

未服用 HIV 治疗药物或暴露前预防药物 (PrEP) 者 何以保护性行为安全

使用 [HIV 治疗药物](#) 和 [暴露前预防药物 \(pre-exposure prophylaxis, PrEP\)](#) 是安全的，并能有效地预防 HIV 的传播。但是如果您还没有准备好每天服用药物来治疗或预防 HIV，以下这些更为安全的性行为方法可以帮助您保持健康。

尝试用嘴、手或玩具进行性行为。

- 口交、自慰、亲吻或用手指或性玩具刺激肛门或生殖器可以提供性快感，并且没有传播 HIV 的风险。

尽可能经常使用安全套。

- 在 [正确使用](#) 时，安全套可以帮助预防 HIV、其他性传播感染和意外怀孕。配合使用硅酮或水基润滑剂，以防止安全套破裂。
- 在 COVID-19 公共卫生突发事件期间，您可以通过在线 [Door 2 Door \(门到门\) 专案](#) 免费获得邮寄到您家中的安全性行为用品。您也可以使用 [NYC Health Map \(纽约市健康地图\)](#) 或拨打 **311** 寻找您附近提供免费安全性行为用品的地点。

在紧急情况下使用暴露后预防药物 (PEP)。

- 如果您为 HIV 阴性，并认为您可能接触了 HIV，请立即服用 [紧急暴露后预防药物](#)。
- 您可以致电提供全天候服务的纽约市 PEP 热线 **844-373-7692**，无需前往急诊室或诊所就可以开始服用 PEP。

定期接受性传播感染 (包括 HIV) 检测。

- [性传播感染](#) 并不总是显示症状，尤其是在肛门或喉咙内。患上性传播感染可使感染或传播 HIV 变得更加容易。
- 每三到六个月接受测试并立即接受治疗，可以使您保持健康，并有助于防止将 HIV 或其他性传播感染传给您的伴侣。
- 如果您没有医疗保健提供者，则可以拨打纽约市性健康诊所 (NYC Sexual Health Clinics) 的热线电话 **347-396-7959**，或前往纽约市性健康诊所就诊。请造访 [Sexual Health Clinics \(性健康诊所\)](#) 网页，了解最新营业时间表。