

NETWORKING VOICE 集 滋心話集

第十二卷
第二期
(2006年5月)
(總36期)

紅絲帶中心出版

目錄

頁數

今期專題

- 意外懷孕 1

專題文章

- 懷孕? 2-3

青年工作者手記

- 輔導「意外懷孕」少女的技巧 4-5
- BB點算? 6

真情告白

- 分離原是痛—過來人分享 7

香港愛滋病病毒感染 及愛滋病統計數字 8

編輯委員會

主編

何志安 (香港城市大學社會科學學部)

編輯

張韻琴 (佛教黃鳳翎中學)

梁月嫦 (香港愛滋病基金會)

麥錦儀 (義工)

馮麗儀 (衛生署特別預防計劃)

電子郵箱: rrc@dh.gov.hk

網址: http://www.aids.gov.hk

《歡迎自行影印或自網上下載以作廣泛流傳》

電話: 2304 6268 (與馮姑娘聯絡)

傳真: 2338 0534

意外懷孕

編委會

「情到濃時沒避孕·六成青年繼續做」
(05年10月26日)

「中五高材生相擁殉情·
疑家長反對·揭兩屍三命」
(05年12月9日)

「廁所產子拋出窗·殺嬰少女判感化」
(05年12月23日)

這些新聞報導揭示年輕人容易「做錯事」導致意外懷孕。「母親的抉擇」的數字顯示,接獲未婚懷孕的求助個案由01/02年度的1699宗,急增至04/05年度的2803宗,升幅達65%,求助的懷孕少女平均年齡為15至19歲。此外,香港家庭計劃指導會在04/05年度,處理了2462個終止懷孕個案和986個緊急避孕服務。這些數字均顯示少女意外懷孕已嚴重威脅青少年的性健康。

因此今期以「意外懷孕」為專題,邀請醫生簡介驗孕方法、「母親的抉擇」分享輔導未婚懷孕個案的技巧、未婚懷孕少女細說其心路歷程;編委會亦訪問了一位資深社工,分享她輔導「意外懷孕」少女的工作經驗。





懷孕?

香港家庭計劃指導會
王靜妍醫生

月經逾期、乳房漲大及乳暈顏色變深、嘔吐或小便次數頻密等，都是懷孕初期的徵兆。

月經逾期

月經逾期有很多原因，除了妊娠的機會外，常見的原因可能與情緒和壓力有關：工作或生活上的突變、外遊的適應、情緒的波動或久病也可能導致月經逾期。此外，過度運動或體重大幅上落也可引致閉經。

總言之，月經逾期的因素眾多，而部份原因對身體健康有一定的影響，如有懷疑，應儘早求醫，尋求專業協助。

自己是否懷孕？驗孕成為了必須進行的環節。

環顧坊間的驗孕方式，主要採用驗尿的方法。而醫生的驗孕方法，除了驗尿之外，也可能選擇驗血來診斷。無論是驗血或驗尿，目的是檢查身體內有沒有懷孕荷爾蒙HCG (human chorionic gonadotrophin)。

卵子受精十天後，HCG首先由胚胎產生，其後由胎盤釋放。HCG有穩定黃體及刺激荷爾蒙分泌以助胚胎孕育及成長之用。在正常早期的懷孕中，HCG水平會在兩三天內倍增。但若然是宮外孕或小產，HCG的升幅便受影響。

坊間可購買到的驗孕工具主要有以下三種：

1

驗孕棒：把棒浸在尿液中再觀察棒上顏色的轉變

2

驗孕杯：把適當指定分量的尿液加到杯內，再等待顯示的結果

3

把尿液及指定溶液或粉末混和，再與顏色資料作比較。這種驗孕方法較為少見

小貼士話你知



若考慮利用驗尿方式驗孕,請注意以下事項：

- 一) 採用清早首次小便作檢查，因為尿液較濃，而HCG之含量也較高
- 二) 留意驗孕工具是否過期，因會影響準確度
- 三) 留意驗孕工具的存放，有些舊式的驗孕工具需存放在雪櫃內
- 四) 跟據指示及程序進行測試
- 五) 留意閱讀結果的時間，否則會影響結果的可靠性

假陰性反應

新一代的驗孕工具對HCG非常敏感，所以部份女士在月事遲了數天內做檢查也可得到陽性結果。不過也需注意檢查也可能出現假陰性和假陽性的結果。所謂假陰性，代表女士其實已懷孕，不過化驗的結果卻是陰性。這情況可能由於以下幾個原因：

