



紅絲帶中心
聯合國愛滋病規劃署合作中心(專業支援)

九龍聯合道東200號橫頭磡賽馬會診所2樓
電話：2304 6268 傳真：2338 0534
電郵：rrc@health.gov.hk
網址：<http://www.info.gov.hk/aids>



編者的話

各位青少年朋友，歡迎你們聯同爹哋、媽咪一齊進入我們這個【至in疑惑，Yeah!】的漫畫世界。我們透過書裏的漫畫人物所遭遇的情景，利用有趣和幽默的表達方法為你們編輯這一本有關性及愛滋病知識的刊物，冀望你們能在輕鬆的環境下一同學習正確的性知識，一同健康地成長。青少年朋友如有任何疑問或需進一步資料，可致電愛滋熱線或瀏覽我們的網頁查詢（詳情請參閱最後頁）。

青春無敵、創意無限。青少年應掌握着青春的優越，以愛及關懷編織美好的將來，為這個世界加添色彩。祝你們擁有一個充滿朝氣、和諧、愉快的人生。

至in疑惑，Yeah!

出版.....紅絲帶中心——
聯合國愛滋病規劃署合作中心（專業支援）

編輯.....同上

設計.....Apex Creation

版次.....2001年2月初版
©2001 紅絲帶中心
非賣品 Printed and Published in Hong Kong

目 錄

第一回 我愛青春	第一篇 喜歡我是我	2
	第二篇 夢裡夢外	4
	第三篇 Natural就是美好	6
	第四篇 一顆戀戀的心	8
	第五篇 自我的天空	10
第二回 安全無敵	第一篇 愛的真諦	14
	第二篇 你情我願	16
	第三篇 套著你·愛著我	18
	第四篇 無知的好奇	20
第三回 真相畢露	第一篇 虛驚一場	24
	第二篇 知多D·驚少D	26
	第三篇 愛自己·靠自己	28
第四回 潮流世界	第一篇 網上情緣	32
	第二篇 狂野之城	34
熱線電話		36
有關網頁		37

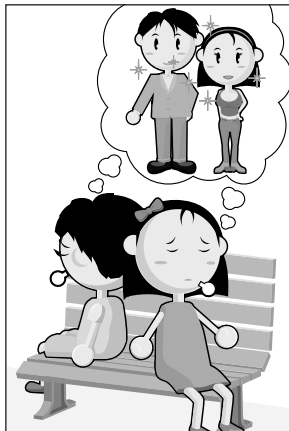
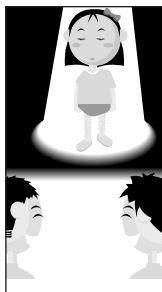
第一回
我愛青春



喜歡我是我

【故事】

奇奇站在其他比自己高的同學面前感到非常自卑，往洗手間時更是鬼鬼祟祟的，怕別人看見自己那比別人短的陰莖。而他的同學珠珠則望着鏡中的自己嘆氣，她的一雙乳房不但小，而且有點不對稱，加上早上被同學取笑她手毛和腳毛濃密，一定是性慾很強的人，她羞得滿臉通紅，非常擔心同學所說的屬實。



【解說】

每個人的高矮肥瘦都不一樣，是會受遺傳和環境因素所影響的，沒有所謂正常不正常。

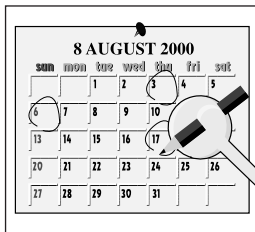
同樣地，陰莖的長短粗幼，乳房的大小高低，也是受遺傳影響。男性的陰莖長或短，女性兩邊乳房的不對稱、乳頭突出、平板或往內凹，都是正常的現象，不須過分擔心。而體毛的顏色和濃密程度跟種族和遺傳有關，並不顯示健康狀況，亦與性愛和生育能力完全沒有關係。

青少年應學會接受自己的身體，一個人的價值絕非單建立於外形上，個人的修養其實更加重要。

夢裡夢外

【故事】

這晚奇奇又在做綺夢了，他夢見一個性感的珠珠。早上就發現自己夢遺，奇奇很不安，他在月曆上記下來，這已是這個月的第三次。他擔心自己夢遺太多，不但不道德（因為他夢見珠珠），還怕會傷身，剛巧這時母親拍門想進來，奇奇嚇得不知所措。



