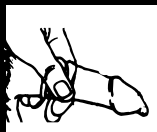
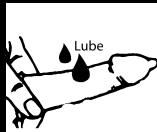
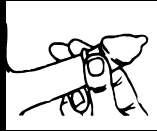
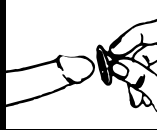
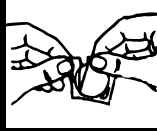


## 怎樣使用安全套

- 檢查有效日期，並確保標籤上註明該安全套符合澳洲的標準。
- 把安全套存放在陰涼的地方。把安全套留在車內不是個好主意。如您要在錢包中存放安全套，請確保您定期更換它們。
- 安全套有不同尺碼。找一個讓您感到舒適的安全套牌子和尺碼。
- 把安全套從包裝中取出，但小心不要撕破安全套。在安全套還沒有放在陰莖上面之前，不要把安全套翻開。
- 把安全套翻開套上時，請確保陰莖是勃起的。請確保安全套向正確的方向翻開。擠壓安全套的頂端，以把氣泡擠出，然後把安全套翻到陰莖的底部。如未割包皮，請把包皮往後翻開。
- 在安全套外面塗上水質潤滑劑，以增加快感及減低安全套破裂的風險。油質的產品會削弱安全套，並導致安全套破裂。
- 在退出時，請確保陰莖仍然是勃起的，並握著安全套，使它不會滑出。
- 把安全套丟進廢物箱。
- 每個安全套只用一次。
- 不要同時使用兩個安全套去增加強度 — 它們可以因磨擦而更容易撕裂。



對膠乳過敏的人士可以使用非膠乳的安全套。  
如您認為安全套在性交時破裂，請立即抽出並更換安全套。

## 我可以在哪裡得到安全套和潤滑劑？

安全套及潤滑劑可以在藥房、許多超級市場和便利店買到，也可以在酒吧及俱樂部廁所裡面的售賣機那裡買到。

### 想得到更多資料，請聯絡：

性健康資訊熱線：1800 451 624 (免費電話)

電傳打字(TTY)：02 9221 6515

FPA健康熱線：1300 65 88 86

電傳打字(TTY)：02 9916 8360

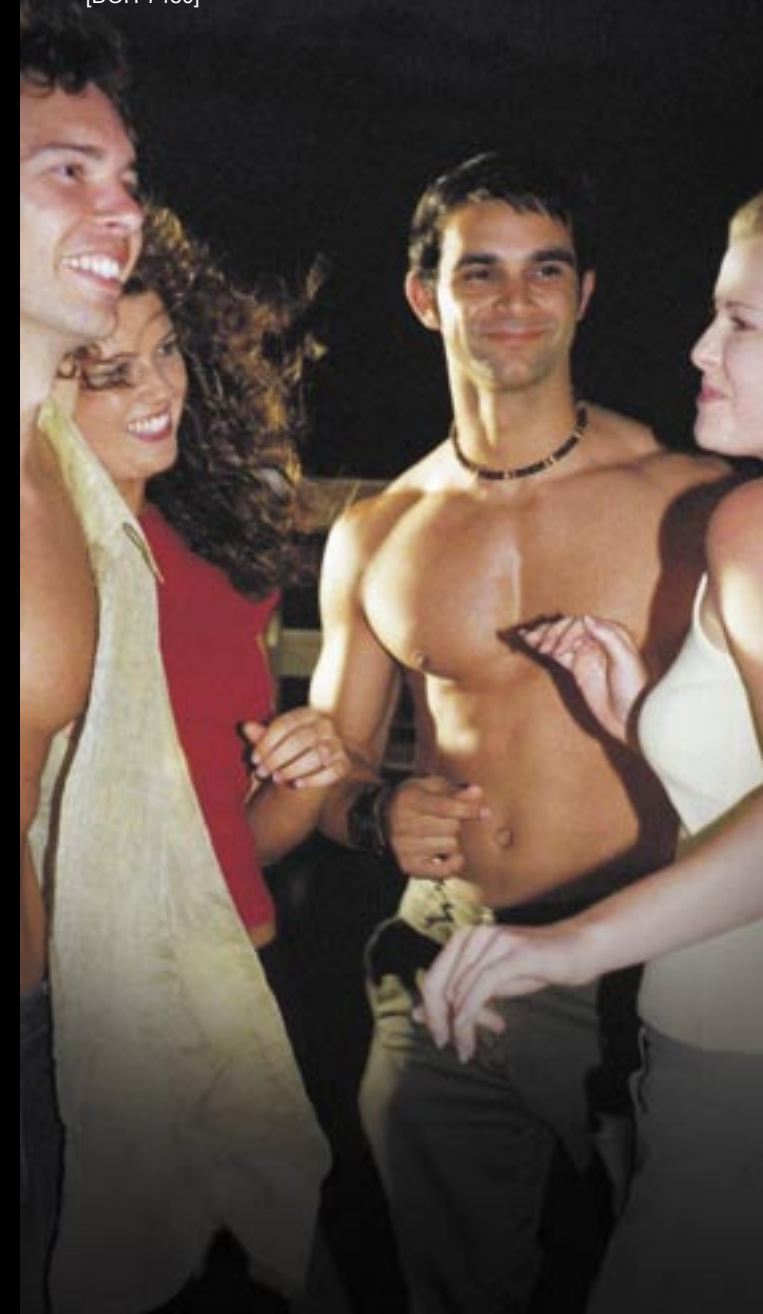
ACON (新南威爾士州愛滋病委員會)：1800 063 060 (免費電話)

