

乘性追擊 乘性追擊 乘性追擊  
**乘性追擊**  
乘性追擊 乘性追擊  
第二版

THE TRUTH IS OUT THERE !!



T H E **S** E X F I L E S



BSOP LIBRARY



00030874

故事原作：青少年愛滋教育中心

編著：更新資源

33.80/P 232.07  
Alliance 1/12/05

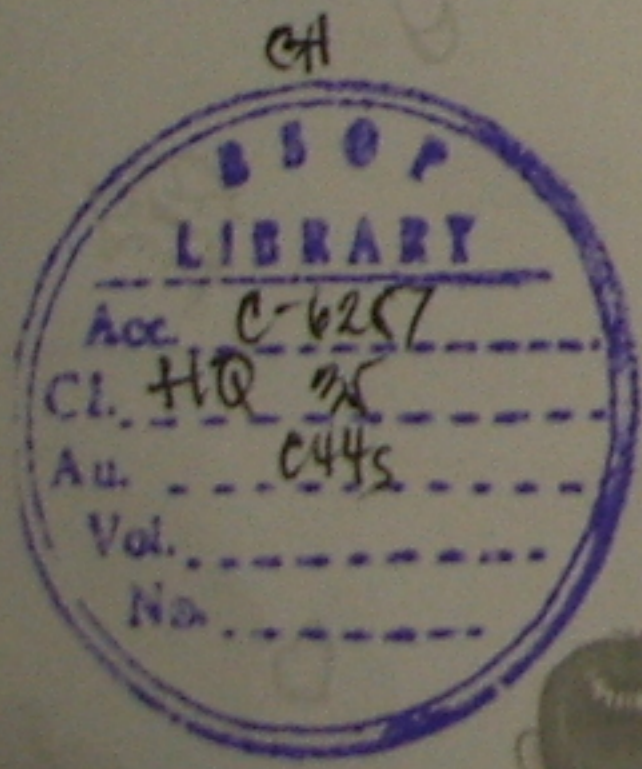
# 乘性追擊

## THE SEX FILES

故事原作：青少年愛滋教育中心 編著：更新資源 繪畫：杜偉文

### THE TRUTH IS OUT THERE !!

第二版



#### 故事原作



程翠雲

青少年愛滋教育中心總監，1998年獲選為傑出愛滋病工作者，致力青少年性教育和愛滋病教育工作。

#### 故事原作



白孟麟

青少年愛滋教育中心助理策劃主任，專責策劃學校愛滋病教育工作坊，並統籌中心的青少年性教育熱線。

#### 編著



李玉霞

香港中文大學理學士，曾任中學教師，後修讀神學，獲基督教研究碩士學位，現為更新資源（香港）有限公司出版部主任。

#### 編著



岑麗琪

香港中文大學文學士，從事文字工作多年，現為更新資源（香港）有限公司編輯。

#### 繪畫



杜偉文

筆名聖手，資深漫畫從業員，現任文化傳信漫畫助理一職，參與的作品有《絕代雙驕》一書。

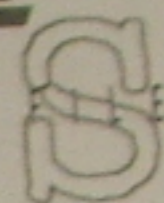
獻給我們的  
新生代



社會系列

# 乘性追擊

THE SEX FILES



青少年愛滋教育中心  
更新資源(香港)有限公司

故事原作：程翠雲 甘孟麟  
編著：李玉霞 鄭艷琳  
繪畫：杜偉文  
責任編輯：鄭艷琳  
校對：姚志華 梁淑儀  
平面設計：許智超  
製作：張潔恩

出版：更新資源(香港)有限公司

香港九龍太子道西162-164號華邦商業中心509室

電話：(852) 2398 7287 傳真：(852) 2398 7476

新加坡經銷處：更新資源(新加坡)有限公司

66 Jalan Haji Alias, Singapore 268553

Tel: (65) 462 1463 Fax: (65) 467 5359

承印：陽光印刷製本廠

香港柴灣安業街3號新藝工業大廈6字樓H座

電話：(852) 2558 6229 傳真：(852) 2558 7498

初版：一九九九年十二月

第二版：二〇〇〇年七月

©1999 版權所有 不得翻印

## The Sex Files

Original Storywriter: Atty Ching, Tony Kam

Compiler: Sandy Lee, Polly Cheng

Illustrator: To Wai Man

Editor: Polly Cheng

1st edition: December, 1999

2nd edition: July, 2000

©1999 All Rights Reserved

ISBN: 962-8329-32-4

本港及海外發行資料請參末頁

List of local and overseas distributors is printed on the last page

# 乘性追擊

THE (S)EX



序

再版

記得小學六年級的時候，有一天，老師要我們全級同學到音樂室看電視，內容是關於男女孩子身體成長的變化。男生邊看邊偷笑，護士姑娘在旁簡單講解，看完後，姑娘看見沒有同學發問，也只說了兩句話就結束這堂課。當時我仍有很多疑惑，但不敢發問，很害羞。在十四歲那年，有一天放學回家，感到腹痛，後來發現下體流血，告訴媽媽，媽媽只給了我一塊衛生巾，再也沒有說甚麼了。我自此便在媽媽的櫃裡取衛生巾，她亦再沒有與我談這方面的話題。

