

性教育—認識安全性行為及愛滋病防治宣導

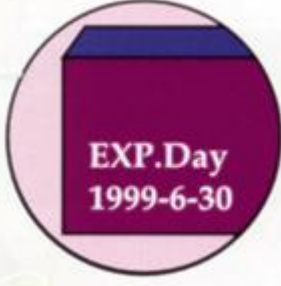
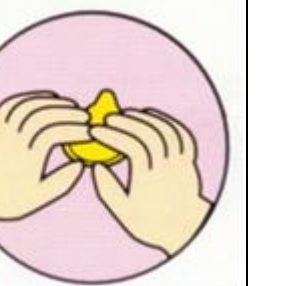
各位教職員工生：

大家好！本組 104 年 4 月份衛教宣導主題為『性教育—認識安全性行為及愛滋病防治』，請利用時間將宣導內容傳閱後簽名，並將資料公布於公佈欄，希望每位教職員工生都能仔細詳讀。

安全的性行為

性傳染病是透過性接觸及體液（包括血液、精液、陰道分泌物）相互交換而感染，因此沒有體液交換的性行為才是『安全性行為』。

保險套的使用方式

			
拆封前注意有效期限，及製造廠商是否合格。	由邊緣拆封不要用利器。	拆封後用手輕輕擠出保險套，不要用手指直接拿以免弄破。	將前端小囊捏緊，輕輕扭轉，以免空氣進入。
			
套上陰莖，用指腹慢慢往下推至陰莖根部。	射精後，立即握緊根部，至體外才將保險套取下，以免不慎溢出。	使用後立即丟棄。	

愛滋病是什麼？

愛滋病又稱「後天免疫缺乏症候群」，人類感染愛滋病毒後通常不會立刻發病，可能在感染後 6 個月甚至長達 10 年或更久才有症狀發生，這種病毒會使人類失去抵抗病原體的能力，甚至喪失生命。

愛滋病毒的傳染途徑：

一、性行為傳染：

與愛滋病毒感染者發生口腔、肛門、陰道等方式之性交行為，或其他體液之交換。

二、血液感染：

- (一) 輸進或接觸被愛滋病污染的血液、血液製劑。
- (二) 與感染愛滋病毒之靜脈藥癮者共同使用注射針頭、針筒。
- (三) 接受愛滋病毒感染者之器官移植。

三、母子垂直感染：

嬰兒也會由其已感染病毒的母親在妊娠期、生產期或因授乳而得到愛滋病毒。

如果懷疑自己有可能感染愛滋病毒時該怎辦？

如果已有感染愛滋病毒的危險行為，例如：網路一夜情、援交、肛交、沒有固定性伴侶、共用針頭等，應儘快到衛生局所或醫院接受檢驗，不論結果是否為陽性，同時應停止可能感染的危險行為。

遠離愛滋 ABC 三部曲：

首部曲-Abstain

【拒絕性誘惑】：

都市叢林裡，充滿著誘惑，要或不要，影響一生。個人需有足夠的自制力，勇於說不，拒絕性的誘惑。

二部曲-Be Faithful

【忠實性伴侶】：

美好的親密關係，需要兩個人共同經營，專一性伴侶，對自己的生命忠誠。

三部曲-Use a Condom

【戴上保險套】：

想要擁有安全且甜蜜的性生活，別忘了戴上保險套。



認識性傳染病

『梅毒』

是一種由梅毒螺旋體所引起的疾病，初期時會在陰部造成單個且無痛性之潰瘍，稱硬性下疳。若沒有適當治療，全身會陸續出現紅疹，稱為第二期梅毒，此時（約感染後六星期）血清梅毒反應可檢驗出陽性反應。若再不治療，紅疹則會自動消失而進入隱性梅毒期，經數年或數十年後再出現第三期症狀，如皮膚潰瘍、大動脈擴大及中樞神經病變等。

