

# 性、愛與安全

王靜風

和春技術學院通識中心

性別與法律

# 綱要

- 愛與性
- 道家養生房中術
- 性心理學
- 安全的性行爲－懷孕與避孕
- 性愛價值觀

# 討論

- 看到「性」字你的聯想是.....
- 請寫下你想問與「性」有關的問題

# 愛與性

- 性活動的目的：

生殖－性驅力是爲了生殖繁衍而發展出來的

愉悅－人們的互利

愛－過去一世紀「愛情與性相隨」

現在「身體與性別」

認同－有能力說**yes**或**no**，對性和自我的正面

態度和保護自己的能力緊密相扣。正面積

極體驗性的能力奠基於自尊和自愛。

# 道家養生房中術一

- 黃帝內經 房中養生術-房中節欲養生保氣
- 一要有**節制**，二須注意**惜精**。
- 《內經》中“春生、夏長、秋收、冬藏”的自然規律，人的性生活也應該如此。
- **七損八益**的房事養生理論和方法。
- **十機**：有品質的性生活及優生學。
- 新聞案例

# 道家養生房中術—七損八益

- 七損八益記載於長沙馬王堆出土的醫書《天下至道談》中，提出透過兩性性生活的須知及養生之法，主張去除和防止七損，並以八益來達到養生保健之效。
- 七損指出房事交合中對人體有損害事項，包括有：
- 「閉」：精道閉塞，指性交時性器官出於疼痛，甚至無法排精；

# 道家養生房中術—七損八益

- 「泄」：精氣早泄，指性交時大汗淋漓；
- 「竭」：精氣短竭，因房事欠缺節制，導致精氣衰竭；
- 「匆」：陽痿不舉，指房事時出現的勃起障礙，如舉而不堅、堅而不久；
- 「煩」：心煩意亂，性交時呼吸急促，心慌意亂；
- 「絕」：陷入絕境，指女方無性慾感覺時，男方卻強行房事，有損女方健康；
- 「費」：徒耗精力，交合時過於急速圖快，虛耗精力。

# 道家養生房中術—七損八益

- 八益則是指房事交合中對人體有益的做法
- 「治氣」：調治精氣
- 「致沫」：致其津液
- 「知時」：掌握時機
- 「蓄氣」：蓄養精氣
- 「和沫」：調和陰陽
- 「積氣」：聚積精氣
- 「待贏」：保持盈滿
- 「定傾」：防止陽痿



# 道家養生房中術一十機

- 出自明代張介賓所著《景嶽全書·婦人規·於嗣類》的“十機篇”。
- 第一是“闔辟”                      第二是“遲速”
- 第三是“強弱”                      第四是“遠近”
- 第五是“盈虛”                      第六是“勞逸”
- 第六是“懷抱”                      第八是“暗產”
- 第九是“童稚”                      第十是“二火”

# 性心理學

- 佛洛伊德的性心理發展階段
- 口腔期（0-1歲）
- 肛門期（1-3y）
- 性器期（3-6y）
- 潛伏期（6-11y）
- 兩性期（12y--）

# 性心理學—男女大不同

- 性反應曲線 男急升級降 女緩升緩降
- 性慾望衝動高峰：男20女40
- 情感發展
- 男：社交—體膚---情感---性與婚姻
- 女：社交—情感---體膚 ---性與婚姻

