两个部分组成——阴茎和

阴囊 阴囊中有 睾丸。阴茎和阴囊位于男性身体腹部下的大腿之间，只要裸露身子，就显而易见。

男性阴囊在外观上像个带有许多褶皱的囊袋，掩护和包容两颗如梅子般大小的睾丸。

男性阴茎是柔软的海绵状组织，里面有丰富的血管。阴茎的顶端，有一个极小的口，通过它，男性体内的尿液及精液排泄出体外。男性阴茎头被称为龟头。男性阴茎被触摸，身体就会感受到兴奋，这是一种性兴奋。

男性阴茎通常显得很柔软 会垂挂在阴囊上 但有时候 阴茎又会变硬、变长、变大 会直立起来 这叫做勃起。

男性青春期到来前 睾丸只有弹子般大小 而进入青春期，睾丸就会长得像山核桃那般大，或更大些。

男性的性细胞是由睾丸制造的。男性的性细胞与女性不同，一直要等到进入青春期之后才能产生（男性青春期的开始因人而异 可从 10 岁到 15 岁不等）。青春期开始后，男性身体就开始具备了产生男性性细胞的能力。男性的性细胞叫精子，男子体内不断地产生精子，一直可以持续到老年。

另外，男性体内还有一些外观上看不见的生殖器官组织 如副睾、输精管、贮精囊和前列腺等。

副睾：男性的每个睾丸都和一个管状结构相连，这个管状结构就称作副睾。精子在副睾里成熟，然后进入输精管。副睾在外形上很像电话机的话筒，只不过小得多。每个副睾都是紧缠在一起的很

细的管子，如果把它舒展开来并拉长，大约有 6 米长。

输精管：男性的输精管左右各有一条，每条大约有 0.5 米长。这两条输精管很长、很细，但柔韧性很强，它们从副睾出发，弯弯曲曲，最终来到尿道。两条输精管极富弹性，很像煮熟的通心粉。

贮精囊和前列腺：男性的两个贮精囊和前列腺的作用是产生某种液体，这种液体与精子结合就形成精液。

精子 精子的意思是“种子”。精子徜徉在男性的精液中，最终会流到尿道。

尿道：男性尿道的开口在阴茎的头上，里面又长又窄，主要为排泄储存在膀胱里的尿液。但尿道也是精液的通道。

男性精液中含有大量精子。它通过瞬间的迸发由男性阴茎尿道口射出体外，这一行为称作射精。男性射精只有到了青春期才会产生。而且当男性射精时，男性腹部及两腿四周的肌肉会处于一种紧张的收缩状态，以把尿液保留在膀胱里，所以男性的尿液不会与精液一同流出阴茎。

（三）女性生殖器官的组成

女性生殖器的外部性器官，阴蒂与阴道的外部，位于腹部下面的两腿之间，正常情况是难以看清的。

外阴：女性大腿之间上部一小片柔软的地方统称为“外阴”。外阴掩盖着阴蒂、阴道开口、尿道开口以及阴唇。

阴唇：女性阴唇是指外阴内那两组皮肤隆起、

柔软的地方，它们掩盖着外阴内部的组织阴蒂、尿道口与阴道口。

阴蒂：女性阴蒂是一个很小的肉蒂组织，大约相当于一粒豆子大小。女性阴蒂当被抚摸、触及时，常会觉得身心放松，有一种激动，浑身热乎乎的、带有性的刺激的感觉。

阴道口：女性阴道是通向子宫的道路；子宫是女性体内的性器官。因此，阴道也是女性体外的性器官。阴道口大于尿道口。

同时，女性阴道有一片很薄的薄膜半掩着通向子宫的阴道口，这叫处女膜。女性长大以后，在激烈的体育运动或初次性交时，处女膜会由于阴道扩张而稍稍产生撕裂痛，由此，阴道会变得较前宽敞。

女性身体内的性器官组织 还有两个卵巢 两条输卵管进入子宫及子宫经阴道通至外阴的某些组织。

卵巢：正常女性体内均有两个卵巢，分别位于子宫的左右两侧，其大小如大颗的草莓。卵巢内包含着女性的性细胞，也叫卵或卵子。

当一个女婴诞生时，她的卵巢内就有约 100 万～200 万个卵细胞。但这些卵细胞都是未发育成熟的，一直要等到女婴长大成为成熟的女性时——进入青春期，这些卵细胞才有繁衍能力。一般说 女性从 9 岁到 13 岁或 14 岁时到达青春期 其卵巢中会有 3 000～4 000 个卵细胞 但到 50 岁时，卵巢中的卵细胞就基本丧失了生殖能力。