【解說】

男性進入青春朞起，性機能便會迅速發展，開始製造精液，當精液儲存過滿時，便會找方法排出來。夢遺是其中一個方法，通常男孩會在半夜做一些和性有關的夢，然後刺激陰莖射精。

夢遺的次數因人而異，有些男孩子從沒有夢遺，有些則一星期有二至三次。無論有或沒有都是正常的，應該順其自然，不必過分擔心。

Natural 就是美好

【故事】

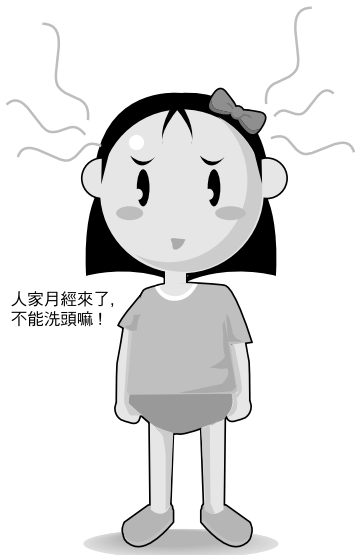
這是珠珠第二次來經，她不敢洗頭，也不願上運動課，同學嗅到她頭上發出的異味紛紛走避。



【解說】

月經是女性生殖器官成熟的象徵，從生理角度看，有月經便表示女孩開始有生育能力，但這並不表示女孩能有成熟的心智去懷孕。月經是很正常的生理現象，絕不污穢，月經來時不但可以照常運動、洗頭，而且更要特別注意個人衛生，包括洗澡和勤換衛生巾，以保持陰部清潔。

很多人都有經痛的現象，只要不是過分劇烈，都屬於正常，減低經痛的方法包括保持心情輕鬆，有足夠的睡眠，適量的運動，如果經痛太劇烈，甚至影響日常生活，可以請醫生檢查一下。

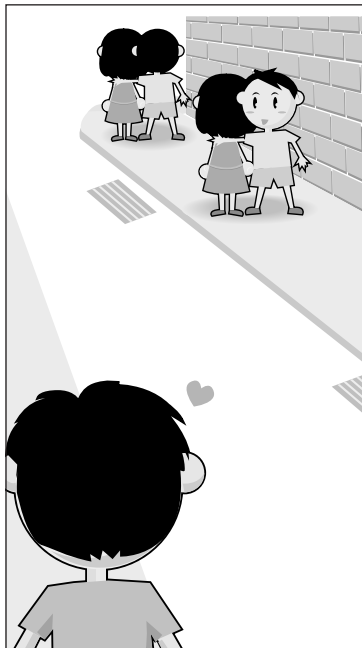


一顆戀戀的心

【故事】

奇奇見到同學們都一雙一對，非常羨慕。

他一邊走在街上一邊想，他會追求在轉角見到的第一個女人，怎知轉角出現的是一個婆婆，於是他又對自己說要追求在紅綠燈碰到的第一個女孩……



【解說】

踏入青春期的男女孩，對異性產生興趣很正常，約會異性也是一種正常的社交活動，目的應是為了與對方分享一些共同興趣，增進彼此的了解。人有我有，炫耀和憧憬愛情等都不是正確的約會動機。事實上，青少年在開始約會時，不宜限於某個固定對象，反而應該盡量擴闊自己的社交圈子，通過與不同的人交往去增加對自己的了解和學會與別人相處。假若

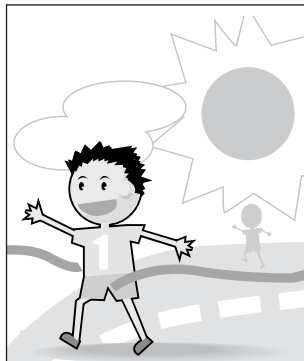
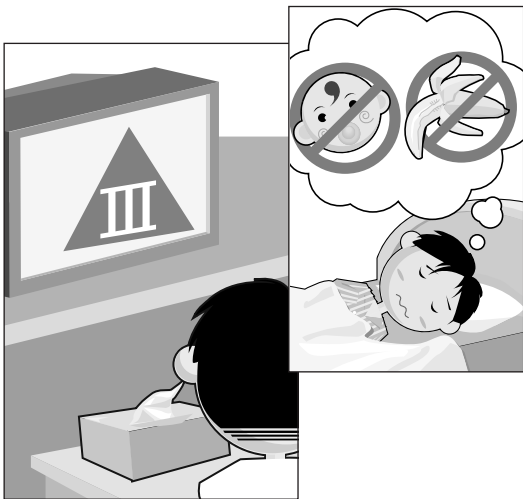
你不想接受某人的單獨約會，可借故推搪，帶同朋友一起赴會又或直接了當表明自己的立場，當然，語氣要坦誠有禮。



