

目錄

頁數

本期專題

- 性衛生

專題文章

- (一) 難以啟齒的疾病~泌尿道炎 2-3
- (二) 性衛生知識知多啲 4-5
- (三) 青春期冷知識 6

網上討論分享區 「滋心話題」

7

香港愛滋病病毒感染 及愛滋病統計數字

8

訂閱表

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 (註冊社工)

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

本期專題：

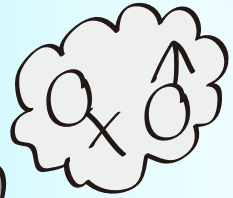
編委會

性衛生



難以啟齒的疾病~

泌尿道炎



高級醫生
謝志達

性器官跟身體其他部分一樣，如果不注重個人衛生同樣會出現毛病。由於毛病出現於性器官或附近位置，有時可能會與性病產生混淆。

好像泌尿道炎(urinary tract infection)便可以因為個人衛生處理不當而引致。

女性的泌尿道炎

泌尿道炎較常見於女性，一般不是因性接觸而感染，而是因為女性的尿道(urethra)較短，尿道口與陰道和肛門的距離亦較近，尿道容易受陰道和肛門附近的細菌感染。

泌尿道炎的病徵十分明顯，通常患者會出現小便頻密、刺痛、排尿不清的感覺。如出現以上徵狀，切勿延醫忌診，以免病情惡化。

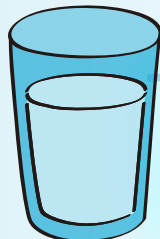
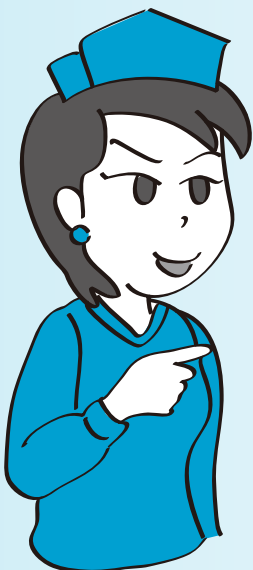


男性也有機會感染泌尿道炎

男性也有機會感染泌尿道炎。一般來說，出現於男性而非由性接觸所引起的泌尿道炎，都可能與泌尿道阻塞有關，如前列腺肥大、尿道結石或腎臟結石等因素。

預防勝於治療

預防由非性行為所引起的泌尿道炎是很容易的，方法如下：

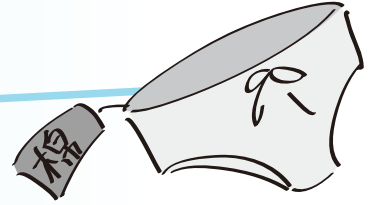


多喝水

多喝水可稀釋尿液的濃度，亦幫助身體將尿道內的細菌排出體外。另外，多喝水也可減低尿道結石和腎結石的機會。

注意個人衛生

每次如廁後，清潔肛門應由尿道口的方向抹向肛門的方向（前至後），以免將肛門附近的細菌帶到尿道口。選用寬鬆棉質的內褲，因棉質的衣料較吸汗，能保持外陰乾爽，減少細菌滋生的機會。



至於治療方面，醫生一般會處方一些舒緩性的藥物和抗生素。舒緩性的藥物可減輕患者的不適，而抗生素能幫助身體清除細菌。要達至最好的治療效果，患者必須按醫生的指示，完成整個療程。