『淋病』

淋病是由淋病雙球菌所引起，男性感染時會造成尿道炎，有小便疼痛、尿道口搔癢及膿性分泌物（清晨最為明顯）等症狀。女性感染則會造成子宮頸炎，但自覺症狀並不明顯。

『尖形濕疣』

就是俗稱的菜花，好發於肛門、陰部等潮濕且常摩擦的部位，它由人類乳突腫病毒所引起，其症狀是在陰部陸續長出有如花椰菜般的疣狀物，故一般稱之為『菜花』。

『疱疹』

它是由疱疹病毒所引起，分為二型，第一型的感染發生在口唇部，許多人都有過感染的經驗。

第二型病毒感染時，病灶則生長在陰部，是經由性行為才會傳染的（因性交型態複雜化，第一形疱疹感染偶而也會出現在陰部）。此二型病毒一旦進入人體就永遠無法清除，會在人體抵抗力弱時一再復發。尿道炎的分類非常複雜，範圍很廣，其中屬於性傳染病的稱為非淋菌性尿道炎（其中披衣菌感染佔 50%以上）。它是經由性交傳染，日常生活中之浴廁共用、輕吻、擁抱等行為都不會傳染。下疳是指陰部潰瘍，是由一種嗜血桿菌所引起，潰瘍多個而且非常疼痛。

『軟性下疳』

軟性下疳的症狀和併發症：潛伏期短，接觸三至六天後局部發紅腫大，形成多處膿疱，繼而引發潰瘍，逐漸擴大至豌豆狀，潰瘍表面分泌黃色膿汁，四週泛紅發炎壓痛特別厲害，經過治療後漸漸進入恢復期全部過程約六至八星期，如未治療會併發腹股溝淋巴腺紅腫疼痛。

預防性傳染病的方法

1. 不和別人共用牙刷、刮毛刀和注射器等穿刺性器械。
2. 使用公共浴池、浴巾、便器時，先清洗乾淨或自備盥洗用具。
3. 刺青、穿耳洞時確認對方是否使用消毒完全的針頭。
4. 穿寬鬆、乾淨的內褲，且內褲清洗後經常曬太陽。
5. 太緊的牛仔褲盡量少穿。
6. 如非醫師處方，避免服用消炎藥。
7. 養成如廁後由前往後方向擦拭的習慣。
8. 經期以外盡量不用棉墊；且經期中勤換棉墊。
9. 少用消毒清潔藥水沖洗陰道。
10. 定期接受篩檢，婚前及產前健康檢查。



懷孕了？怎麼辦！

根據優生保健法，未成年者墮胎必須有父母或法定監護人同意，醫師才可以進行流產手術。流產的方法有很多種，但是或多或少有後遺症，嚴重的話可能造成日後的不孕，還有自己的罪惡感，還是避免性行為，甚或做好避孕的工作才是！

最常聽說的是用「月經規則術」來流產，大多效果並不好。目前大多使用「子宮刮術」，這種手術只能在懷孕 12 週以前進行，一般來說由有經驗的醫師來做，發生危險和併發症的機會很少。口服墮胎藥或稱為「事後避孕丸」，沒有經過醫師處方服用，可能有大出血或出血不止的後遺症。

避孕方法有很多種：

1. 保險套：是最方便、副作用最小的避孕方法。
2. 子宮內避孕器：放在子宮內的避孕物品，效果不錯，只是容易有發炎、出血的副作用。
3. 避孕藥：

成功率高、月經規則、方便，是服用避孕藥的優點，但是忘記服藥、容易引起心臟和血管

的疾病、不適用於年輕女性，是避孕藥的限制。

4. **手術結紮**：這是最一勞永逸的方法，而且副作用少，並不影響性能力，不過不適合青少年。

5. **植入法**：

是一種長效的荷爾蒙膠囊，就放在手臂皮下的地方，方便、效果不錯，但是有些人有經期混亂的副作用。

6. **安全期法（基礎體溫法）**：

這種方法對於月經規則的人比較有效，每天睡醒時量自己體溫的變化，一般在下一次月經前 10 至 18 天的期間，或是體溫上升的前後三天，是懷孕的危險期。

7. **中斷法**：最大的好處是不用再準備其他東西，但是萬一控制不住，那麼……。

性行為前三大思考原則

1. 沒有『安全』沒有性
2. 沒有『準備』沒有性
3. 沒有『愛情』沒有性

※ 為預防感染愛滋病及性病，倡導安全性行為，避免意外懷孕，健康中心設置「愛滋病防治」專區，提供愛滋病防治衛教單及免費保險套取用，『保險套代購站』，每打新台幣 25 元，另於健康中心側門(鄰近中正堂)設置保險套販賣機。

請參閱完後，上網填答「性教育—認識安全性行為及愛滋病防治宣導問卷」：網址：

<http://hg.fy.edu.tw/files/85-1047-90.php>，參加者可參加摸獎活動，電腦隨機抽取，獲獎者名單將公佈於校園網路，歡迎踴躍參加！

真愛運動！沒有安全沒有性！



健康中心 啟 104.4.1