

# 消除歧視，從認識愛滋開始

臺北市立聯合醫院昆明防治中心 李依穎（小白）



# 講師簡介

姓名－李依穎（小白）

學歷－

- 世新大學社會心理學士
- 世新大學性別研究所碩士





# 講師簡介

## 經歷一

- 台灣愛滋病護理學會愛滋個管師
- 台北市立聯合醫院昆明防治中心（現職）

## 講師經歷一

- 台北、新北市政府衛生局／愛滋權促會校園愛滋防治講師
- 台灣國家婦女館性別主流化人才資料庫專家學者



## 我們的工作~陪伴

- ✓ 疾病諮詢、傾聽與同理
- ✓ 了解個案、家屬背後的擔心與焦慮
- ✓ 澄清疾病的汙名、性傾向與疾病的連結
- ✓ 不同的性別、性傾向、性別認同的人對於疾病的態度
- ✓ 心理支持
- ✓ 後續連繫與協助



# 親密關係中的性與尊重



# 對性的討論

- 有人說，第一次要留到結婚那天？
- 有人說，這輩子只想有一個女／男人？
- 有人說，做愛是享受，是愉悅？
- 有人說，做愛是承諾，是責任？
- 有人說，想要有很多不同性對象，不同姿勢，在不同場合，有不同嘗試？
- 有人說，這也是一種身體語言的溝通？

※ 大家覺得，性是什麼？我們又該如何尊重每個人自己的意見與選擇？



# 來自親密關係的性…

- 男人不戴保險套的五個常見的藉口

- 「別擔心…我很乾淨的！」

- 「妳／你實在太吸引我…我受不了了！」

- 「不戴…會讓我們更舒服喔！」

- 「我可以不要戴嗎…（無辜樣）」

- 「什麼？難道你不相信我嗎」

如果是妳／你，妳／你會怎麼想？

參考資料：<http://lianhonghong.com/sex-is-healthy/wu-ju-nan-ren-bu-xiang-shi-yong-bao-xian-tao-shi-de-chang-jian-jie-kou?ref=fb>



# 身體自主權

- 我的身體，我決定！
  - 瞭解自己的身體與情感狀態  
我對性的價值觀、我準備好了嗎？
  - 學習誠懇的表達自己真實的意思  
可以聽我說嗎？我想/不想…
  - 跳脫自己的性別刻板印象  
女孩也可以主動表達自己的需求；  
被壓在床上，不一定是刺激



# 身體自主權

- 我的身體，我決定！

→ 學習在親密關係中說「不」與「要」

了解自己的身體需求

→ 尊重對方的身體與心靈

我會尊重妳/你的感覺，請妳/你也尊重我

→ 多方嘗試，增加瞭解

要不要試試看不同的方式…

→ 瞭解選項，評估責任

如何避免細菌感染、性病感染、非計劃生育

愛滋梅毒篩檢的方式有哪些？





## 為何需要篩檢？

### ✓ 你/妳知道什麼狀況下需要篩檢嗎？

- 不安全性行為造成的體液交換  
沒有戴**保險套**的陰道交或肛交
- 血液的交換  
共用針頭、稀釋液
- 母子垂直感染  
分娩時的體液、血液、母乳
- 有發生過三種感染途徑任一種，並過了空窗期

# 愛滋梅毒匿名篩檢

- 不需出示健保卡、個人資料之文件
- 不需付費（抽血、快篩）
- 不需空腹
- 吃藥、飲食不影響
- 沒有紙本報告
- 保密原則





# 愛滋與梅毒的篩檢方式

## ✓ 愛滋篩檢

1. 抽血
2. 快速篩檢試片
3. 唾液篩檢試劑
4. 血液篩檢試劑

## ✓ 梅毒篩檢

1. 抽血
2. 快速篩檢試片



# 愛滋與梅毒的篩檢管道

- ✓ 具名篩檢—至愛滋指定醫療院所、門診檢驗，需攜帶健保卡、掛號費。
- ✓ 匿名篩檢—提供匿名篩檢單位（民間團體、同志中心、衛生或醫療單位等..）
- ✓ 在家愛滋自主唾液/血液篩檢—逕行向試劑提供地點（自動服務機、便利超商取貨付款通路或合作衛生局/民間團體服務點）購買。
- ✓ 避免以捐血的方式進行疾病篩檢（重要）