因性接觸而感染尿道炎

因性接觸而感染尿道炎 (urethritis) 一般可分為：**淋菌性尿道炎**和**非淋菌性尿道炎**。

淋菌性尿道炎

淋菌性尿道炎是由感染淋病雙球菌而引起。而非淋菌性尿道炎是因淋病雙球菌以外的微生物而引起，例如衣原體和支原體等。

淋菌性尿道炎的徵狀較為明顯，多有膿性分泌物從尿道口排出，亦有小便頻密、刺痛和小便不清的徵狀。女性感染淋菌性尿道炎時亦可能同時出現陰道分泌物增加和子宮頸炎的情況。



非淋菌性尿道炎

而感染非淋菌性尿道炎的患者，感染後的尿道分泌物量較感染淋菌性尿道炎為少。

淋菌性尿道炎和非淋菌性尿道炎均為性病，患者必須儘快求診，以免病情惡化。另外，正確及持續使用安全套能有效地減低感染性病或愛滋病病毒的機會。



性衛生

知識 知多啲

註冊護士
馮麗儀

身為27802211.com的網主，經常收到從四方八面而來有關性的問題。現在就跟大家一同分享，看看你又有沒有這些疑問吧！

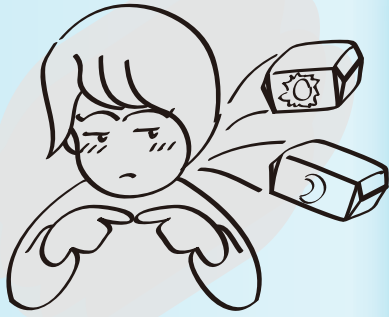


我昨天自慰後，小便有刺痛的感覺，我是否有病？

如果手或使用的物件表面沾有細菌或病毒，而在自慰的過程中又弄傷性器官的皮膚組織，便有機會感染細菌或病毒的。

所以切勿以硬物刺激性器官，要注意個人衛生，如自慰後有不適，請儘快求診。





衛生巾有這麼多牌子和款式，我應該怎樣選購？

市面上的衛生巾款式五花八門，有加上香味的，有不同長短寬度的，有適合日間或夜間使用的，有護翼設計的，又有棉面或網面的，總之任君選擇。

到底哪一款最適合自己？大家可以因應自己的需要和喜好而選購。其實一般人都認為棉質的表面較舒適，而較長、夜用和有護翼的設計比較適合量多或活動多的日子。

使用衛生巾最重要是舒適和衛生，假如使用某種款式或牌子後，感到不適如皮膚痕癢、出疹，甚至下體有異味或有不尋常分泌，便應立即停用並求診。還有，衛生巾需常常更換，這樣除可避免衛生巾溢漏外，更可避免因為細菌滋生而發出異味和引起感染。



愛滋病病毒主要透過性接觸、血液接觸和母乳傳播，而性病主要是經由性接觸而感染。另外，愛滋病病毒離開人體後生存能力和傳播能力也大大減低，所以透過反彈的廁所水或共用廁板感染性病或愛滋病的機會極微。



有一次，當我在公廁如廁時，竟感覺大便掉進馬桶後，廁所水反彈到我的肛門，請問我會因為與人共用廁板或接觸反彈的廁所水而感染到性病或愛滋病病毒嗎？



口交會感染愛滋病病毒嗎？

愛滋病病毒主要透過性接觸、血液接觸和母乳傳播，如未經妥善包紮的傷口或黏膜組織(口腔、肛門、性器官等)接觸到愛滋病病毒感染者的血液、精液、射精前分泌或陰道分泌物，都會有受感染的機會。

如未能確定性伴侶是否感染愛滋病病毒的話，無論同性或異性性接觸，口交、陰道性交或肛交都必須持續及正確使用安全套。





青春期是人成長過程中一個重要的階段，青少年面對來得急速和突然的生理轉變，會因認識和準備不足而感到困惑，甚至不知所措。父母親在子女青春期的發展過程中，其實擔當著非常重要的角色，以協助子女過渡這個重要的階段。

少年女孩

的煩惱

女孩子的青春期較早，大概在8-12歲就開始，當女孩子身體開始發育，出現第二性徵，胸部開始發大，乳房脹痛，會有不自在和疑慮的感覺，但女孩子往往在青春

時感到害羞，為著不希望別人注意她體型的改變，都愛穿著寬濶衣服和外套去遮蓋發育中的胸部。遇到這類尷尬情況，女孩子們可以向媽媽求教，並可跟媽媽一起去選購胸衣，討論胸圍的種類款式和功用，討論乳房的發育過程，學習日常的護理和適當地選擇內衣褲和衣服，更認識到如何保護自己的身體。