自我的天空

【故事】

奇奇在三級片中學會自慰，但他對自己的行為感到很不安，又怕過度自慰會影響性能力，將來失去生殖能力、陽痿等等，他愈想愈怕，嚇出一身冷汗。



【解說】

自慰又稱自瀆，是指用手或其他物件故意刺激性器官或敏感部位，例如乳房、陰核、陰莖等，以達到快感。是一種普遍的行為，很多青少年都會有同樣的經驗，不需要為此而感到不安。自慰是解除性緊張的一個方法，對身體不會構成損害，但凡事過量都會有其害處，過度沉迷自慰可能會造成心理上的倚賴，令人逃避現實，甚至遠離朋友圈子。

避免過度沉溺於自慰，應多參加有益身心的活動，多與別人溝通，擴闊社交圈子，多閱讀以充實自己。

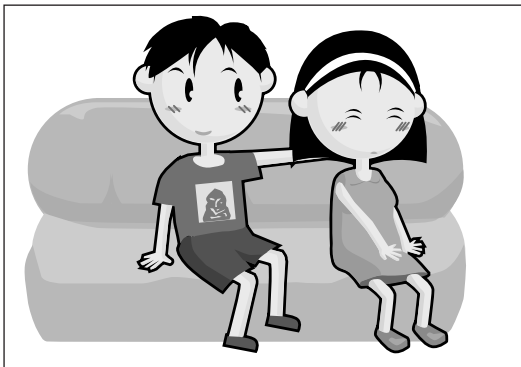
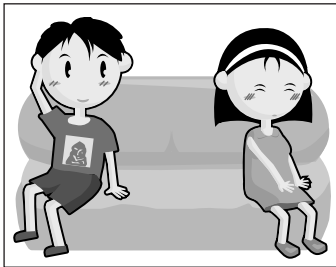
第二回
安全無敵



愛的真諦

【故事】

奇奇和珠珠坐在梳化上看電視，奇奇愈坐愈近，兩人開始吻上了，珠珠突然問：你愛我嗎？奇奇呆了一呆，不知如何回答。



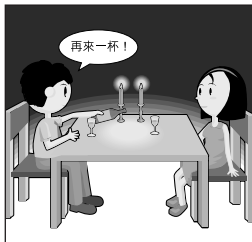
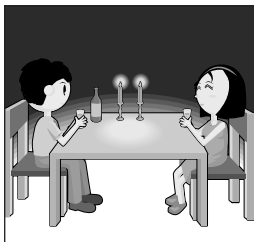
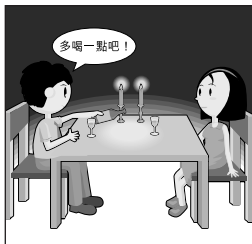
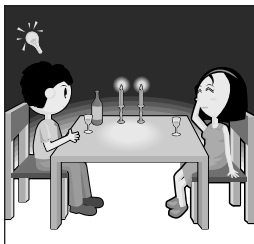
【解說】

性是自然的，是人性的表現，但我們必須緊記，人除了性慾之外，還有愛的需要，人從愛才能得到最大的精神滿足，減少孤寂感，得到最大的快樂。而性交則是一對戀人示愛的最親密方法。由此可見，以愛作為基礎的性關係，才是最愉快的，沒有愛作為基礎的性關係，只會帶來情緒上的重大打擊。那甚麼是愛呢？愛包括互相尊重，深入了解，為對方設想和承擔後果。

你情我願

【故事】

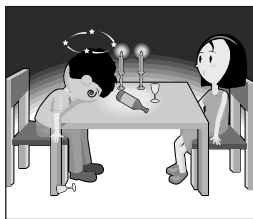
奇奇很希望和珠珠做愛，他營造了一個很浪漫的環境，包括燭光晚餐，還倒了很多酒給珠珠喝，珠珠骨碌骨碌的喝完，沒事似的望着奇奇，奇奇卻不勝酒力，昏醉過去了。