# 108年在家愛滋自我篩檢計畫辦理方式

人工發放血液試劑  
200元

自動服務機(唾液)  
4個50元

便利超商  
取貨付款(唾液)  
200元+45元



民眾上網  
登錄  
篩檢結果

無反應

檢驗無效

有反應



**(陽性個案後續追蹤)**  
網頁跳出是否需要協助  
請個案自行留下聯絡方式  
將以EMAIL通知發放處協助轉介



45個日曆天內  
轉帳退款 200  
元



委託財團法人 紅  
絲帶基金會辦理

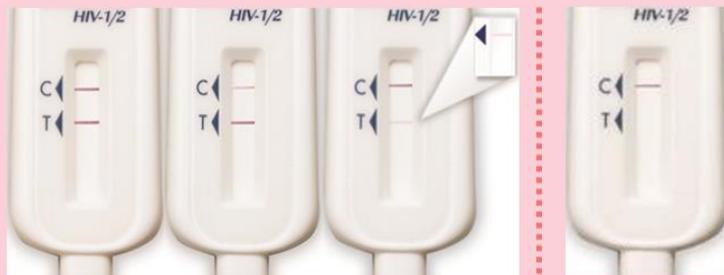


# 篩檢方式比較

	具名篩檢	匿名篩檢	唾液/血液篩檢
篩檢愛滋	√	√	√
篩檢梅毒	√	√	
需要健保卡	√		
需要付費	√		√
專業人員諮詢	√	√	
是否會被通報	√		
需過空窗期	√	√	√
需留聯絡方式	√		

# 快篩試片、唾篩試劑結果判別

## 唾液篩檢愛滋



### 陽性

Control(C)與Test(T)皆會出現紫紅色的線。C與T反應窗格即使僅呈現微弱紫紅色反應，仍視為有反應。

### 陰性

僅有Control(C)出現紫紅色的線。



唾篩圖片來源：衛生福利部食藥署網站

快篩圖片來源：新竹馬偕紀念醫院網站

# 血液篩檢試劑結果判別

本試劑包含：

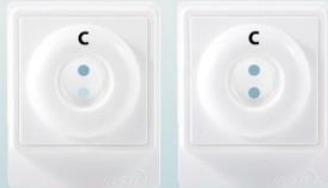


陰性



您的檢測結果是陰性。

陽性



- 兩個色點表示您的檢測結果是陽性。
- 一個色點可能比另一個色點要淡一些，在極少數情況下，測試點上可能會出現微弱的環；這樣是一個陽性的結果。
- 您可能是HIV陽性。
- 請務必至愛滋病指定醫事機構或向醫生確認您的陽性結果

無效結果



- 您的檢測無效。
- 控制點必須出現以表示有正確地操作檢測。

※ 請立即判斷結果，**不超過1小時內**



為何需要篩檢前後諮詢？





# 性行為的多元樣態

- 行為對象：同性、異性、雙性…
- 行為類型：一夜情、伴侶間、多人性愛…
- 行為方式：陰道交、肛交、口交、指交、情趣用品…

不論對象、類型與否，重點在於  
安全性行為

# 為何需要篩檢前諮詢？

## ✓ 篩檢動機

- 例行性篩檢—3個月到半年檢驗一次
- 高風險行為—無套性行為、無意識的性行為
- 低風險行為—口交、無插入的性交型態
- 道德焦慮—情感出軌、婚外情、性交易、一夜情
- 慮病—無風險行為仍擔心自己會感染，且情緒持續焦慮、低落
- 其他—朋友推薦、拿禮物、免費身體檢查、對性病完全不了解，需要疾病諮詢

# 為何需要篩檢前諮詢？

## ✓ 常見情境

- 因為我是男同志，所以一定得來篩檢
- 因為我和性工作者發生關係，她們不乾淨
- 因為我對感情不忠誠，上天會懲罰我
- 因為我最近覺得很容易疲倦、身體不適
- 因為新聞說\_\_\_會感染(剪指甲、給魚吃腳皮、被動物抓傷、身上有不明傷口)
- 因為我生殖器破損、不舒服、感染
- 我是基督徒，我家裡出現了一位同志