输卵管：女性输卵管是卵子通往子宫的通道，

在身体中左右各有一条。每一条输卵管顶端几乎都能与卵巢相接触。输卵管另一端则与子宫相连接，在外观上很像喝饮料的吸管。

子宫：女性子宫是由强有力的肌肉组成的，里面是空的。它的形状和大小很像一只倒放的梨。子宫与两根输卵管相连。在内部还与阴道相连。

女性子宫是小孩从胚胎到胎儿生长发育的地方。胎儿在子宫里获取母体的营养，并能受到很好的保护。胎儿在子宫里的生活期为 9 个月左右，其中，随着胎儿的发育长大，子宫也相应会变大。

子宫颈：女性子宫颈是位于子宫下端的一道狭长口子。它连接子宫和阴道。当婴儿通过此通道脱离母体时，子宫颈就明显的扩张，会变得很薄很薄。

阴道：女性阴道是子宫向女性体外伸延的开口之处。当胎儿在母亲的子宫里完全成熟时，婴儿就会通过阴道降临人间。同时，女性每月一次的月经血以及其他的某些液体也会经过阴道流出体外此外，在性交时，男性的阴茎也由此插入女性的体内。

第三章 儿童性生理与性心理的发育周期

一、儿童性生理的发育周期

儿童一般从 10 岁开始进入青春发育期（男孩比女孩推迟两年）。进入青春发育期的儿童，身体生长发育特别快，其骨骼、肌肉的增长，力度的增加，脂肪饱满，循环系统、呼吸系统、中枢神经系统及内分泌系统的发育均十分明显。同时，由于性激素环境的具备，这时也启动和促进了他们的性发育，这包括性腺、性器官、第二性征的发育和性功能的完备等。

（一）男孩性发育的顺序

一般情况下，男孩 5～9 岁时睾丸发育增大不明显，阴茎呈幼儿型。

9～11 岁时，男孩睾丸和阴茎开始最早的变化。它们的长度（纵径）和宽度（横径）都会按比例增大。长度可由原来的 2 厘米左右增长到 3 厘米左右，宽度由原来的 1.2 厘米增宽到 2 厘米左右。

11～14 岁时，男孩阴茎、睾丸继续增长，前列腺

开始分泌，喉结也开始增大，在阴茎根部及耻骨部会有短小色淡的细软阴毛出现。

14~15 岁时 男孩腋毛出现，口唇有胡须，嗓音这时会变粗。

15~16 岁时，男孩会出现第一次遗精，并可排出成熟精子。

16~17 岁时，男孩胡须和腋毛生长。

21 岁时，男孩骨骼生长停止。

男孩的性发育顺序是有一定的规律的，即到青春时期会出现各种性征的变化，这种变化有的孩子在 11~12 岁时已很明显；但也有的孩子可到 16~17 岁时才开始，这主要取决于孩子的遗传、体质、营养等因素。有些孩子比一般人迟几年发育，但还是会发育的。同样，发育早些的孩子也不足为奇，只要已达到青春时期就属于正常。只有尚未到青春时期就已进入发育阶段的孩子，这才是早熟现象，才算病态。

（二）女孩性发育的顺序

俗话说：“毛头姑娘十八变。”而要从一个小女孩成长为一个亭亭玉立的大姑娘，这是逐渐发展的过程。由此，父母要关心和注意孩子，特别是小女孩的成长，以便及时地指导和照料她们。

小女孩性发育的顺序，9~10 岁时 身体生长加快，最早变化的是骨盆，在不知不觉中会渐渐增宽，同时胸部一侧或双侧的乳头会像芽胞一样慢慢突起。

10~11 岁时，乳房稍见膨隆如小丘状，摸上去时有个质地稍硬的块状物。这时乳晕直径增大，说

明乳腺开始发育。

11~12 岁时，女孩会在阴部开始长出少量短而细的阴毛。

12~13 岁时，女孩乳房在卵巢分泌的雌激素的刺激下，增长非常显著。女孩常会感到乳房发育的疼痛，这是正常的，一般不需要治疗，待乳腺发育成熟疼痛会自行消失。

13~14 岁时，女孩开始出现月经初潮，同时在双侧腋下会长出腋毛。月经初潮是女孩青春期最重要的标志之一，但这时卵巢功能还不十分稳定，故初潮后女孩月经一般并不规律。

14~15 岁时，女孩骨盆明显增宽，这时并已初步建立起了月经周期。所以月经周期这时如延长到 6 个月以上，或一次经期不超过 11 天，这均属不正常。

15~16 岁时，女孩脸上可出现痤疮，嗓音会变细。

以上是女孩、也即女性发育的一般规律，但不少女孩由于受种族、遗传、社会、经济、文化、卫生、营养、疾病，以及体力活动等种种因素的影响，个体差异会较大，所以在女孩性生理发育中，早 1~2 年或晚 1~2 年的都属在正常范围内。

（三）性激素与儿童生长发育的关系及意义

1. 性激素与儿童生长发育的关系

人体内的激素又称内分泌素。它的作用主要是参与调节人体内糖、蛋白质、脂肪、水和盐等物质的代谢过程，以及与代谢有密切关系的生长、发育、生