【解說】

既然性行為應以愛為基礎，那麼青少年在考慮進行性行為時，必須問清楚自己，你有尊重對方嗎？你們互相了解嗎？你有沒有為對方設想過？你有能力承擔性行為的後果嗎？像奇奇那樣便是不尊重對方的行為，因為他試圖以酒精減低對方的判斷力，引誘對方與自己發生性行為。記着，性行為必須在雙方同意、負責任、清醒的情況下進行。

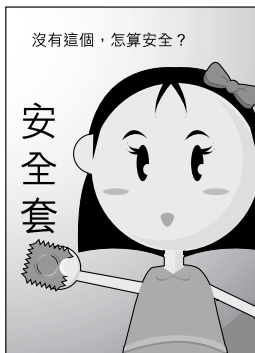
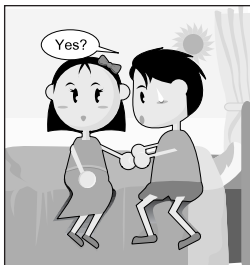
要避免不理智的性行為，女孩子在約會時應避免喝太多酒，更不要服食刺激神經的藥物，以保持清醒。對於不願意做的事，要清楚明白地拒絕，不用害怕失去對方，因為若對方不尊重你的話，失去他/她也 不是甚麼大損失。



套著你·愛著我

【故事】

奇奇再次嘗試和珠珠作親密接觸，他對珠珠說自己很健康，沒有不良嗜好，也沒有性病，絕對安全，希望珠珠答應跟他進行性行為，珠珠拿出安全套說：沒有這個，怎算安全？



【解說】

安全套也稱避孕套，是用作避免令女性懷孕的一種避孕方法；但時至今日，它已不單用作避孕了，更重要的功能是預防性病，包括愛滋病。因此性行為時要求對方使用安全套是保護自己的一個方法。

使用男性安全套的正確方法：

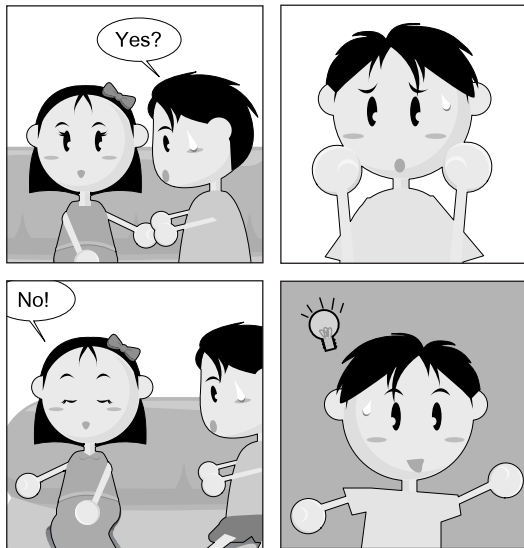
- 每次性交時使用一個新的，未過期的，品質優良的安全套。
- 陰莖勃起後，在未有性接觸前就要戴上安全套。
- 小心地將手按安全套前端，把空氣擠出，以便保留前端空間盛載精液。
- 把安全套捲開，套住整個陰莖。
- 射精後，趁陰莖仍然勃起時，緊握安全套邊緣，把陰莖抽出。



無知的好奇

【故事】

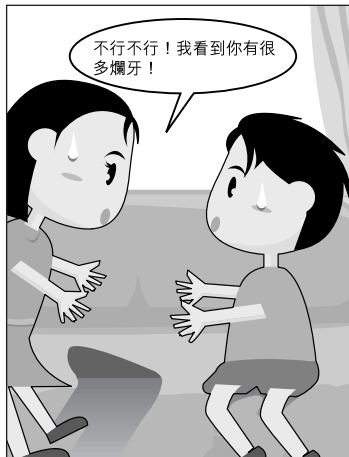
珠珠無論如何不答應跟奇奇作性接觸，於是奇奇心生一計，提出不如用口解決，珠珠嚇得跳起來。



【解說】

口交是利用口去刺激對方性器官的方法。雙方的性器官並沒有直接的接觸，這方法雖然不會令女方懷孕，卻不是一個安全的性方法。因為只要雙方有體液的接觸，如血液、精液或陰道分泌物，還是有機會染上性病的，所以若其中一方的口腔有傷口，他或她便有可能把病毒傳染給對方或受對方傳染。

