

未服用 HIV 治療藥物或曝露前預防藥物 (PrEP) 者 何以保護性行為安全

使用 [HIV 治療藥物](#) 和 [曝露前預防藥物 \(pre-exposure prophylaxis, PrEP\)](#) 是安全的，並能有效預防 HIV 的傳播。但是如果您還沒有準備好每天服用藥物來治療或預防 HIV，以下這些更為安全的性行為方法可以幫助您保持健康。

嘗試用嘴、手或玩具進行性行為。

- 口交、自慰、親吻或用手指或性玩具刺激肛門或生殖器可以提供性快感，並且沒有傳播 HIV 的風險。

盡可能經常使用安全套。

- 在 [正確使用](#) 時，安全套可以幫助預防 HIV、其他性傳播感染和意外懷孕。配合使用矽酮或水基潤滑劑，以防止安全套破裂。
- 在 COVID-19 公共衛生突發事件期間，您可以通過線上 [Door 2 Door \(門到門\) 專案](#) 免費獲得郵寄到您家中的安全性行為用品。您也可以使用 [NYC Health Map \(紐約市健康地圖\)](#) 或撥打 **311** 尋找您附近提供免費安全性行為用品的地點。

在緊急情況下使用曝露後預防藥物 (PEP)。

- 如果您為 HIV 陰性，並認為您可能接觸了 HIV，請立即服用 [緊急曝露後預防藥物](#)。
- 您可以致電提供全天候服務的紐約市 PEP 熱線 **844-373-7692**，無需前往急診室或診所就可以開始服用 PEP。

定期接受性傳播感染 (包括 HIV) 檢測。

- [性傳播感染](#) 並不總是顯示症狀，尤其是在肛門或喉嚨內。患上性傳播感染可使感染或傳播 HIV 變得更加容易。
- 每三到六個月接受測試並立即接受治療，可以使您保持健康，並有助於防止將 HIV 或其他性傳播感染傳給您的伴侶。
- 如果您沒有健康照護提供者，則可以撥打紐約市性健康診所 (NYC Sexual Health Clinics) 的熱線電話 **347-396-7959**，或前往紐約市性健康診所就診。請造訪 [Sexual Health Clinics \(性健康診所\)](#) 網頁，瞭解最新營業時間表。