### 電話傳譯

如您想使用電話傳譯員跟這些服務機構談話，請打131 450 (按本地電話收費)。

或瀏覽<http://www.health.nsw.gov.au/sexualhealth> (這個網站有更多關於性傳播疾病的資料，當中包括有多種社區語言的關於安全性行為的資料)。

Chinese  
[DOH-7480]



**Safe Sex. No Regrets.**



NSW  
GOVERNMENT

Health

**Safe Sex. No Regrets.**



## 甚麼是安全性行為？

安全性行為是指在進行性交時使用安全套和水質潤滑劑，而且還包括一系列您可以做的其它事情去幫助減低感染或傳播性傳播疾病(STI)或愛滋病病毒(人類免疫缺陷病毒)(HIV)的風險。

### 安全性行為能夠：

- 預防愛滋病病毒；
- 預防懷孕；
- 幫助預防性傳播疾病。

**性傳播疾病及愛滋病病毒的最常見傳播途徑是通過陰道或肛門性交而不使用安全套。**

## 性傳播疾病及愛滋病病毒是怎樣傳播的？

- 性傳播疾病及愛滋病病毒是在進行陰道或肛門性交時通過感染者的血液、精液或陰道分泌物進入另外一個人的血液循環系統中而傳播的。
- 性傳播疾病也可以通過生殖器與生殖器之間的親密接觸而傳播。
- 口交在愛滋病病毒傳播方面相對來說是比較安全的方式，不過，性傳播疾病例如淋病、皰疹及梅毒等可以通過口交傳播。

**請記住，您可以感染上性傳播疾病而沒有任何症狀，但是您仍然可以把它們傳染給其他人。**

在性交時使用安全套及水質潤滑劑能幫助您預防感染性傳播疾病及愛滋病病毒。



## 我應該怎樣和人協議安全性行為？

如果您想進行安全性行為，您可以作出多項事情去確保您堅持這個決定。您需要知道怎樣使用安全套，並確保您經常有充足的供應，這包括在您往海外旅行時。請記住，對於您為何想使用安全套，您要有明確的理由和堅定的立場。

### 在哪裡可以找到幫助？

- 本地醫生的詳情在黃頁電話簿中“medical practitioners”一項下面列出。
- 性健康中心位於新南威爾士州各地，並在白頁電話簿中“s”一項下面列出。您可以接受愛滋病病毒及其它性傳播疾病的檢查而不用出示國民保健卡。您也可以要求一位保健傳譯員到您的醫療約會中。

### 預防感染性傳播疾病及愛滋病病毒的其它方法是：

- 不進行性交；或
- 只和一個性伴侶進行性交(而您的性伴侶也只和您進行性交)，並且雙方在性關係初期接受性健康檢查，包括愛滋病病毒檢查，以確保你們兩人都沒有愛滋病病毒或任何性傳播疾病。

### 請記住，如果您要進行性交：

- 總要使用安全套及水質潤滑劑
- 和您的醫生或性健康中心討論有關乙型肝炎防疫注射的事情，而甲型肝炎防疫注射也有可能被談到，這要看您的性行為方式而定
- 定期到您當地的醫生或性健康中心那裡進行性健康檢查

## 為甚麼要進行安全性行為？

安全性行為是保護您和您的性伴侶們免受性傳播疾病感染的最好方法，性傳播疾病包括愛滋病病毒。

**性活躍的人士為何需要進行安全性行為是有很好的理由去支持的，其中包括以下各項：**

- 您不能從某人的外表、衣著、行為或他們跟誰人有過性關係去判斷他們是否有性傳播疾病。
- 進行安全性行為使您感到心安理得。
- 心裡想著“這不會發生在我身上”不會為您提供保護。
- 有些性傳播疾病相當常見，而使用安全套會減低感染的風險。
- 感染上愛滋病病毒或性傳播疾病的人士往往不知道他們已經受到感染。
- 安全套及水質潤滑劑能預防愛滋病病毒傳播。
- 安全性行為保護您使您避免有意外的懷孕。
- 性傳播疾病及愛滋病病毒在所有國家及文化中存在，並且可以影響任何人。

