|  |
| --- |
| **性安全ABC** |

|  |
| --- |
|     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，但是是預防性病絕對100%有效的方法。　　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。 |