**男性生殖健康知识问答**

**1、我国现行的生育政策是什么?**

答：我国现行的生育政策是鼓励公民**晚婚晚育**，提倡一对夫妻生育一个子女;符合法律、法规规定条件的，可以要求安排生育第二个子女。少数民族也要实行计划生育。

**2、国际社会提出的生殖保健服务目标**

答：《国际人口与发展会议行动纲领》提出："所有国家应尽早不迟于2015年通过初级保健制度，为年龄适合的所有人提供生殖保健"。简称：2015年人人享有生殖保健。

**3、性生活在婚姻生活中很重要吗？**

答：时常听到有人在问：世界上到底有没有无性的爱，“柏拉图”之恋能够存在吗?我以为，爱情是以各种方式存在的，但完美的、走入婚姻的男女关系，应该是性与爱并存、灵与肉统一的。鉴于此，相爱的人们就应该正视婚姻中的性问题，共同面对共同解决，回避只会使事情越来越糟。

在长长的一生中，夫妻双方性爱的和谐是相对的，仅限于某一时间段;而不和谐是“绝对”的，需要不断的调整和适应。人们寄予最高期望的新婚蜜月、久别重逢时，恰恰是最容易出现问题的关口。所谓期望越高，失望越大，双方对幸福的强烈渴望加大了问题的严重性，使之走入恶性循环。

不管新婚男女有没有尝到性爱的快乐，都应该承认性在婚姻中的重要性，不断地学习适应，解决性爱中出现的问题。

**4、最简便、安全、有效的避孕措施是什么?**

答：新婚之后采取什么避孕方法好呢?这里还颇有些学问呢，搞不好还会造成以后的不孕。避孕套对于新婚夫妇来说是最安全、最简便、副作用最小的避孕方法，无疑应该作为首选避孕措施。但因为新娘的阴道较紧，尚需在套外涂些避孕药膏以加强润滑作用。此外，新婚期间夫妇的性兴奋性都很强，性生活较频，也不规律，要不怕麻烦，坚持使用，避免失败。

**5、男性疾病就是性病吗?**

答：男性疾病≠泌尿疾病≠性病

性病是性传播疾病的简称，是由不洁或不洁性行为引起的一种全身性传染的一组炎症性男性疾病，包括性病性淋巴肉芽肿、非淋菌性尿道炎、尖锐湿疣、疱疹、 等20多种男性疾病;男性疾病是指男性不育等;泌尿疾病则是 、输尿管、膀胱和尿道等泌尿器官发生的男性疾病，例如炎症、肿瘤、药物损害等。

**6、酗酒和吸烟严重影响生育能力。**

答：虽然目前尚没有酒精对精子伤害程度的具体统计，但酒精对男性性功能的直接影响人所共知。国外有关研究表明，长期酗酒对人体生殖系统的损害是很大的。

同样，长期吸烟对精子影响也相当大。有人曾对5000多名孕妇进行分析，发现其丈夫每天吸烟10支以上者，胎儿产前死亡率大大增加;每天吸烟21～30支者，畸形精子发生率显著增高。同时，丈夫吸烟，生出的缺陷儿比例比丈夫不吸烟的要高2.5倍左右。

**7、“生殖健康”是指生殖系统及其功能和过程所涉及的一切事宜(身体、精神和社会等方面)的健康状态。**

答：生殖健康的定义：生殖系统及其功能和过程所涉及的一切事宜及身体、精神和社会等方面的健康状态。生殖健康的主要内容：1、人们能够有满意而且安全的性生活;2、有生育能力;3、可以自由而且负责任地决定生育时间和生育数目;4、夫妇有权知道和获取他们所选定的安全、有效、负担得起和可接受的计划生育方法;5、有权获得生殖保健服务;6、妇女能够安全地妊娠并生育健康的婴儿。

**8、我国第一个男性健康日是哪年哪月哪日?**

   答：2000年10月28日

**9、家电、手机、微波炉可导致生殖系统疾病。**

答：电磁辐射无色无味无形，可以穿透人体在内的多种物质。各种家用电器、电子设备、办公自动化设备、移动通讯设备等电器装置只要处于操作使用状态，它的周围就会存在电磁辐射。据专家介绍，长期处于高电磁辐射环境，可能对心血管系统、视觉系统、生殖系统造成伤害，严重的还会诱发癌症，并加速人体的癌细胞增殖。

**10、包皮过长对男性性生活具有影响。**

答：包皮过长者，阴茎的卫生清治很难经常做好，包皮内隐藏的细菌或病毒以及包皮垢，往往可以在性生活时侵入女性生殖道内，引起女性的感染，甚至引发子宫颈癌。同时，由于包皮垢的长期刺激，可引起包皮和阴茎头发炎，严重者可因炎症而引起龟头与包皮粘连。一旦出现这些病症，必然会在性生活时引起性交痛，可能导致性生活不和谐或心因性性功能障碍。

**11、青春期遗精属于正常现象。**

答：一般来说，少年男性进入青春期以后，有80%的人会出现遗精现象，这是男子性成熟的一种标志，一些青少年及其家人由于对遗精没有正确的认识，担心是身体虚弱，盲目服用补药，这种做法是错误的。