# 性心理學 — Sternberg的情愛理論

愛情金三角：親密、激情、承諾

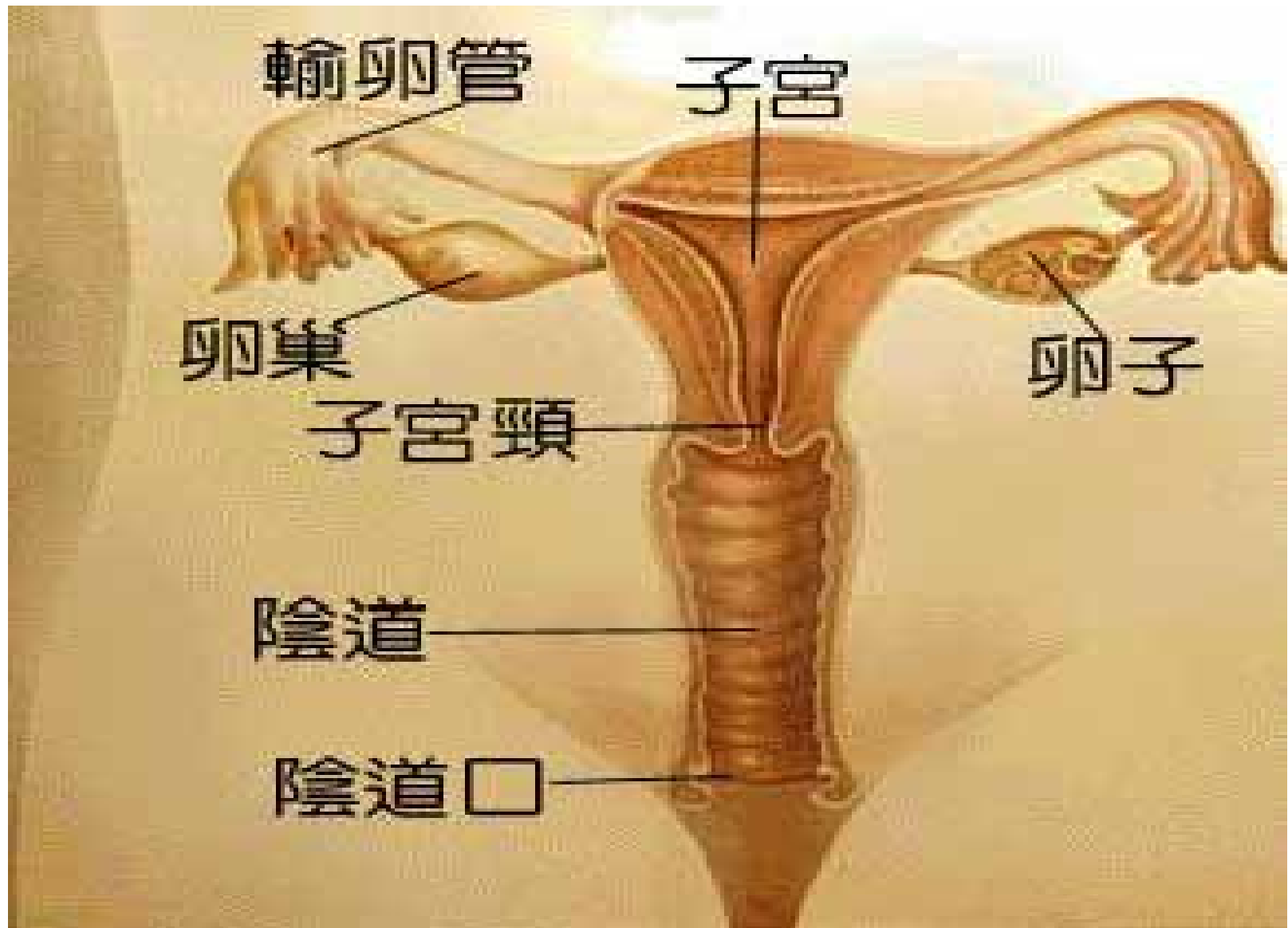
	親密	激情	承諾
喜歡	H	L	L
慾愛	L	H	L
虛愛	L	L	H
浪漫之愛	H	H	L
友伴之愛	H	L	H
熱愛	L	H	H
圓熟之愛	H	H	H

# 安全的性行爲

- 我想要當爸爸或媽媽嗎？
- 我對單一件侶的期待是？
- 性病的危險機率？
- 許多未知的病毒細菌對男性的影響及女性的影響不同

# 懷孕與避孕

- 受精--- 著床 -----胚胎-----胎兒----嬰兒
- 3-5day 50 % 失敗5-8week 8week-----出生
- 
- 避孕藥：事前、事後
- 避孕器
- 自然避孕法：安全期，量體溫
- 保險套
- 結紮



性別與法律

# 懷孕與避孕

- 保險套 正確使用，效果可達90%
- 口服避孕藥
- 安全期計算法  
最短週期天數 - 18 = 危險期之最早一日。  
最長週期天數 - 11 = 危險期之最後一日。
- 子宮內避孕器
- 基礎體溫法 低溫排卵 高溫三天後安全