我就是在迷惘中成長。後來長大成人，發覺人怎能不認識性，當人明白自己，要愛身邊的人。現在我已是兩個孩子的母親，對性不再陌生，深深感受到性原是一件很美的事，它讓我和丈夫分享親密關係，也生下兩個小孩——我倆的孩子。性原是極自然的，是人自小就要面對的事情，女兒說：「我是坐著小便，弟弟是站著的。」又說：「我與媽媽一樣，弟弟與爸爸一樣。」

小孩子在性方面有很多不明白的，我們成年人的責任就是教導他們瞭解自己的身體，尊重自己和他人的身體。我確實很愛我的兒女，盼能把性的真善美帶給他們及青年人，讓他們對性有一份尊重和認真，也學懂關心自己及他人的感受。

我就是抱著這個信念編輯此書。出版後，有很多人喜歡看這本書，更把它作為一份禮物送給青年人。各大報章都詳細介紹本書內容，反應熱烈，得到很多的支持和鼓勵，所以出版後七個月便需要再版，這確是一支強心針，我們定會繼續努力，做得更好。同時我們亦收到要求修改的意見，其中一封來自一個組織，他們的幹事寫了一封七頁紙的長信，希望我們修改書中個別的立場、態度和字眼。對於錯誤和不恰當的字眼，我們一定會作出修改，但本書的立場和態度是我們的立腳點，是不容修改，但我們也不會勉強他人接納。

性確實仍被人看為是私隱和不宜公開談論的話題，在現今香港城市，它仍是一種禁忌，所以推廣性教育仍要面對不少困難和挑戰。我們深信透過不斷提供正確的資料，弄清楚錯誤的性觀念，可以讓人較開放和正確地談性，建立正確的性態度。我們誠意將這本書獻給年青的一代，盼望他們看見性的真善美一面。

你可相信當本書原作機構代表程翠雲小姐上來辦公室，談及出版此書時，我立刻興奮地表示支持和鼓勵？

坦白說，我不僅表示會全力支持出版此書，我更為程小姐的膽識及努力喝采。今天成年人除了對年青一輩的奇言怪行而責罵他們外，還有誰願意與他們坐下來，用他們熟悉的媒介談他們關心的問題嗎？父母對子女在性的問題上，除了不許這樣、責罵那樣之外，我們還能解釋清楚任何與性有關的課題嗎？

共產黨員喜歡說，世界不隨著人的意願轉移，我們對年青一輩在性方面遇上問題及對性有錯誤的態度和看法時，又會不會隨著自己的意願來轉移呢？假如不會，我們又該怎樣教育下一代對性有健康的認識和態度？

程小姐當初投身服務愛滋病人的時候，受盡教會部分人士的揶揄；我只能鼓勵她說，凡值得她去做的事，都是代價深重的，別存僥倖之心。但另一面我的確為她擔心，到底是一個女孩子之身啊，可以抵禦多久的風雨，尤其是在這樣敏感的問題上。

路遙知馬力，今天我知道我起初的擔心是太敏感一點了。也讓我在這裡向教會呼籲一下，不單不要為程小姐的事奉設下不必要的障礙（因為有一天你的確是不能向主解釋的），更要為她禱告，為她的工作奉獻金錢；你怎知你的奉獻，不正是支持一種她為你而擺上的事奉？就是可能你不知道，她服事的那個愛滋病少年，正是主耶穌在馬太福音二十五章43節提到的那個病人。



有一天，我的同工甘孟麟向我匯報「青少年性教育熱線」的諮詢情況，其中一位年青人說想用保鮮紙代替安全套，小甘被他的高聲及無知氣得半死，對他說：「保鮮紙是用來包魚，不是用來包陰莖的呀！」我聽後嘻嘻絕倒。然後我倆滔滔不絕地細數聽過的荒謬性話題，它們除了來自「青少年性教育熱線」外，有部分是我們在成長階段遇到的問題，另一些是在學校及青少年中心辦年青大使工作坊時一些青少年提問的，但最大部分是摘自報章雜誌的性信箱、性專欄等。說著，笑著，我們不約而同地想在「少年SEX檔案」增設「性謬誤一百篇」的欄目。「少年SEX檔案」是我們在一九九七年開始為《明報明Teens》撰寫的專欄，內容有個案、性教育／愛滋病教育小百科及Teen AIDS放大鏡等。

但「性謬誤一百篇」有別於其他欄目，它要短小精悍而有爆笑點，又具電視趣劇的特色，又要適合學生閱讀以澄清錯謬，難度較大。不過我和小甘卻樂於撰寫這欄目，因為通常還未刊登，我倆已笑過不休，而它亦很受「少年SEX檔案」的編輯及讀者歡迎。