# 為何需要篩檢前諮詢？

## ✓ 澄清疾病基本知識

- 篩檢流程介紹
- 愛滋、梅毒或性病的感染途徑
- 高風險行為、低風險行為、安全性行為
- 疾病迷思澄清
- 網路謠言與錯誤新聞資訊
- 情緒支持與安撫



～進入匿名篩檢的奇幻旅程～





# 篩檢的奇幻旅程

## 預約

- 來電預約匿名篩檢
- 現場等待匿名篩檢

## 諮詢

- 了解篩檢者的擔心與焦慮
- 評估風險與衛教

## 檢驗

- 快速篩檢，15分鐘
- 抽血檢驗，1周後致電詢問

# 篩檢的奇幻旅程

## 等待

- 快篩等待15分鐘，衛教及簡述感染後續流程
- 下周詢問報告，衛教及簡述感染後續流程

## 結果

- (+) 梅毒陽性、愛滋陽性
- (-) 提醒安全性行為與定期篩檢

## (+)

- 情緒支持、就醫陪伴、後續資源轉介
- 二次篩檢、確診、資訊提供與協助



## 等待結果 . . . 心理預防針

- ✓ 如果，真的不小心感染了，你可以 . . .
  - 愛滋是一個慢性疾病，可以用藥物控制
  - 愛滋篩檢陽性，接下來你可能會面對的事情
  - 確診之後會遇到的狀況
  - 衛生單位與醫療單位的處理流程
  - 抗病毒藥物可能造成的影響
  - 一定會發病嗎？一定會死嗎？
  - 支持系統，朋友、家人、伴侶 . . .
  - 告知議題



# 篩檢後諮詢

## ✓ (一) 陰性的一般日常

- 提醒可例行性篩檢3~6個月
- 盡量避免不安全性行為發生
- 詢問有沒有其他疑問
- 將正確性病知識傳遞給身邊的人
- 暴露愛滋病毒前/後預防性投藥 (PEP/PrEP)



# 暴露愛滋病毒後預防性投藥 (PEP)

- 發生可能感染HIV病毒之風險行為
- 72小時內開始投藥
- 提供預防性投藥之愛滋指定醫院
- 經醫生評估是否有投藥之需求
- 自費投藥28日與後續回診



# 暴露愛滋病毒前預防性投藥 (PrEP)

- 尚未發生可能感染HIV病毒之風險行為、未感染HIV病毒。
- 18歲以上、愛滋篩檢以及健康評估
- 提供預防性投藥之愛滋指定醫院
- 每日服用一顆，維持體內藥物濃度，預防HIV病毒感染
- 自費投藥與定期回診檢驗投藥狀況



# 篩檢後諮詢

## ✓ (一) 陰性的否認

- 這篩檢真的準嗎？
  - 會不會我是特殊體質？
  - 我不相信…
- 
- 了解篩檢者的焦慮、情緒來源
  - 提供其他可運用資源

# 篩檢後諮詢

## ✓ (+) 陽性的後續討論

- 需要一點時間嗎？我們都在這裡
  - 就醫、通報、工作、就學、生活日常、告知、性行為、服藥與未來規劃的討論。
  - 提供後續確診陪伴，任何相關疑問諮詢
- 
- 提供醫院資訊
  - 提供資源連結





# 同理心與陪伴

- 篩檢員的態度影響篩檢過程的氣氛
- 理解對方的情緒與焦慮
- 提供充足資訊協助篩檢者做心理準備
- 同理對方的感受，溫柔且堅定
- 傾聽他們的故事
- 你不孤單，你有我們

30分鐘，你／妳了解的世界會有所不同





# 小結

- 若發生有機率感染愛滋或梅毒的風險行為，過空窗期後建議接受篩檢，了解自己的身體狀況
- 愛滋目前在台灣為可控制的慢性疾病，治療方式為雞尾酒療法
- 篩檢確認感染梅毒、或出現梅毒症狀，請及早接受治療
- 性行為時正確使用保險套、水性潤滑液，能夠有效避免愛滋梅毒以及其他性病的傳染



# 小結

- 具名篩檢、匿名篩檢、在家愛滋自主篩檢
- 抽血、快速篩檢、唾液篩檢
- 避免以捐血的方式進行疾病篩檢（重要）
- 篩檢前後諮詢之重要性，澄清疾病知識以及情緒支持
- 篩檢結果之判讀，以及篩檢結果陽性/陰性之後續陪伴、提醒
- 暴露愛滋病毒前/後預防性投藥（PEP/PrEP）



# 貼近，感染者的生命



# 我怎麼知道我感染了

- 「**主動**」篩檢者：自行至匿篩或具篩單位、縣市衛生局所、醫療院所檢驗。
- 「**被動**」篩檢者：兵役體檢、工作體檢（法律針對工作體檢另有規定）、警方查獲、監所收容、性工作者、性病感染等。
- 「**不知**」篩檢者：重症昏迷（告知對象可能會以家人為主）、捐血中心通報等。