女孩子在青春期最重要是月經初潮及處理面上青春痘的煩惱等都需要母親的指導和支持，並教導個人衛生和皮膚護理的重要性，而解釋月經週期的生理變化和生育功能更不可少。



少年男孩

的煩惱

男孩子的青春期較女孩子遲一、兩年，在大概十二、三歲左右，男孩子長高的速度加快，聲音慢慢變得低沉，並開始不在別人面前拉媽媽的手，也變得比較沉默。男孩子在青春期對於生理的變化喜歡與同性的同伴討論。男孩子可與爸爸討論有關夢遺和陰莖勃起的現象，使他明白這些都是正常的反應。這可減少因青春期對性的好奇和精力旺盛而過度注意身體的變化而引至憂慮，或沉溺於官能的刺激如自瀆或觀看色情網頁的行為。

青春期的少男少女，若能將有關性衛生的憂慮向父母表達，這可協助他們適應身體的變化。而父母能與孩子一起處理步向成長，迎接身體多方面的改變是值得高興的事情。

網上討論分享區

「滋心話題」

「滋心話集」從一九九五年創刊至今一直深受學生、家長、青年工作者和教育界人士支持，為了方便讀者作個人經驗分享及提出意見，愛滋熱線網站 27802211.com 已增設「滋心話題」。

歡迎進入「滋心話題」：
www.27802211.com > 滋心話 > 滋心話題

我們
等待你...

我有意見
提出...



香港愛滋病病毒感染及愛滋病統計數字

每季最新公佈數字一覽表

截至二零零八年三月三十一日



本季
(二零零八年一月至三月) 累積個案

	愛滋病病毒感染	愛滋病	愛滋病病毒感染	愛滋病
1. 性別				
男	70	14	2988	814
女	19	3	713	137
2. 種族				
華裔	58	12	2497	739
非華裔	31	5	1204	212
3. 傳染途徑				
異性接觸	27	9	1758	607
同性接觸	25	5	861	178
雙性接觸	3	0	151	37
注射毒品人士	10	3	227	37
輸入血液/血製品	0	0	75	22
母嬰傳播	0	0	20	6
不詳	24	0	609	64
4. 總數	89	17	3701	951

附註：

今年(二〇〇八)第一季共有89人感染愛滋病病毒(人類免疫缺乏病毒)。自一九八四年以來,累積共發現3 701人受愛滋病病毒感染。

衛生署衛生防護中心顧問醫生(特別預防計劃)黃加慶今日(六月十七日)會見新聞界時, 公布上述數字。

季內共有17名新愛滋病個案。自一九八五年以來, 本港共累積發現951宗愛滋病個案。

黃醫生提醒市民進行性行為時, 應正確使用安全套, 減少感染愛滋病病毒的機會。愛滋病(AIDS)是由人類免疫缺乏病毒(HIV)所引致的。如沒有接受治療, 半數的愛滋病病毒感染者會於十年內發病為愛滋病患者。

他同時呼籲曾有不安全性行為的人士接受愛滋病病毒抗體測試。

他補充說: 「有關人士可致電衛生署愛滋熱線2780 2211預約免費、不記名、保密的愛滋病病毒抗體測試服務。」

黃加慶醫生續說, 在本港性接觸仍是今季最主要的愛滋病病毒傳播途徑。

在89名受愛滋病病毒感染人士中, 27人透過異性接觸受到感染, 28人是透過同性或雙性接觸感染, 10人為注射毒品人士。其餘24名感染者的傳播途徑因資料不足而未能確定。

在89名受愛滋病病毒感染人士中, 70名為男性, 19名為女性。

今年第一季的新診斷個案主要呈報來源包括: 公共醫院及診所(34宗), 社會衛生科(19宗), 私家醫院及診所(17宗)和衛生署愛滋病服務組(8宗)。

在本季新呈報個案中, 有59(66.3%)名感染者正在衛生署或醫院管理局轄下之愛滋病專科服務接受治療。

在本季人數中, 肺囊蟲肺炎是最常見的愛滋病併發症, 而結核病為第二位。

更多的愛滋病病毒感染 / 愛滋病資料也可以於以下網頁找到。網址為(<http://www.aids.gov.hk>)。

下期預告

毒 @ 危機



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

傳真號碼: 2338 0534

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

團體訂戶 / 個人訂戶

*機構名稱 / 姓名, (如適用):

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