男性精液中，精囊分泌物约占60%，前列腺液约占30%，精子则不到5%。精液中除精子外，主要成分是水，约占90%以上，其余是少量的果糖、白蛋白、脂肪、酶类和无机盐等。遗精时损失的少量的营养素，对人体来说是微不足道的。

当然，假如男性遗精现象过于频繁，一两天一次或几次，这就是不正常了，应该尽快去医院就诊，中医认为，少年遗精大多是由于心火过盛或是湿热下注引起的，而因脾肾虚损引起的极少，因此，不可盲目进补，以免产生不良后果。

**12、已婚男性，多长时间进行一次生殖健康体检?**

答：一年

**13、穿着紧身裤会对男性生殖健康有影响。**

答：有些男青年，喜欢穿紧身裤，特别是透气性差、散热不好的化纤类“兜档裤”包裹着阴囊，让阴囊处于密闭状态，空气不流通，使细菌滋生，引起生殖道的炎症;同时也阻碍阴囊皮肤散热降温，限制血液循环，妨碍精索静脉回流，对精子的产生和营养很不利。长此以往，容易造成今后不育的不良后果。

紧身裤虽好看，但从生殖健康的角度来说是不科学的。男孩在买牛仔裤时，应选择稍大、透气性好、棉布质量的裤子为宜。

**14、属于性功能障碍的症状有那些?**

答：[男子性功能障碍](http://www.xbwsxx.com/)是指男性性功能和性满足无能常表现为性欲障碍、阳痿、早泄遗精、不射精、射精延迟和逆行射精等。

**15、男性会得更年期综合症，专家呼吁要重视。**

答：如果您是一位40岁以上的中老年男性，持续出现了疲倦、焦虑、易怒、健忘、性功能减退等症状，那么，您有可能是患上了“男性更年期综合征”。很多人认为，这属于“衰老”的正常现象，不值得大惊小怪。但是，有关专家郑重提醒：千万别把“男性更年期综合征”与“衰老”混淆，从而耽误治疗。

**16、食用辛辣刺激的食品会加重前列腺疾患者的病情。**

答：前列腺疾病根治难，易复发，在日常生活中科学合理的自我保护是十分必要的。

1、少食用辛辣刺激性的食品，节制烟酒，多吃水果蔬菜。

2、尽量少骑自行车，因自行车的坐压迫尿道上段的前列腺部位，使其白空能力降低。

3、生活规律，起居有常，节制性生活，适当坚持体育锻炼，保持心情舒畅。

4、养成用温水坐浴的习惯，促进阴部血液循环。

5、积极治疗泌尿生殖系统疾病防止前列腺病的复发和加重。

**17、出现阳痿、早泄、勃起功能障碍，是否需要就医?**

答：是

**18、性病的传播途径主要有那三种?**

答：性接触　血液传播(输液、吸毒、注射)母婴传播

**19、预防泌尿生殖疾病交叉感染要“夫妻同治”。**

答：很多人得了泌尿生殖感染疾病总觉得难以启齿，若非症状实在难以忍受，往往不去医院进行正规治疗，更不用说让没有症状的伴侣也接受相关治疗了。从统计显示可以看出，泌尿生殖感染与其它泌尿疾病有一个很大的不同，就是男女双方容易反复交叉感染。泌尿生殖感染疾病男女交叉感染的发作比例极高。如果只有一方接受治疗，往往会反复发作、难以彻底治好。同时曙光男科医院刘院长还指出，致病菌在发作之前并不会让人觉得不舒服，只有靠仪器才能检测出来。所以如果一方发病，另一方最好也到医院做个检查，一来能及早发现，二来也能确保另一方的治疗质量。

**20、洗澡温度过高可导致男性不育。**

答：正常情况下精子必须在34℃～35℃恒温环境中才能正常发育，洗澡时水温过高往往暗伏“杀机”。

如桑拿浴时室温可高达70℃～80℃，比正常浴室温度要高一倍以上，很不利于精子的生长，或造成“死精”过多而致不育。医学家从男子不育的成因中获悉，一部分男子正是由于睾丸温度比正常人高2～3度，精子不能成活。因此年轻人应慎洗桑拿浴，平时，洗澡的水温也应在34℃左右为宜。利用洗澡增强男人性“力”。

**21、下列哪个因素不会造成性功能障碍?**

答：吃水果。

**22、、男性常翘“二郎腿”可影响生殖健康。**

答：“养成跷二郎腿的习惯，对生殖健康很不利。”跷二郎腿时，两腿通常会夹得过紧，使大腿内侧及生殖器周围温度升高。对男性来说，这种高温会损伤精子，长期如此，可能影响生育。为此，李宏军建议，跷二郎腿最好别超过10分钟，两腿切忌交叉过紧，如果感觉大腿内侧有汗渍渗出，最好在通风处走一会儿，以尽快散热。“特别是坐公车时，如果遇到急刹车，交叉的两腿来不及放平，容易导致骨关节肌肉受损脱臼。”