# 子宮

- 出《神農本草經》紫石英條。又名胞宮、子髒、子處、女子胞、胞髒、血髒。是女子排出月經和孕育胎兒的器官，屬奇恆之府。位於帶脈之下，小腹之中，前有膀胱，後有直腸，下端伸入陰道。在臟腑和天癸、沖、任、督、帶共同作用下，完成其生理功能。

# 子宮－不同時期的子宮護理

- 兒童期：做好三件事
- 第一件是合理排三餐。
- 第二件事是設法讓孩子睡足睡好。
- 第三件事則是鼓勵孩子勤上運動場。
- 青春期：強化防護措施
- 適齡婚育，切忌早婚早育。

# 子宮－不同時期的子宮護理

- 生育期：“多事之秋” 嚴防死守
  1. 做好計劃生育，避免多次人工流產。
  2. 保持性專一，嚴防性病偷襲。
  3. 夫妻間性生活要有節、有度，並注意清潔衛生。
  4. 孕期要遵照醫囑，定期做好產前檢查

# 子宮－不同時期的子宮護理

- 生育後期:要注重卵巢和子宮的護理
- 傳統觀點認為，女人在生育後的一月之餘就可以恢復體質。但是按照現代中醫理論解釋，女性的產後保養應該在**2到3年**之間，因不同女性體質而定。這也是女性進入第二次生育的必須緩衝期。健康女人的標準就是宮巢和睦，膚質潤盈，大小便規律、情緒穩定。
- 絕經期：不可忽視“老來紅”

# 安全的性行爲－子宮十大殺手

- 第十位：紊亂和不潔的性生活
- 不潔的性生活可引起：1、陰道炎 2、宮頸炎 3、宮頸糜爛 4、輸卵管炎症。別小看這些感染，它們可是外陰癌、陰道癌、宮頸癌及輸卵管癌的重要發病因素。
- 性生活過早及混亂，經常經期、產期性交等均是宮頸癌發病的重要因素。清潔、節制的性愛是關愛子宮的首要任務。性愛前雙方用流動水清洗生殖器是防止婦科疾病最基本的一步。

# 子宮護理的**5**大要點

- **1**、積極避孕
- **2**、不要縱欲亂性
- **3**、嚴防產後宮脫
- **4**、減少高脂食物
- **5**、注意觀察月經、白帶是否正常

# 安全的性行爲－子宮十大殺手

- 第九位：妊娠初期和臨產前放縱性生活
  1. 妊娠頭三個月要禁房事。流產、性高潮時強烈子宮收縮，有使妊娠中斷的危險。
  2. 妊娠早期對性生活造成的細菌感染也要注意。
  3. 妊娠後三個月也要禁房事。流產、早產、子宮出血或產褥熱。尤其是妊娠末4周，性交可能引起胎膜炎，招致胎膜早破、早產及產後感染等危險，應嚴禁性生活。
  4. 臨產前1個月或者3星期時胎兒已經成熟，子宮已經下降，子宮口逐漸張開。如果這時性交，羊水感染的可能性更大。還容易造成早產，胎兒在子宮內也可以受到母親感染疾病的影響，使身心發育受到障礙。

# 安全的性行爲－子宮十大殺手

- 第八位：子宮下垂
- 產後經常下蹲或幹重活，增加腹壓，導致子宮沿著陰道向下移位，子宮可以從正常位置沿陰道下降子宮頸外口達坐骨棘水準以下，甚至子宮全部脫出於陰道口外，醫學上稱爲子宮脫垂，簡稱“宮脫”。



# 安全的性行爲—子宮十大殺手

- 第七位：畸胎和多胎容易難產
- 哪些孕婦更容易出現畸胎？
  1. 年齡在**38**歲以上的孕婦，丈夫年齡超過**50**歲。
  2. 曾生過無腦兒、脊柱裂或其他畸形胎兒的婦女
  3. 有習慣性流產、早產史或多次胎兒死在子宮內的婦女。
  4. 家族中有先天性代謝功能缺陷的人，或孕婦本人曾生過代謝功能缺陷病兒的。
  5. 近親結婚的夫婦。
  6. 妊娠**3**個月的孕婦，凡患過風疹、帶狀皰疹、單純皰疹、巨細胞病毒病等病毒感染。
  7. 懷孕早期曾使用過能致胎兒畸形的藥物，或接受過放射線物質。

