第一图书网, tushu007.com

<<性知识必读>>

图书基本信息

书名：<<性知识必读>>

13位ISBN编号：9787802032958

10位ISBN编号：7802032954

出版时间：2006-6

出版时间：中国妇女出版社

作者：张忠元

页数：257

字数：220000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

第一图书网, tushu007.com

前言

人类依靠生殖而代代相传，绵延不绝，因此生殖活动是人类最基本的本能。
有不少夫妇由于缺乏科学的生殖观念和知识，在性生活和生育后代过程中面临许多困惑。
为此，我们组织了全国较权威的专家学者共同编写了这部关于性知识与性健康的图书，内容全面翔实，科学而实用。
参与本书编写的人员有：王小丽、袁雪梅等。

内容概要

本书介绍了性与生殖、性生活与生育、性保健与生殖健康、性传播疾病与生育、避孕与人流等重要知识。
帮助读者全面了解性及生育方面的知识，具有较强的权威性和科学性。

<<性知识必读>>

书籍目录

第一章　性与生殖　女性外生殖器的构成　女性内生殖器的构成　男性生殖器的构成　射精过程　孕育胎儿需要哪些基本条件　精子是怎样产生的　卵子是怎样产生的　精液的作用及构成　正常精液的医学标准　前列腺在生殖过程中的作用　附睾的功能是什么　什么是处女膜　什么是月经　什么是性激素　雌激素的生理功能有哪些　孕激素有哪些作用　怎样才能怀孕　什么是受精与着床　胎膜有哪些作用　胎盘有哪些作用　脐带有哪些作用　羊水有哪些作用第二章　性生活与生育　性欲是怎样产生的　怎样正确判断自己的性功能　影响男性性生活的习惯有哪些　头发少是否影响生育能力　男人的性欲比女人强吗　性欲不协调的夫妻要多沟通　男性在性生活中应注意哪些问题　女性在生活中“叫床”的原因　哪些因素影响性欲的强弱　心理疲劳影响性能力　性衰老有哪些表现　哪些食物能增强男性性功能　过好新婚之夜的性生活要注意些什么　新婚性生活处女膜破裂出血怎么办　新婚夫妇初次性交不成功的原因有哪些　改变性交姿势能提高性生活质量　爱抚阴蒂的技巧　什么是G点　男性最敏感的性器官是什么　……第三章　性保健与生殖健康第四章　性传播疾病与生育第五章　避孕与人流主要参考文献

章节摘录

目前认为大多数女性性功能障碍的病因是心理性的，但并非所有在成年期经历性高潮障碍的妇女都具有早年抑制性性教育历史或创伤性性经历的历史，而具有早年抑制性性教育或创伤性性经历的妇女也只有少数人具有性高潮障碍。

约10%（国外数字）～50%（国内数字）的成年妇女可能从未在知觉状态下以任何手段体验过性高潮，那么她们属于原发性性高潮障碍，说明抑制性高潮反应的心理或器质性因素的作用强烈而持久。

如果过去曾经间断地或规律性地获得过性高潮，而目前再也不能达到性高潮，则可以考虑为继发性性高潮障碍。

有些妇女在任何场合或任何状况下都不能获得性高潮可称完全性性高潮障碍。

若是在某些情境中可以获得性高潮，而在另一些情境中却不能获得性高潮，则属于境遇性性高潮障碍。

有些妇女能够适应她们不能达到性高潮或很难达到性高潮这一事实，因此她们的高潮障碍并没有对她们的整个心理调节产生严重影响。

她们倾向于否认高潮的重要性，并能够继续享受性行为的非高潮方面的乐趣。

但很多妇女在不断的失望之后会逐渐丧失对性活动的兴趣，进而还会感到痛苦和恼怒。

由于这种难言的痛苦和在做爱开始时便对失败具有的强烈的预感会使她们心烦意乱，引起继发性性欲抑制。

性高潮可因患者对高潮反射的过分控制所致，例如有的妇女对高潮反应不理解，认为自己太不能控制情感反应了，于是害怕再次失控；对性行为的负罪感或对男伴的敌意；因性欲感觉引起的无意识冲突及害怕被丈夫抛弃等。

害怕失去控制的思想很普遍，随之产生的抑制和过度控制的保护机制大概是性高潮障碍发生的关键因素。

妇女一般不会有意识地意识到这种抑制过程，或称对高潮反射的无意识抑制。

然而在某些情况下，女性也可在性感觉变得很强烈时有意识地抑制感觉，并进而抑制了性高潮反射。

女人害怕“放松”，而当她成功地控制了自己的感情时，她使自己的渴望减弱，以此重新加强了对高潮释放的控制。

这种对高潮反射的有意识抑制几经重复之后，抑制似乎成为自动的并且再不能被随意控制，因而经过一段时间之后，学会控制其高潮的妇女即使在平静的、处于热恋之中、受到合适的刺激并且有其他方式的反应时，也不能达到高潮。

女性有性欲要求，或确有性快感，但达不到性欲高潮，医学上称为性高潮障碍。

性高潮障碍并不是个别现象。

据有关报道，性交中从未达到性高潮、只有很少次高潮和偶尔能达到高潮的妇女占44%，有的妇女甚至一生中从未有过性高潮。

女性高潮障碍使女性不能体会到性交的快乐，从而将性交视为一种仅仅满足丈夫的一种义务，自然会影响夫妻性生活的质量。

性高潮障碍的原因主要有：　　在器质性原因中，首先是指生殖系统的疾病，例如外阴、阴道、子宫及附件、膀胱、尿道的疾病以及盆腔炎、肿瘤、外伤等，会引起性交时疼痛和不适，因而也就抑制了性高潮的出现。

此外，全身各系统的疾病，都会不同程度地抑制和干扰性反应，破坏性高潮的获得。

国外学者对大量性高潮障碍的女性作了研究，发现95%以上患者是由心理因素引起，这些因素主要包括：　　（1）不正确的性教育　　女性在整个童年期、青春期和成年期受到抑制性行为的教育，要求女性抑制性感情或性行为，许多性心理学家指出，在现代文明社会里，对妇女的性反应常常是有所束缚的。

文明社会的妇女，不能像原始社会那样让性反应自然而强烈地流露。

一些充满了虚伪的、缺乏科学的性知识教育，使不少妇女对性知识无知或存有误解。

例如，似乎“正派妇女”只应该生儿育女，不应该表现出对性快感的追求。
理想的“大家风范”是在性交时抑制自己、被动而羞怯等，这些都使妇女的性生活受到障碍，无法获得性高潮。

（2）童年或青春期创伤性经历　　如乱伦或被强奸等，也可引起性高潮障碍。

3．外界环境的干扰　　诸如居室不严密，怕被小孩或外人看见；床铺不适，出现强光或噪声；工作不顺心，人事有纠纷，经济有困难，家务事烦心等，都可以成为性高潮障碍的原因。

4．夫妻关系不和睦　　夫妻之间缺乏情感交流，相互不信任，或对性爱的看法有分歧等。这些不仅会伤害感情，而且也难以使性生活和谐。

5．注意力分散　　有些妇女在性生活中唯恐自己的行为有伤大雅，害怕失去丈夫的宠爱，因而过分地注意自己的样子、言语及丈夫的反应，或者不断地回忆往事，或者担心是否会怀孕等。这种注意力的分散，都能影响性周期的发展，阻碍性高潮的到来。

编辑推荐

很多年轻人对性问题都有种种困惑：　　怎样才能有和谐的性生活？
怎样选择最佳的避孕方法？
怎样预防性病？
怎样进行性保健？
……　　《性知识必读》将为你一一解答。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com