- 一) 過稀的小便令HCG濃度降低
- 二) 排卵的日期有所延遲，所以HCG水平仍是偏低
- 三) 每個胚胎的發育程度不一，發展較慢的胚胎之HCG水平也較低
- 四) 不同的驗孕工具對HCG的敏感度也各有所異，敏感度較低的驗孕工具並未能對低含量HCG呈現陽性反應



假陽性

假陽性反應

而假陽性結果則代表女士其實沒有懷孕，但化驗的結果卻呈陽性反應。其原因可能由於：

- 一) 皂液混於盛載尿液之容器內
- 二) 不在指定的時間內檢查結果
- 三) 驗孕工具存放在高溫或強光之下
- 四) 患有製造HCG荷爾蒙的罕見腫瘤
- 五) 曾服用含HCG荷爾蒙的藥物



驗孕並不困難，但如何解讀及跟進驗孕結果便需要考慮一些專業意見。所以，無論驗孕的結果如何，如經期遲遲未來，都應尋求醫護人員的意見，確定自己是否懷孕和了解月經不來的原因。

註冊西醫的診所或普通科門診都有提供驗孕服務。

假如懷疑意外懷孕：

年齡在二十六歲以下未婚的少女，可向家計會青少年保健中心尋求協助。那裡有醫護人員做檢查，亦有輔導員與年青人一起去面對及處理這情況，一切提供的資料是保密的。若最後決定需要進行終止懷孕手術，醫生便會按個別情況，看看是否能安排進行。

家計會服務：

如欲尋求更多有關月經、懷孕的資料或其他性知識，不妨前往家計會的參考圖書館或流動圖書館，或瀏覽以下網頁：<http://www.famplan.org.hk/sexedu/B5/library/library.asp>



輔導「意外懷孕」

少女的技巧

今期以「意外懷孕」為主題，編輯委員會特意專訪來自香港女童群益會的一名資深社工黎小玲姑娘，分享她曾輔導超過30多個「意外懷孕」少女(大多數是14至16歲的初中生)的工作經驗，以輔導員的角度講述「意外懷孕」少女的心路歷程，亦分享了輔導這類個案的工作手法和技巧。



問

個案如何得知懷孕？常用那些方法？有否其他另類方法？

當她們進行了不安全性行為（如沒有使用安全套或避孕丸）後即時已擔心會「出事」（即意外懷孕），再加上月經姍姍來遲便驚恐萬分。所以第一個顯示是「遲來月經」。有些會呆等逃避事情，到出現早期懷孕徵狀如作悶、作嘔被親友或師生發現，有些會自行前往藥房購買「驗孕棒」自行驗孕，由於操作簡單，所得的結果甚少出錯；亦有少部份會前往不相熟的診所求診，以免被家人或朋友發現。當然亦有不少向社工求助，希望引證懷孕疑雲。

答



問 個案得知懷孕後之心路歷程為何？

答

通常第一個反應是不知所措，接着是害怕父母責難及不想讓同學或親友知道這件「醜事」，希望自己可以「攞掂佢」，例如大量進食相傳是寒涼的食物如西瓜、涼茶，或有意識地進行激烈運動如跳樓梯或跑步、跳水等，希望胎兒會自動流產，但通常都事與願違，未能成功。另一特別之處，就算天氣炎熱在學校都會穿上厚厚的棉衣或寬身的冷衫，又常常不經意地把手放在腹部上，心神恍惚、比平時沉默、若有所思、愁眉不展。這些都是一些蛛絲馬跡引起老師或社工的關注。隨著胎兒漸長，連鎖反應是越來越擔心和憂慮，不知如何處理事件？儘快把胎兒打掉是她們最即時及最常見的反應，她們開始思考如何墮胎？要多少錢？安全嗎？有多痛？這些疑問便會湧出來。她們亦會擔心男朋友會不負責任地離她而去及戀情會否持續下去，但這並非她們最關注的問題。





個案尋找幫助行為模式 (Help-Seeking Behaviour) 為何?



當她們感覺到孤獨或徬徨無助時，大多會找相熟「姊妹」（女性友人或同學）傾訴，一般都會要求男方俾錢「攞掂佢」，或籌錢「落咗佢」（即進行非法墮胎）。但在籌錢過程中會讓更多人知道，令事件於校內或友群中曝光！有部份因年齡較細及較單純而缺乏有關資訊的，則會在「姊妹」陪同或「報料」下找社工協助，希望在社工的支持下解決問題。



輔導這類個案在工作手法和技巧上有那些特點要注意?