因此在進行口交、肛交和陰道交時都同樣要戴上安全套。



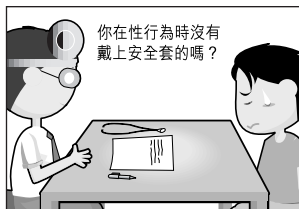
第二回 真相畢露



虛驚一場

【故事】

奇奇近日感到陰部很痕癢，擔心自己患上性病，於是去求診，對醫生說擔心自己有性病，醫生問他有沒有性生活，他說沒有，醫生被他氣得反白眼：「沒有性生活怎會有性病！」



【解說】

性病主要是經由性接觸而傳染的，其他傳染方法有通過血液或由母體傳給嬰兒。

香港常見的性病有梅毒、淋病（俗稱白濁）、非淋病性尿道炎及生殖器炎、性病疣（俗稱椰菜花）、性病疱疹、陰虱和愛滋病等。

性病有很多種，而每種性病的潛伏期有長有短，而病徵也有不同。常見的病徵有性器官出現潰爛傷口，小肉粒，水泡，痕癢，損口疼痛，小便頻密或赤痛，尿道或陰道排出白色膿液等。

如懷疑患上性病，應該及早求醫，並要求性伴侶一同檢驗。

知多D · 驚少D

【故事】

奇奇聽聞同學乙因輸血患上了愛滋病，他感到很震驚，因為他從未如此近距離接觸這個病，他突然很想知多一些這個病的資料。



【解說】

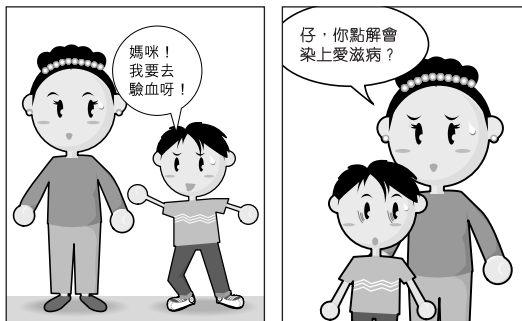
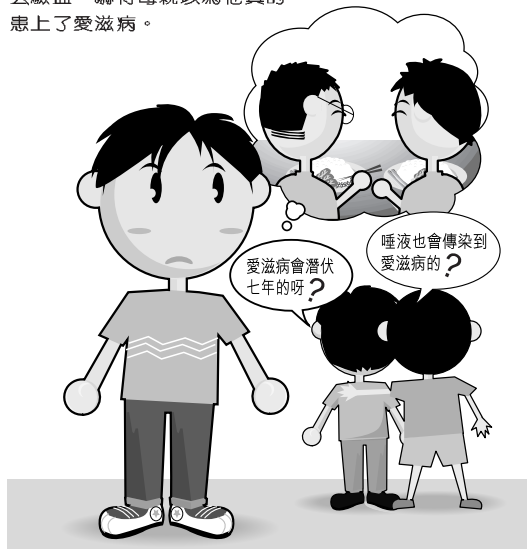
愛滋病是AIDS的譯音，正確名稱是「後天免疫力缺乏症」。它是由人類免疫力缺乏病毒(HIV)，簡稱愛滋病病毒所引起的。

人體的免疫系統包括白血球，它們協助身體抵抗病菌及癌症的侵襲。愛滋病病毒主要破壞部分白血球，令人體逐漸喪失免疫力，因此愛滋病患者很容易受細菌和病毒的感染及惡性腫瘤的侵襲，而這些感染通常對健康正常的人毫無威脅。

愛自己·靠自己

【故事】

奇奇記起曾和同學乙一同吃飯。他聽人說愛滋病有一個很長的潛伏期，他很怕會受到傳染，央求母親帶他去驗血，嚇得母親以為他真的患上了愛滋病。



【解說】

愛滋病病毒生存於血液、精液、陰道分泌及其他的體液中，傳播途徑主要有下列三種：

(一) 性接觸，愛滋病病毒生存於精液及陰道分泌物中。在性行為時（包括陰道性交、口交和肛交），病毒就能從一個人傳到另一個人。

(二) 血液接觸。由於愛滋病病毒亦生存於血液中，因此受病毒污染的血液及血液製成品可以將病毒傳播。注射毒品的人士如果與人共用針筒針咀，便會容易受到愛滋病病毒感染。未經妥善消毒的紋身、穿耳及針灸器具，是可以傳播愛滋病病毒的，不過，從這些途徑感染到愛滋病病毒的機會卻很微。

