

109 學年度校園性教育（含愛滋病防治）計畫

青少年性教育諮詢專線

常見 Q & A

青少年性教育諮詢專線 02-2930-4090，由受過專業訓練之人員為學生、家長、教師（優先）提供匿名諮詢服務；服務時段詳見臺灣健康促進學校【性教育—家長專區】<http://hps.hphe.ntnu.edu.tw/topic/sex/parent/list>，或洽詢杏陵醫學基金會 02-2933-3585（行政電話，非諮詢專線），謝謝。

Q1. 什麼算是安全的性行為？

A：其實只要會直接接觸到對方血液、精液或陰道分泌物的性行為，都有感染性病或懷孕的風險，因此真正「安全的性行為」，其實就是「不要有性行為」，對青少年來說，這是預防性傳染病、避免非預期懷孕的百分之百有效方法。至於「較安全的性行為」，就是在無法避免性行為時，可以採取的保護措施，讓性行為的風險降到最低，例如固定單一的性伴侶和使用保險套等。

Q2. 沒有插入的性行為有多少機率會懷孕呢？

A：性行為過程中，男性因為性興奮，生殖器官會分泌前列腺液，其中就含有微量的精子，所以就算沒有真正進入陰道，只要接觸到陰道口周圍，也有可能因精子進入陰道而造成懷孕，不過這個機率很微小。在這邊要提醒大家，只要發生性行為，就必然有懷孕的可能，如果擔心懷孕，就應該要好好學習正確使用保險套，因為全程正確使用保險套，同時遵照醫師指示使用避孕藥，才是避免懷孕最安全有效的方法。如果只關注性器官的接觸程度、射精或未射精的狀況，那都是搞錯避孕的關鍵點了。

Q3. 自慰會不會影響身高發育？

A：不會。影響人的身高因素，包括遺傳、營養、運動、睡眠等等…，跟自慰沒有關係。許多人擔憂自慰的影響，還包括腎虧、長不高、或是精液用盡之類，這些在醫學上都沒有明確的數據，不用太擔心。但自慰要記得注意清潔衛生，更不要用一些可能會讓身體受傷的自慰方法，也要注意保護好自己的隱私！但須注意「過度自慰」的狀況，英國及美國的相關研究指出：連續好幾個月，每天多次自慰，可能對生活有負面影響。如果出現不去上學、不出門社交、滿腦子只想著自慰等干擾生活的情況，可能需要醫療關注。所以自慰太頻繁，會對生活及人際關係造成影響。此研究也指出，只有極少數的人會「過度自慰」。從上述的資料中顯示，自慰或是過度自慰都和身高發育無關。

Q4. 我目前國二，月經已經來了，胸部還平的，要怎樣豐胸呢？

A：乳房發育生長主要受到內分泌激素的影響。在青春期，因為性激素分泌增加的關係，會促使脂肪沉積在乳房內，因此乳房會增大和豐滿。另外，乳房發育的大小除了受性激素影響外，還和胖瘦、營養條件、體育鍛煉、環境等多種因素有關。至於媒體或傳聞會提到某些商品或食品可以有豐胸的效果，大多沒有科學根據，要小心使用。

Q5. 請問我國一可以做愛了嗎？

A：目前台灣法律認定 16 歲以下的性行為是不合法的，因為國家認為兒童與青少年是國家重要的資產，在身體與心智發展尚未成熟的階段發生性行為，對個人的身心健康會造成嚴重的傷害，會影響國家未來的發展，所以才透過法律限制（保護）未成年人的性自主權。只要性行為的其中一方未滿 16 歲，就算是未違反意願、未脅迫，或者雙方兩情相悅同意下發生性行為，還是違反刑法 227 條規定。

如果學校老師發現有這種情況，依據性別平等教育法規定，必須立刻通報校方，及進行校園性侵害事件處理，提供學生必要協助，老師知情不報也要受懲處。這是法律常識，請要認真看待，千萬不要以身試法。

Q6. 為什麼要有情趣用品？

A：所謂情趣用品是指成人玩具，泛指能幫助成人增加性愉悅所使用的器具。成人的「性」是一種正常的慾望，但有些成年人因為個人外在條件及個性情緒等因素，或在性別失衡的環境時，以致沒有辦法透過交往或結婚來滿足性的需求，就可能需要一些用品幫助舒解性慾望。還有些人是希望透過使用情趣用品，來增加自慰的樂趣及雙方性行為的愉悅感受，所以才產生這樣的產品與市場。基本上成年人只要個人使用或在雙方同意，也不勉強對方使用，同時選擇製作合格的產品，不會造成自己或雙方的傷害，在上述條件下，使用這些產品單純就是個人的選擇，不牽涉法律或道德的問題。

Q7. 我的陰莖勃起時 10cm，沒勃起時 5cm，正常嗎？

A：人類陰莖尺寸指陰莖在疲軟或勃起時的長度和周長。除了因為測量方法不同，陰莖在不同溫度、時間、性生活頻率、興奮程度等狀況時會有變化，因此陰莖長度的數據並不精確，尤其在疲軟狀況下的陰莖長度的數據，更是如此。每個人的發育快慢及發育狀況有很大的差異，一般而言，男性在到達青春期後期（約 20 歲），陰莖才算發育完全。

Q8. 滿 18 歲未滿 20 歲，可以不被爸媽知道的拿掉小孩嗎？

A：現行優生保健法第 9 條第 2 項：「未婚之未成年人或受監護或輔助宣告之人，依前項規定施行人工流產，應得法定代理人或輔助人之同意。」台灣法律上的未成年人是指未滿 20 歲者，因此如果滿 18 歲但未滿 20 歲的話，要進行人

工流產還是要讓爸媽同意才行。

建議青少年（女）時期不要發生性行為，是最有效避免意外懷孕和感染性傳染病的方法，但若真的要發生性行為，應在性行為時全程使用保險套，同時也可降低罹患性傳染病的風險。建議可以找信任的師長或輔導室的老師、健康中心護理師討論可以怎麼辦，由專業人員協助你們。

Q9. 正確清洗男性生殖器（包皮內，指已露出龜頭）方法為何？

A：由於包皮是隱密、包起來的，所以學習在洗澡時將包皮翻開來清洗，是很重要的。如果在翻開包皮的過程有困難，而且沒有發炎症狀，可觀察一段時間，再以漸進方式將包皮慢慢翻開。最後，翻開包皮後的內部更為敏感，所以用溫水輕輕沖洗，不可太大力也勿清洗太久，如有需要，才使用低敏感度又溫和的清潔用品，洗後擦乾並保持乾燥，就可以啦。

Q10. 喜歡跟愛是一樣的嗎？

A：喜歡和愛有很多相似的地方，像是彼此關心、互相依賴，甚至還有「你跟我好，就不准跟他好，不然我們就切八段！」的獨佔性，所以真的很不容易分清楚。美國學者史坦柏格（Robert. J. Sternberg）提出了愛情三元素理論，表示完整的愛情應該會有三個元素，分別是親密、熱情和承諾。「親密」就是想要深刻的認識對方、信任對方，和對方相處時很有安全感；「熱情」就是外表的吸引力、想要接觸對方；「承諾」就是為彼此負責，願意和對方建立長久的關係，一起面對未來。而「喜歡」就是只有親密的感覺，彼此有溝通、互動，是朋友的關係。另外，國外學者曾經發展出喜歡量表及愛情量表，你可以上網參考！