聖誕快樂！新年快樂！

—— 假日也應注意安全與防護 ——

在2019年即將過去，2020年即將到來之際，昆士蘭民族社區委員會(ECCQ)的肝炎、艾滋病及性健康項目組全體同事祝您聖誕快樂！新年快樂！同時也提醒您在享受快樂假期的同時也應注意保護自己的安全，防護性傳播疾病。

常見的性傳播疾病（簡稱性病）有很多種，例如：衣原體感染、淋病、梅毒、生殖器皰疹、生殖器疣和艾滋病病毒感染等。在過去的3年裡，艾滋病病毒感染呈下降趨勢；但是其他性病，尤其是淋病和梅毒的發病率卻在持續上升。

無論年齡、性別、種族，任何一個有過性行爲（包括陰道性行爲、肛交或口交）的人都可能感染性病。有些性病，比如梅毒、衣原體感染或淋病等，還可以通過母親傳播給新生兒，並對新生兒的健康造成不同程度的影響。有些性病，比如衣原體感染和淋病，如果不及時治療，還會引起男性和女性的不孕不育。

很多感染了性病的人都沒有任何症狀，因此去您的家庭醫生那裡或者性健康診所做性病檢查是了解自己性健康狀況的最好方法。現在衣原體感染、淋病和梅毒的治療方法非常有效，尤其是在感染初期就開始治療。但是如果在治愈後沒有注意防護，還會再次感染。

目前爲止只有人乳頭瘤病毒疫苗（即HPV疫苗）可以預防生殖器疣，其他的性病是沒有疫苗可以預防的。因此，預防性病的最佳方法是使用屏蔽工具；而其中最方便、最便宜、最容易獲得的就是安全套。使用安全套還可以防止懷孕。無論發生何種形式的性行爲（包括陰道性行爲、肛交或口交）都應該使用安全套。ECCQ可以爲您提供免費的不同尺吋的安全套（包括小號–45–51毫米；中號52–56毫米；大號56–60毫米）和水性潤滑劑。如果您想要免費的安全套，可以按文末的聯繫方式聯係我們的工作人員。您也可以在超市、藥店、便利店或加油站購買到安全套和水性潤滑劑。

此外，減少性伴侶的數量，以及避免與生殖器上長有腫塊、皮疹或潰瘍等皮膚損害的人發生性行爲，都有助於防止感染性病。酒精和毒品會使人喪失判斷安全性行爲的能力，因此即使在假期裡也應注意適量飲酒、遠離毒品。

ECCQ再次祝您有一個健康安全的假期！聖誕快樂！新年快樂！

如果您想了解更多信息，或需要免費的安全套，請聯繫昆士蘭民族社區委員會(ECCQ)的Samantha：

電話：(07) 3844 6877

手機： 0479 130 997

電郵：chinese@eccq.com.au

網址：www.eccq.com.au/health

微信：chineseeccq261

LINE：chineseeccq261

微信二維碼　Line二維碼

Ethnic Communities Council of Queensland