(三) 懷孕婦女倘若帶有愛滋病病毒，便可能透過懷孕、生產過程或餵哺母乳時將病毒傳給新生嬰兒。

第四回
潮流世界



網上情緣

【故事】

奇奇和珠珠各自在家用假名玩ICQ，大家都不知道原來是認識對方的，奇奇說盡甜言蜜語，用字露骨，嚇了珠珠一跳。



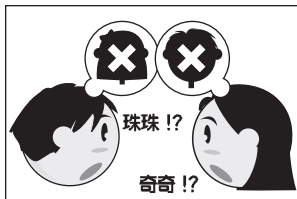
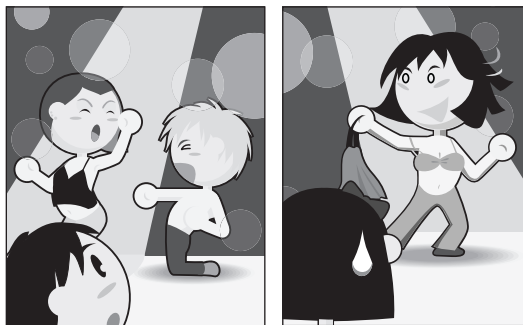
【解說】

網上是一個虛擬的世界，也是一個認識朋友的渠道，跟交筆友差不多。但要注意的是，參與者很多時候都會以假名、假身份來溝通交友，因此在網上認識朋友，要非常小心，更不要輕易答應和對方見面，以確保自己的安全。

狂野之城

【故事】

珠珠終於答應和奇奇見面，還相約一起去Rave Party，在人山人海，眾人吃丸仔吃至 High High地的舞會場地，他們終於見面了。



【解說】

狂野派對越來越流行，是年輕人的玩意，但參與時必須保持清醒，更不應服食刺激神經的藥物。因為藥物會影響身體健康，而且會減低人的警覺性，例如會在不自覺的情況下，進行不安全的性行為。

熱線電話

1. **愛滋熱線** (24小時預錄資料 — 廣東話、普通話、英語) **2780 2211**
接駁輔導員：星期一至五：8:00am-8:00pm 公眾假期除外
2. **性博士熱線** (24小時預錄資料 — 廣東話、普通話、英語) **2337 2121**
3. **衛生署中央健康教育組** (24小時健康熱線) **2833 0111**
4. **社會福利署熱線** **2343 2255**
星期一至六：9:00am-10:00pm 星期日及公眾假期：1:00pm-10:00pm
5. **香港電台青年熱線** **1872 388**
星期六及日：8:00pm-11:00pm
6. **香港青年協會關心一線電話輔導服務** **2777 8899**
星期一至六：2:00pm-2:00am
7. **突破少年熱線** **2302 1166**
星期二及五：4:30pm-7:00pm
8. **香港基督教女青年會熱線服務** **2760 7117**
小學生功課熱線：星期二至四：4:45pm-5:45pm
女青熱線 (為任何有需要的人士提供輔導服務)：星期一至五：7:00pm-9:30pm
婦女熱線 (為女性提供輔導服務)：星期一、三、五：2:00pm-4:00pm
9. **童心線** **2520 6800**
星期二、四：5:30pm-7:30pm 星期六：10:00am-12:00am
10. **家庭計劃指導會青少年諮詢熱線** (24小時) **2472 2733**
11. **生命熱線** (每日7:00pm-7:00am) **2382 0000**
12. **東華三院親親孩子輔導熱線** (0-12歲孩子的家長) **2770 2262**
星期一至五：1:00pm-5:00pm 星期二：7:00pm-9:00pm

有關網址

1. **愛滋熱線網頁** <http://www.27802211.com>
2. **愛滋病網頁** <http://www.info.gov.hk/aids>
3. **香港愛滋病資訊網** <http://www.csu.med.cuhk.edu.hk/hkaids/>
4. **關懷愛滋** <http://www.csu.med.cuhk.edu.hk/hkaids/>
5. **愛滋病基金會** <http://www.aids.org.hk/>
6. **愛滋寧養服務協會** <http://www.hkaids-society.org/>
7. **青少年愛滋教育中心** <http://www.teenaidshk.org/>
8. **香港愛滋病服務組織聯盟** <http://www.csu.med.cuhk.edu.hk/hkaids/>
9. **香港家庭計劃指導會** <http://www.famplan.org.hk>