

性教育—安全性行為宣導

各位教職員工生：

大家好！本組 103 年 11 月份衛教宣導主題為『性教育—安全性行為宣導』，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。

性態度與價值觀

對於「性」，傳統上不太能談論它，常讓青少年產生神秘、罪惡的印象。對於性事，青少年容易產生性探索，不慎之下就可能造成性犯罪，或者受到貞操觀的影響，造成對性的不適當價值觀。事實上，受到文化及社會觀念的規範，青少年並不適合有性行為，不過青少年應該收集與性有關的規範信念，對性有正確的態度與價值觀。

而安全性行為不僅僅是性行為時要帶保險套而已，更應重視的應該是建立真正的兩性尊重態度。兩性交往中，除建立正確的性觀念及相互尊重外，宜採 ABC 三原則：A(Abstinence)即避免發生性行為，若發生性行為時，採 B(Be-faithful)固定、單一性伴侶及使用 C(Condom)保險套等避孕方法，有正確的態度才會產生謹慎的行為，即負責的『愛』、安全的『性』。

迄今人們尚無有效預防愛滋病的疫苗，因此，保險套是預防愛滋病的最簡便經濟的首要武器。

從一個人的外表看不出來，他是否已感染愛滋病毒。一位看起來很健康的人，仍然可能經由性行為及共用針頭、針筒傳染病毒給他人。但是，幸運的是，愛滋病是可以預防的；只要您確實執行「安全性行為」。

性行為的危險性說明

很多的性傳染病是透過性接觸及體液相互交換而感染，這些體液包括血液、精液、陰道分泌物，因此沒有體液交換的性行為才是安全性行為。危險行為說明如下：

- 無危險的—自慰
- 低危險的—相互手淫，淺吻，相互摩擦，戴保險套的性行為。
- 中危險的—深吻，口交，體外射精。
- 高危險的—沒有任何保護措施，造成傷口或出血。

何謂安全性行為

要避免感染性病，如何預防，簡單的說就是安全性行為（safer sex behaviors），所謂安全性行為的定義是採取一些保護措施降低感染性病的可能性。怎麼做？有三個步驟：

第一是禁慾（abstain），不要發生性行為，雖然談起來不實際，但是預防性病絕對 100% 有效的方法。美國小布希政府執政以後，推動青少年守貞運動，這個活動引起愈來愈多美國家長及政治人物激辯美國政府推動的守貞運動價值。2002 年 12 月美國「新聞周刊」報導引述美國疾病防治中心最近一項研究結果，從 1991 年到 2001 年，自稱從未有性行為的高中生人數已增加近百分之十。這股「我們不做愛」的趨勢或許會讓家長、公衛官員和鎮日圍繞在「性」左右的青少年鬆一口氣。

其次，是固定單一性伴侶（Be faithful），對有性行為的人來說減少感染性病風險的方法就是固定單一性伴侶。在與新的性伴侶發生性行為時，請確認對他（她）的熟悉認識程度，最好的情況是確知有無性病和有無藥物注射等。

最後的關卡，是保險套的使用（condom use），保險套預防性病的效果已被確認，但前提必須正確使用。保險套使用必須在每一次的性行為時，在性器官接觸前即帶上保險套。在保險套的正確使用方面，根據臺北市立性病防治所調查顯示，僅 43% 的受訪婦女知道保險套不可以用油性物質

作為潤滑劑。而在全程使用的觀念上，仍有許多人以為在有性器官接觸的前戲階段不必帶上保險套。也有人將保險套放在皮夾中，再把皮夾放在褲袋中，天氣太熱或時間太久，需要時打開已無法使用，索性就不用了。

在愛滋及其他性傳染病蔓延的時代，新世代的男女性除了強調性自主之外，更應該重視性行為的安全及健康，提升自身健康的自我保護觀念，做好安全措施，不僅是保護自己，也是尊重他人的行為。

使用男性保險套的步驟：



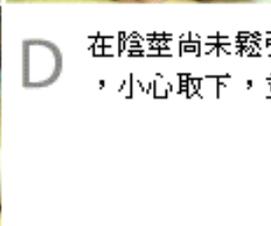
A 由保險套鋁箔密封邊緣拆封，避免由中間拆封或用利器拆封。拆封後，用手輕輕擠出保險套。



B 在彼此性器官尚未接觸前，陰莖已勃起時立刻使用，並先將保險套前端貯精囊的空氣排出，以免套用時造成保險套破裂。



C 擠出空氣後，再套上陰莖，順勢往下套至陰莖根部，此時要避免指甲劃破保險套。



D 在陰莖尚未鬆弛時，握住陰莖根部保險套邊緣，連同保險套一起，小心取下，並避免精液或其他分泌物滲出。



E 將打結後的保險套連同衛生紙包裹好，直接丟入垃圾筒中，注意不可有滲出物，以防止他人不小心接觸造成感染的危險。

※健康中心側門(鄰近中正堂)牆面設置「保險套自動販賣機」，1包2個，1包10元。

請參閱完後，上網填答性教育—安全性行為宣導問卷：網址：

<http://hg.fy.edu.tw/files/85-1047-66.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！