這類個案通常運用危機處理 (Crisis Intervention) 的工作手法來進行輔導，即主要分為三個輔導階段：(1) 情緒處理 — 接納及紓緩案主此刻焦慮和惶恐的情緒，給予支持；(2) 解決事情 — 與案主及其身邊的重要人物如父母、男朋友及其家人一同商議出一個各方均較為接受的解決方法；及 (3) 事後工作 — 經一事，長一智，協助案主反省是次經驗，從而獲得成長，例如建立正確的性態度及價值觀，經深思熟慮後才與愛侶進行安全性行為。



在輔導的過程中應注意下列要點：

- (1) 留意案主的情緒反應，會否因過份憂慮而抑鬱，甚至有自毀傾向，必須不斷重申問題是可以解決的；
- (2) 持開放和包容的態度聆聽各方的意見，避免工作人員的主觀意願和道德批判；
- (3) 保持良好的互信工作關係，「先情後理」，即先處理情緒及胎兒問題、後再說道理，循序漸進可令事情逐步得到解決；及
- (4) 不要隨便承諾保守秘密，但可答應每事均會與她商討，尋求共識；應盡量鼓勵案主將事情告知其可信賴的親人或可以協助她的有關工作人員，減輕此事對她的心理壓力及有助事情儘快解決。

再次多謝黎小玲姑娘接受編委會的訪問。



BB點算？

母親的抉擇
羅瑞雲主任

一般令未婚懷孕婦女感到最困擾的都是即將誕生的嬰兒將來的計劃，婦女面對意外懷孕仍可有三個選擇，包括自行照顧、墮胎及交人領養。坦白說，三個選擇都不是容易作的決定，當中牽涉到婦女的意願、支援網絡（家人／朋友／社區）、經濟、住屋、前途等等各種因素的考慮。

墮胎是最好的方法嗎？

我們收到的求助電話中，不少在第一時間便是查詢有關墮胎的資料，他們認為墮胎是最簡單快捷解決問題的方法，而往往不清楚手術過程，亦忽略了墮胎可能帶來的後果或對生理及心理的影響。故社工會嘗試了解他們考慮墮胎的原因，而一般都是因著年紀太輕、認為自己沒有能力撫養孩子或害怕父母的責備等。社工會再進一步了解求助者到底是否已經清楚手術的過程或可能出現生理上或心理上的後果，而同時協助他們自我評估，是否已經真的已經預備好去面對手術或承擔後果。

自行照顧又如何？

亦有不少求助電話，致電者盼望能自行照顧嬰兒，但因著欠缺經濟能力或失去男朋友或家人的支持而感到徬徨無助。首先我們肯定婦女對生命的承擔，同時亦幫助婦女評估自己的能力。到底他們心理上是否已準備好擔當父母的角色？是否清楚作為父母的責任？是否有足夠的經濟能力去撫養孩子？孩子出生後她準備繼續讀書、上班、還是在家照顧孩子？父母又是否支持這個決定、甚至能提供支援呢？社會上又有什麼資源呢？事實上，養兒育女絕不是簡單一件事，這些都是他們需要仔細考慮的問題。

交人領養可以嗎？

有部份婦女考慮到胎兒的生命、墮胎可能出現的後果，但同時亦明白自己沒有足夠能力去撫養孩子，他們會選擇將孩子交人領養，即表示放棄孩子的撫養權，透過社會福利署中央領養課安排，讓孩子被有能力的領養家庭終身領養。事實上香港及海外不少夫婦，他們因著不育或其他原因，都會申請作領養家長，樂意並期待領養孩子到家中，並擔當起父母的責任。這個選擇對不少年輕懷孕的婦女來說，最困難的是必須面對與孩子分離，但同時她們亦可以較放心孩子的將來，她們亦有空間能恢復或重新開始新的生活。

事實上要作出任何選擇都不容易，每個選擇都有其好處及壞處，或是身體、心理上的負擔、或是與孩子分離、或是見證孩子出生的喜悅、或是見證死亡、或是肩擔重任、或是付上自己的青春等等。因此，作任何決定前都必須仔細考慮。





文章轉載自母親的抉擇網頁

分離原是痛

— 過來人分享

剛知道自己有BB時

除了不知如何是好之外，沒有多大的震驚，因為之前幾個月沒來經時已曾有過懷疑，只不過是自己一直拒絕面對罷了。那時我真的覺得很辛苦，雖說父母已知道此事，再不用獨自面對，放下一些心理負擔，但總覺得自己有點對不起他倆；另一方面又悔恨自己為什麼沒有及早面對和處理這個問題，加上母親喋喋不休，著實令我透不過氣來，有時甚至有一死了之的想法；但當想到父母就此事已難過煩惱，若然自己真的死去，他們肯定會接受不來，故此我也沒有如此選擇。

