

如果仍有疑问或需要帮助，请拨打以下咨询电话：

艾滋病法律咨询热线：010-88142133

北京同志热线：010-88517980

性病、艾滋病自动语音：010-62275550

云南热线：0871-5377136

七彩天空活动中心电话：0871-4150782



本资料由云南省健康教育所和七彩天空工作组设计制作
北京爱知行健康教育研究所翻印

安全的性 激情的性

同志健康门诊

电话：010-64621069

地址：北京市朝阳区左家庄医院
(东直门乘966路在柳芳街站
下车回走即到)



接吻、拥抱、摩擦、相互手交、股间性交、

性幻想以及按摩一般来说没有感染艾滋病的危险。

但在皮肤或口腔的粘膜有损伤时或溃疡时，应注意不要将对方的精液粘到破损的地方。



使用性工具

使用阴茎模型、性玩具、振动器等性具可以不冒体液交换的危险而享受性带来的乐趣，但如果多人共同使用，也会传播艾滋病和性病。

安全性行为

安全性行为是指彼此之间的性器或肛门不直接接触，没有发生体液交换的性行为。

注意：在性行为前后都不要接触对方排出的精液或分泌物，包括在嬉戏及清理性器的过程中也应当注意。



用手或手指玩弄性器官

将手指、拳头放入直肠是很危险的，因为很容易发生损伤或撕裂。艾滋病病毒能从您手上的破口进入您的血液，或者从您的破口进入对方体内。你可剪短指甲，戴上手套和使用水质润滑剂。

口—肛吻接触

感染艾滋病病毒的机会很低，但感染肝炎及其他性病的机会很高。可以将安全套剪成方块作为保护膜来保护双方。



应该知道，在达到性高潮前阴茎滴出的液体也会含有艾滋病病毒。

性伴越多，被感染上艾滋病及性病的可能性越大，应尽可能减少性伴人数。最理想的方式是建立相互信任、忠诚、稳固的“一对一”性关系。

阴茎肛门性交

对双方来说都是具有很高风险的性行为，因为肛门和直肠的组织很容易在性活动中被损伤，使得艾滋病病毒直接进入血液。

如果您确实有肛交行为，请使用强度较好的安全套并同时使用足够量的水质润滑剂。

需要知道的是，并不是每个人都适合这种性方式，也不是每一个人都采取这种方式，如果你不喜欢，可以不这样做

口交

口交是一种感染艾滋病病毒机会较低的行为。若你的口腔有损伤、溃疡等，会增加传染的机会。

无防护的口交也能传播多种其他性病，同样会给你带来许多的痛苦和烦恼。为了保护您自己和他人，在插入前，就应该戴上安全套。