# 知道之後我的情緒…

- 「**正面**」情緒：樂觀、平靜、積極配合就醫等。
- 「**負面**」情緒：憤怒、沮喪、哭泣、否認、絕望、出現自殘念頭等。
- 「**沒有**」情緒：實務上較難處理的情況，有時會在離開告知情境後出現前述兩種情緒。

# 感染者的擔心與焦慮

- 害怕曝光、雙重出櫃
- 來自身邊「關心」的壓力
- 會不會「失去」
- 對疾病的不瞭解
- 信任議題：戴不戴套的困境
- 心情不好時的宣洩管道
- 背叛的自責
- 對未來的失落與絕望
- 社會歧視與污名



# 非感染者的擔心與焦慮

- 疾病的不了解、相處模式的「小心翼翼」
- 身份的不接受
- 對親朋好友的「負責」
- 情緒的壓抑（憤怒、難過、無所適從）
- 關係的結束、害怕失去對方
- 可能感染的風險
- 照顧責任的內疚
- 生涯規劃與方向





# 疾病知識（庶民版）

- ? 我和家人一起生活會不會感染給其他人？
- ? 衣服要不要分開洗？可以一起吃飯嗎？
- ? 如果家人碰到我的尿液或糞便會感染嗎？
- ? 牙膏、馬桶要分開使用嗎？
- ? 我在生活上有沒有什麼要注意的？
- ? 我是不是剩沒多久可以活？我大概多久會發病？是不是會先皮膚潰爛？
- ? 口水是不是會感染？我觸摸過的東西要消毒嗎？
- ? 是不是一旦發病就沒救了？那我活著有意義嗎？
- ? 我要不要請跟我接觸、共處過的人都去做篩檢？



# 情緒支持與陪伴

- ✓ 有時候，所有的情緒來自於「不能說…」
- ✓ 有時候，所有的恐懼來自於「不了解…」
- ✓ 有時候，所有的壓力來自於最愛我、最關心我的人
- ✓ 有時候，所有的害怕來自於對身體狀況的無法掌控
- ✓ 有時候，所有的擔心來自於別人的「不接受…」

妳/你願意聽我說嗎？

妳/你願意陪我走這一段嗎？



# 面對死亡與失去

- ✓ 當我知道感染之後，我覺得我死了就算了
- ✓ 幫幫我…我不想死…
- ✓ 我是不是剩下沒多久可以活了？
- ✓ 你一定要加油！等你出院我們一起去吃飯
- ✓ 「我等等準備插管進加護…」
- ✓ 我死了之後，家人會發現我感染嗎？
- ✓ 「我每天都在他耳邊說我愛你…但他沒有回應」
- ✓ 我一個人很好，一個人就可以了…



# 她/他們的生命故事

- 我們都沒有錯！相信自己，好嗎？  
--- 只握過一次的手
- 海枯石爛，是我們的定情曲，但現在卻…  
--- 一位陽光少年的故事
- 一個人的家裡，真的好空、好空…  
--- 一對交往超過十年的感染者伴侶。



## 我們的社會，依然對疾病充滿歧視

- 許多人即便有風險行為依然不願接受篩檢，是由於社會對疾病之不友善
- 性病患者被貼上負面標籤，尤其是愛滋感染者的歧視狀況最為嚴重
- 愛滋、梅毒或性病不因你的性傾向、性別、性別氣質不同而增加感染風險，在於是否有從事風險行為（主要以不安全性行為為主要感染方式）
- 傾聽、陪伴、支持愛滋感染者朋友，成為他們的力量



# 如果暫緩自己的思考與腳步…

- 停

→人是活在社會中的生物，我們看待所有的人、事、物，很難跳脫整個社會（學校、家庭、媒體、政策等）所賦予的道德與價值觀。我們何時能停下來，不先入為主地給他人道德評價？

- 看

→與她／你對話的另一方，她／他也是一個有感覺、有情緒、有思考的人；我們是否看見了如此的她／他？

- 聽

→每個人的生命歷程裡，都有相當多值得聆聽的故事；一旦我們選擇了忽略，不僅我們無法進入至對方的生命脈絡，同時，也放棄了與自己內心對話、激盪的機會。



# 如果你有任何疑慮…

- 愛滋、梅毒匿名篩檢  
(02) 23703738、0979306875
- 性病與愛滋諮詢專線  
(02) 23703738
- 聯合醫院昆明防治中心 (關鍵字搜尋)
- 在家愛滋快速自我篩檢



# 謝謝您的參與



不願意相信的，不代表不存在  
不被認同的，在法律之前，都有被尊重的權力  
除了男女之外，性別的多元  
比你我想像中還要更美麗、更充滿色彩