# 安全的性行爲－子宮十大殺手

- 多胎妊娠又有什麼危害性？
  1. 流產、胎兒畸形、胎兒宮內生長遲緩、貧血、妊娠高血壓綜合征、羊水過多、前置胎盤、早產。
  2. 多胎孕婦在妊娠期和分娩時往往出現多種併發症，嚴重威脅母嬰安全

# 安全的性行爲－子宮十大殺手

- 第六位：忽視定期進行的產前檢查  
婦女懷孕後整個妊娠期都應按時進行詳細而系統的產前檢查。它的好處是：
  - (1) 糾正孕婦或胎兒身體的某些缺陷，必要時可以及早終止妊娠。
  - (2) 瞭解胎兒發育和母體變化情況，如有異常，及早治療。
  - (3) 加強孕婦及胎兒的健康保護，有利於整個孕產期的順利度過。
  - (4) 通過全面系統的觀察，可決定分娩時的處理方針，保證分娩安全。

# 安全的性行爲—子宮十大殺手

- 第五位：找江湖醫生私自墮胎。
- 子宮破損或繼發感染甚多。
- 術後子宮和盆腔感染，嚴重時還會引起敗血症。
- 造成流產不全、子宮穿孔，甚至引起大出血、腸管破裂等嚴重併發症，如不及時搶救可發生生命危險。
- 一些私自墮胎的婦女，發生問題後又不敢聲張，非到危重時才不得已轉醫院治療，從而使有些人喪失了搶救機會而枉送了性命，也有的造成嚴重後遺症而遺恨終生。

●

# 安全的性行爲－子宮十大殺手

- 第四位：懷孕**3**次以上或多次妊娠

部分已婚女性生了女兒想兒子，一生再生，多次懷孕，以至成爲“超生遊擊隊”。要知道，每增加一次妊娠，子宮就增加一次風險，連續**3**次以上懷孕者，子宮的患病率將會顯著上升。

# 安全的性行爲－子宮十大殺手

- 第三位：孕婦分娩困難或產期延長時濫打催產素導致子宮破裂

子宮體部或子宮下段在妊娠期或分娩期發生破裂稱爲子宮破裂。子宮破裂是嚴重的產科併發症之一，常引起母兒死亡。多由於產道、胎兒、胎位的異常如骨產道狹窄、巨大兒、腦積水、忽略性橫位等引起胎先露下降受阻，子宮強烈收縮而發生。

- 子宮破裂爲產科最嚴重併發症之一。

# 安全的性行爲－子宮十大殺手

- 第二位：流產
- 女人一生流產不要超過**3**次，一年之內流產不要超過**2**次。
- 短時期內反復人工流產，是導致子宮傷病的重要因素。通常醫生在做人流手術時不能看見宮腔，是“盲操作”。往往有少數因術前未查清楚子宮位置、大小，手術時器械進入方向與子宮曲度不一致，或用力過猛等而造成子宮損傷，甚至穿孔。或者造成宮腔感染、宮頸或宮腔粘連，導致繼發性不孕。

# 安全的性行爲－子宮十大殺手

- 十大傷害之首：剖宮產手術

剖宮產，即“剖腹產”。剖宮產手術會有哪些危害：

首先是對胎兒方面，可以造成：骨折(包括鎖骨骨折、股骨或肱骨骨折、顱骨骨折)，還有軟組織損傷，是切開子宮時，由於宮壁過薄或術者用力過猛，致使器械劃傷胎兒的先露部位。

然後，對於母體方面。剖腹產手術，除了麻醉方面的風險外，還可能在術中或術後出現一些相應的併發症，其中較嚴重的有膀胱損傷、腸管損傷、子宮切口裂傷、產後大出血。



# 性愛價值觀

- 問題一：一個人是否會因

【歷史時、空】

【地理、文化】

【立場】

橫的考量：角色扮演，例如老師**vs**學生，父母**vs**子女

縱的考量：因成長而改變之角色扮演的不同，而對同一件事產生不同的想法？

# 性愛價值觀

- 問題二：同一件事是否**允許**有不同的想法與答案？看對象：1.事關己 2.事不關己
- 問題三：一件事和自己有密切關係的事，**是否允許**有不同的想法與答案？
- 問題四：允許自己與允許別人的差別何在？
- 問題五：這樣的差別待遇，有道理嗎？
- 性：生理的、心理的、美好的、隱私的