想到因為自己的自私

不想和她的父親再有任何關連，使她一出生便沒有了父親；想到自己因沒有經濟能力而不得不放棄她；想到自己的貧血或會遺傳給她，令她有地中海貧血，我便哭成淚人，我唯一可做的便是為她祈禱。若非當晚有一個舍友陪伴，我真不知道自己會哭多久。出院當天，我又斷斷續續地哭起來。



後來明愛的社工將我轉介到母親的抉擇

（Mother's Choice）住宿

情緒頓時平靜下來。當時滿腦子想的就是希望事情可以盡快解決—希望快點住進宿舍等生BB，然後快點簽紙將BB交給別人領養，直到搬進宿舍時，我這個想法一直都沒改變過。



到了陪BB當晚

我又因為不捨而大哭一場。心想既然不捨得，會否將BB寄養比領養更好呢？如果寄養的話，我又可以有足夠時間工作賺錢養她，又可經常見到她，那豈不更好嗎？但想到自己並不是一個有責任感的人，我害怕那時我後悔的話，最終受害的是BB，那倒不如現在給BB一個完整的領養家庭，雖然我真的不捨得離開她，但總好比將來我痛恨自己為了一己私慾而令她受苦更多。無論如何，只要她健康愉快，其他事已不再重要了。

一個月後的某一天

我生下BB，由於頗為突然，腦海只有一片空白，沒有預期中的興奮開心。直到自己親身替BB餵奶換尿片時，我原本想將BB安排領養的想法便開始動搖。第一次餵奶後，我已整天想著她的樣子，甚至睡前也控制不了想著她。那天晚上，我甚至將她和Mr Bean聯想在一起，真是可愛得很，但是想到很快便要和她分開，就忍不住哭了出來。



雖然我真的不捨得離開她，但總好比將來我痛恨自己為了一己私慾而令她受苦更多。無論如何，只要她健康愉快，其他事已不再重要了。



香港愛滋病病毒感染及愛滋病統計數字

截至二零零五年十二月三十一日

		感染總數	愛滋病人數
性別	男	2,273	672
	女	552	110
種族	華裔	1,932	610
	非華裔	893	172
傳染途徑	性行為	2,171	690
	· 異性	1,481	524
	· 同性	575	133
	· 雙性	115	33
	注射毒品人士	111	14
	輸入血液／血製品人士	72	21
	母嬰傳播	17	6
不詳	454	51	
總數		2,825	782



附註：

在二零零五年，向衛生署呈報的愛滋病病毒感染個案為313宗，是紀錄而來最高的一年。與二零零四年的268宗愛滋病病毒感染個案比較，升幅為百分之十七。

在本港性接觸仍然是最主要的愛滋病病毒傳播途徑。

在去年的313宗愛滋病病毒感染個案中，一百零五人（33.5%）是透過異性性接觸感染，九十六人（30.7%）是透過同性或雙性性接觸感染，二十五名（8.0%）為注射毒品人士，四名（1.3%）透過輸入血液／血製品感染，兩名（0.6%）透過母嬰傳染播感染，而八十一名（25.9%）感染者的傳播途徑不詳。

去年第四季共有八十七人於接受愛滋病病毒（人類免疫力缺乏病毒）抗體檢驗時呈陽性反應。自一九八四年以來，本港的愛滋病病毒感染報告已累積至二千八百二十五人。

在八十七宗新感染個案中，二十四人是透過異性性接觸感染，十九人是透過同性或雙性性接觸感染，十二名為注射毒品人士，而三十二名感染者的傳播途徑不詳。

八十七名愛滋病病毒感染人士中，七十七名為男性，十名為女性。

在二千八百二十五名愛滋病病毒感染累積人士中，百分之七十七是透過性接觸感染，百分之四為注射毒品人士。而其中的百分之六十八的性接觸個案是透過異性性接觸感染。

下期預告



安全套



訂閱表

欲免費定期收到 NETWORKING VOICE（滋心話集）通訊，請填妥回條（正楷填寫），傳真或寄回紅絲帶中心。

另可在網上 <http://www.aids.gov.hk> 訂閱 NETWORKING VOICE 滋心話集電子快訊

致：NETWORKING VOICE 秘書處

團體訂戶 / 個人訂戶

傳真號碼：2338 0534

*機構名稱／姓名，（如適用）：

查詢電話：2304 6268

NETWORKING VOICE 秘書處

地址：九龍聯合道東200號
橫頭磡賽馬會診所2樓
紅絲帶中心

地址：

電話：

希望 *新訂／增訂 NETWORKING VOICE（滋心話集）_____份

對本通訊的意見：

*請刪去不適用者

