

常見愛滋問答 Q&A

一、愛滋病是如何流行的？

愛滋病是全球性的疾病，自 1981 年被發現以來，已流行蔓延全世界，不分地域、人種，不分男女、老幼，不分貧富、貴賤，凡與愛滋病毒接觸就有被感染的機會，到 2000 年 12 月份全球約有 3610 萬人感染愛滋病毒，單是 2000 年便有 530 萬人剛遭受愛滋病毒感染。

二、如何才知感染愛滋病毒？

是否感染愛滋病毒，要驗血才知道，光從外表看不出來，若懷疑自己可感染愛滋病毒，應不要猶疑，到性病防治所檢驗。愛滋病毒抗體要平均約 6—8 週才能測得出來，很少個案要長達半年、一年才驗出。若一次的驗血結果為陰性反應，並不能代表絕對沒有感染，可能是抗體尚未產生，應三個月後再複查一次。

三、感染愛滋病毒的途徑

得到愛滋病毒的途徑有：(1) 與感染愛滋病毒者發生口腔、肛門、陰道等方式之性交或其他體液交換時，均有受感染的可能。(2) 經由愛滋病毒污染的血液、血液製劑傳染。(3) 與感染病毒者共用注射針頭、針筒。(4) 嬰兒也會由其已感染病毒的母親得到愛滋病毒。

四、性行為為什麼會感染愛滋病毒？

(1) 因為愛滋病患者(或感染者)的精液或陰道分泌物中帶有大量病毒，病毒可經由陰道、陰莖、直腸或口腔進入人體。(2) 在行肛門性交時，直腸非常容易受傷，愛滋病毒即可由傷口處進入人體，所以肛交是非常危險的性行為。

五、哪些人可能會感染到愛滋病？

(1) 不論男性、女性、富人、窮人或不同人種都一樣只要接觸到愛滋病毒就可能感染。(2) 雖然男同性戀者是最先發現的愛滋病高危險群，但目前已不是僅侷限於同性戀者，異性戀者的病例數也在增加中。(3) 毒癮者、共用注射器、長期使用成癮藥物者。(4) 注射未篩檢的血液製劑者。

六、被蚊蟲叮咬會感染愛滋嗎？

(1) 愛滋病毒不會經由如蚊、蠅、昆蟲等中間媒介傳染。(2) 目前尚缺乏蚊子會使人感染愛滋病毒的證據。(3) 還沒見到被蚊子叮咬而感染愛滋病的病例報告。

安全的性行為

一、安全的性行為重不重要？

安全性行為是非常重要的，原因有三：

1. 性由我作主—性是每個人最珍貴的禮物，應該等待最珍貴，且值得送他這份禮物的人。
2. 懷孕的機率—安全性行為可以有效達到避孕，應該思考的是，在沒有避孕措施之下，你/妳還要發生性行為嗎？
3. 感染性傳染病的機率—安全性行為可以預防大多數的性傳染病，但是感染性傳染病的機率是 1%，你/妳願意冒險嗎？

二、什麼是安全性行為？

從定義上來說，安全性行為指的就是「沒有體液的交換」，這些體液包括精液、陰道液、血液、唾液、及黏膜。所以性行為中避免接觸這些體液，就可以預防性傳染病。

三、哪些是危險性行為？

性行為依安全的程度可以分為：無危險性、低危險性、中危險性、高危險性。說明如下：

- 無危險的性行為—包括：自慰、擁抱、撫摸生殖器以外的地方。
- 低危險的性行為—包括：相互手淫，相互摩擦、深吻、綑綁、有保護措施的深度愛撫、戴保險套或隔膜的口交、肛交、陰道交。
- 中危險的性行為—包括：體外射精、共用性玩具、沒有保護措施的深度愛撫、射精前口交、經期外的口交。
- 高危險的性行為—包括：沒有保護措施的肛交、陰道交、經期中口交、將精液含於口中、共用針頭、注射器、性行為中出血。

四、哪些保護措施比較安全？

在性行為中有一些值得注意的保護措施，如：

- 避免共用針頭、注射器、穿刺性器械，包括：刺青、針灸、穿耳洞、鼻環、烙印，... 等。
- 避免性行為中出血，包括：有些激烈的性行為可能會造成出血，增加感染的危險，如綑綁、鞭打、剃毛；另外性行為前最好先有前戲，尤其是肛交可鬆弛肛門肌肉；有一些性刺激方式如滴蠟油、電刺激、刺激乳頭等，仍應避免造成出血。
- 使用性玩具也會感染性傳染病，所以要戴保險套，注意清潔。
- 避免其他性傳染病，因為性傳染病會造成傷口，增加感染的可能。
- 深度愛撫時，最好戴手套、指套，原則上不要共用手套或指套，並且要將指甲修剪乾淨。
- 口交時，最好使用薄膜、保險套，切記重複使用，同時口交前兩小時不要刷牙，自己口腔有出血時，不要深吻。
- 陰道交時，全程正確使用保險套。
- 肛交時，使用強固性保險套，並且肛交前避免灌腸，因為會造成黏膜刺激出血。

如何才算是安全性行為？

1. 性交時全程使用保險套是唯一能有效避免愛滋病和其他性傳染病的方法。
2. 口交時使用保險套，提供額外的保護，精液不會吞嚥下去，或因口中有傷口而感染。
3. 互相愛撫手淫時只要沒有傷口、潰瘍，就不會交換體液。
4. 按摩時按摩油會損傷保險套，所以按摩後務必洗手，再戴上保險套。
5. 親吻、摟抱、手指撥弄、嚙咬、輕撫、舔舐和互相餵食具有挑逗意味食物時，請把您的保險套準備在手邊，以防不時之需。
6. 如果您另外還使用潤滑劑，請確定選用水性的潤滑油。