

# 在愛中分享性喜悅

(張維 希望工作坊 活動公關)

## 壹、澄清似是而非的錯誤觀念

進行性行為的場所，不能決定感染的程度

speech 0001

同志常常以為三溫暖是容易感染愛滋病的地方，這種說法並不完全正確。據美國同志戀雜誌計載，三溫暖並不是最容易傳染愛滋病毒的地方，因為在三溫暖進出，與陌生人發生性行為的人，會提高警覺性，增加安全性行為的措施。反而是單獨舒適的空間如家中，亦容易使人忘記警覺，疏忽安全性的重要，成為了最容易感染愛滋病毒的環境。所以進行性行為的場所，不能決定感染的程度是高或低。

使用安全措施與多人發生性接觸，危險程度低於與一人發生關係者。  
未  
實施安全措施者。

在未使用安全性行為的前提下，感染機率會隨著接觸人數的增加而機率也跟著增加；但不表示，一次危險的性行為就不會感染愛滋病。據統據，許多的人是在第一次初嚐性的果實時感染愛滋病毒的。而愛滋病是可以技巧性的防治，不是光靠“運氣”或“接觸越少人”，這種僥倖的心理就免除感染的可能。

感染愛滋病毒，不能用外觀看出來

初感染愛病毒的人，在外觀上與一般的人是沒有什麼兩樣，我們無法在外觀上看出誰感染了愛滋病毒。由於愛滋病毒的潛伏期平均可達10年不發病，甚至終身帶原，所以需經由愛滋病毒測試才能證實感染的狀況。所以在未知所接觸的性對象，如陌生人、愛人、熟人...或自己的感染狀況時，確知使用安全性行為才能保護自己，也能保護別人。

唯一性伴侶，不能保證不會感染愛滋病

呈如以上所說，唯一的性伴侶並不能保證不會感染愛滋病毒。除非雙方確定彼此是對方唯一的性伴侶，才能確定不會感染。台灣婦女感染愛滋，大多數從先生感染得來，而將疾病感染給太太。男同志間的性愛關係較為的開放，大多數同志的性關係為多樣化及豐富。當我們愛人時，我們也願意將自己的身體互相分享，彼此親密而沒有距離感，但千萬不要傷害所愛的人。適當的安全措施可以避免遺憾，卻又可以在性與愛中互相喜悅及分享。

pl

我們可以與愛滋病感染者發生性關係

在適當的安全措施下，我們依然可以與愛滋病感染者發生性關係。竟然我們無法在外觀上看出誰是感染者，我們也無法預知我們所發生的性對象是否為愛滋病感染者，安全性行為反而成爲了對人類及感染者的一件至高的禮物。真正的愛情，會在精神及肉體上相互的分享，既然愛滋病可以預防，愛滋病感染者依然可以享受他們的性權益，我們不用害怕與他們接觸並分享性的喜悅。我們有了安全性行為的認知及實際的行動，就不用害怕與愛滋病感染者接觸。

當你的伴侶誠實的告訴你他是愛滋病感染者時，你應該高興他對你坦白。你們可以在安全的措施下進行性行為，強過鴛鴦心態與他人發生性關係。這樣是不會感染愛滋病毒，如以上所說，使用安全性行為與多人發生關係（多重性伴侶），安全強過與一人發生關係，卻未使用安全性行為。台灣有非感染者與感染者相處在一起，成爲親密的伴侶（愛人），性爲他們生活的一部份。在正確的認知下，愛情的魔力可以超越對疾病的恐懼。

#### 安全性行為不只防止愛滋病毒

安全性行為措施不只是防止愛滋病毒，也防止其他性病的傳染。愛滋病感染者有50% 有其他性病，如梅毒、淋病、菜花、等。感染性病的人更容易感染愛滋病毒，而且更容易降低免疫能力。

#### 雙方為愛滋病毒的感染者，發生性接觸也需要使用安全性行為

感染者時常有錯誤的認知；以爲，既然都爲感染者，發生性關係就不需要使用安全性行為。愛滋病毒現已發展出不同的亞型（八種）。爲避免重複感染或感染其他的亞型，造成免疫系統的變化抵抗力下降。如雙方爲感染者時，依需要使用安全性行為。

#### 正確安全性行為原則為；避免體液直接交換。保險套不等於安全性行為。

雖然性行為的過程中，不一定都需要保險套，但肛交或口交的插入式性行為使用保險套，爲最有效隔絕體液的物品。它隔離了愛滋病毒，性病及其他可以經由性行為傳染的疾病，如B型肝炎、等。保險套品質好壞，也決定安全品質；但若保險套使用不當，亦造成破裂或質變，依然不保險。正確安全性行為原則為；避免體液直接交換。

## 貳、安全性行爲

安全性行爲定義：

避免體液交換，使用保險套不等於安全性行爲。愛滋病毒只能生存在體液中的血液、精液、唾液、陰道分泌液、母乳等。

### 1. 血液及精液：

血液及精液中的愛滋病毒濃度是唾液的10倍，我們需防止血液及精液直接進入體內及傷口。病毒在完整的皮膚（無傷口、潰爛）下不會造成感染。

### 2. 唾液：

唾液未證實具有使人受感染的能力。病毒在唾液中極其微量，而且唾液本身具有殺菌的效果，會將愛滋病毒殺死。除非口腔破裂或牙齦出血造成唾液中帶血絲，不然是不會經由唾液感染。世界仍未有經唾液感染的案例出現。

### 一、如何才是安全性行爲？

性行爲程度大致分；高程度安全性行爲、可接受之安全性行爲、危險性行爲。

#### 1. 高程度安全性行爲：

乾吻

~~盡量避免唾液交換。~~

撫摸—

身體與身體摩擦及擁抱

親吻皮膚—

如乳頭、耳朵、腳趾、大腿、~~、無傷口皮膚等身體部份。~~

互相手淫—

以手互相協助自衛。~~但精液接觸處需要在無傷口皮膚上。~~

假性性交—

即陰莖插入對方大腿合併緊夾處，~~但精液接觸處需要在無傷口皮膚上。~~

使用保險套之肛交—

戴保險套的陰莖，插入對方的肛門；不得~~得~~使用顆粒之保險套，使用平滑的保險套。

使用保險套之口交—

戴保險套的陰莖，插入對方的口腔內；不得~~得~~使用顆粒狀之保險套，使用平滑的保險套。

使用保險套之手對肛門—  
手部套上保險套或膠模進入肛門。

使用膠質親吻吸允肛門—  
膠質貼緊肛門，進行以口或舌頭的吸允肛門。

## 2. 可接受的安全性行爲（低危險）

深吻—  
深吻應避免過度親吻，造成口腔的破裂及血液的出現。

止於精液（高潮）出現前之口交（未使用保險套）—  
未使用保險套的口交行爲，需確知口腔無破裂及傷口，也需注意陰莖無傷口的  
情況下進行口交。我們可以用鹽水或消毒水測試是否口腔有傷口，疼痛表示有  
傷口處，應避免直接口交。

手與肛門直接接觸（未使用保險套）—

接觸肛門的手需要無破口的情況下進行。若肛門及手無傷口，手直接接觸或擦  
入肛門是安全的。

口腔與肛門直接接觸（未使用保險套）—

對方的肛門無傷口，吸允肛門是屬於安全的行爲。

## 3. 危險性行爲（高危險）

未使用保險套之肛交—

精液遺留在口腔中—

共用性玩具—

## 三、在性行爲中如何預防？

### 1. 肛交：

肛交行爲中，被動者（俗稱0號）比主動者（俗稱1號）亦容易感染。因為肛門  
與直腸壁極爲脆弱，易於被撕裂導致流血，或陰莖被撕裂，將造成對方血液流  
入血液系統中，即使在射精前抽離對方，還是具有危險性。性行爲時盡量避免  
~~肛交~~，若需要時，使用保險套，才爲安全。殺精劑可以殺死病毒，也可以消  
炎，可在保險套及肛門內外塗抹殺精劑以提高安全度。

## 2. 口交：

由於口腔及牙齦內屬脆弱亦撕裂，絕對避免讓對方的精液直接遺留在口腔中。在前列腺液未出現，而口腔無傷口的情況下口交屬安全的，但盡量使用保險套。可以選擇有香味的產品，以避免橡膠的味道；也可以發揮你的想像力，在保險套上加一些入口的可食物如蜂蜜、奶油、巧克力、等，增加情趣。被動者（俗稱0號）比主動者（俗稱1號）亦容易感染。若口腔無傷口，其實吞食精液是不會感染愛滋病毒，但盡量避免。有人吞嚥精液表示對對方的液種信任及愛意，其實這是不智之舉。

## 四、保險套的使用

1. 需選擇適合自己的尺寸。太大容易滑落，太小亦使陰莖感覺不舒服。
2. 由包裝沿邊撕開包裝，以免撕破保險套。
3. 以平滑的保險套最為適宜。顆粒或其他奇怪或誇張的保險套盡量避免，因容易使對方的肛門及直腸破裂。
4. 請使用水溶性的潤滑劑，不可使用油性潤滑劑，以避免保險套破裂。也不可  
以用使用唾液，避免其他病毒的感染。

六月 5 日 (星期三)

## 演講討論會：在愛中分享性喜悅

希望工作坊義工駁倒陳舊的安全性行為觀念

中午 12 : 00 文學二館 C2-209 教室

### 演講者簡介：

張維先生，曾任愛滋病防治協會之「誼光義工組織」義工，現為中華民國預防醫學協會「希望工作坊」之活動公關。他是泰雅族人，基督徒，gay，HIV+，與生活伴侶同住已久。

張維先生投入愛滋防治工作多年，很深入瞭解了本地愛滋病防治政策的歷程和現狀。對於安全性行為的內容和宣導方式，張維也有獨到的見解。由於愛滋病的威脅，引發出新一波的性革命，張維身為同志，對當前同性戀運動和衛生署政策的關連，都將提出其精闢的觀察和批判。