一九九八年年底，曾協助我辦出版社的編輯賴百樂，來青少年愛滋教育中心找我，他為我和香港的青少年性教育事工祈禱，並送上他最新的得意之作《自殺少年事件簿》。看著、說著，一連串和性教育有關的出版意念，便不受控制地跑了出來。與楊牧師相談後，《乘「性」追擊——THE SEX FILES》鐵定九九年十一月面世，豈料我的小女兒卻在是年十一月出生，不但拖延了出版社的計劃，更令李玉霞和鄭艷琳兩位已為人母的編輯，處於既體諒又必須追稿的兩難之間。

此刻，我左手捧著BB餵奶，右手寫序，想到性，那就是生命和愛。性謬誤可以令生命變得荒謬與悲哀；但愛，源於神的愛、見證於人間的愛，可以令謬誤變得正面而有趣味。

# 目錄

THE SEX FILES

再版序

楊序

程序

ANATOMY OF BODY, SOUL & SEX

I. 導言：性謬誤的成因

II. 成長的疑惑

1. 早上勃起發綺夢？

8

2. 衛生巾可止血？

12

3. 有夢遺的不乖乖？

16

4. 乳房大小邊不正常？

20

5. 谷精上腦身體虛？

26

6. 駝背可以藏乳房？

30

7. 腳夾陰莖可免龜頭突出？

34

8. 白帶污穢？

38

9. 自慰過多精盡人亡？

42

III. 性本能的疑雲

10. 包皮過長無仔生？

48

11. 撞紅不吉利？

52

12. 精液也有用盡時？

56

13. 男人射精時會小便？

60

14. 服用偉哥無陽痿？

64

15. 大便會早洩？

68

16. 鼻大等於「雀雀」大？

72

17. 毛髮長性慾強？

76

滋教育中  
1998年  
出愛滋病  
致力青少  
和愛滋病。

事原作



孟麟

大學理學  
中學教  
讀神學，  
研究碩士  
為更新資  
有限公  
任。

編著



麗琳

任理  
助

### IV. 避孕的疑案

- 18. 立時抽出可避孕? 82
- 19. 內褲可作安全套? 88
- 20. 雙重保障? 92
- 21. 百分百避孕大全? 96

### V. 性病的疑團

- 22. 在公共廁所板會感染性病? 108
- 23. □水傳愛滋? 114
- 24. 愛滋病者同性戀者也? 118

### VI. 性態度的疑問

- 25. 看見人裸體就是偷窺狂? 124
- 26. 被人性騷擾的一定是俊男美女? 128

- 27. 處女不再? 134
- 28. 同性朋友一起等於同性戀? 140
- 29. 一夜情表深情? 144
- 30. 礙手礙腳的安全套? 150

### 跋：性不是「碎料」

### 後記

### 附錄



滋教育  
1998  
出愛滋  
致力青  
和愛滋  
。

事原

大學  
王中  
讀神  
研究  
為更  
)有  
主任

編著

畫的



# ANATOMY OF BODY, SOUL & SEX

腦下垂體——荷爾蒙分泌總指揮

眉精眼企

靜聽心靈

懂得 say No

愛心滿溢

溫柔體貼

子宮——人類第一個家

卵巢——卵子產地

陰道——聞人免進

步步為營



腦下垂體——荷爾蒙分泌總指揮

鎖定目標

聆聽你的心事

細心關懷

心胸廣闊

鼓勵支持

陰囊——陰涼的地方

睪丸——精子工廠

陰莖——守身如玉

腳踏實地



## I. 導言：性謬誤的成因

「為甚麼我的父母竟對我說我是拾回來的？」一位著名的性教育工作者，在一個公開的講座上分享到自己幼年的感受時，黯然淚下。

「女人不就是污穢和不祥的嗎？我媽媽是這樣對我說，我照樣教我的女兒，有甚麼不對？」衣著新潮的中年母親在青少年中心的媽媽會內理所當然地說。

「我擔心我不正常，我的陰莖和年齡的比例，跟今天出版的《S雜誌》中的比例圖有點不同，我的長了兩公分，我很怕……」青少年教育熱線的來電者憂心忡忡地問。

「我不好意思，不知道應如何告訴我的女兒我為甚麼要用衛生巾，為甚麼衛生巾上有血，於是隨便說我的手指流血，誰不知她會在廁所的垃圾桶檢查我的手指有否流血的證據！她更會在我月經來潮首兩天拿衛生巾給我，叫我預先止血，我不知怎樣收拾殘局……」年青的母親在幼稚園家長會內半尷尬半內疚地說。

從以上真實的個案中，我們可以看到謬誤的來源，都是離不開以訛傳訛、迷信的習俗、男尊女卑的傳統、性知識的貧乏，不懂答問技巧便會胡亂砌詞以掩飾尷尬之情，覺得性是污穢，所以知道答案也亂說。傳媒的無遠弗介之手，在朋輩間胡說八道為要顯示自己的地位，再加上在成長過程中對性探索的獨特經歷，主觀、客觀、今昔謬誤就共冶一爐了。

香港的教育系統並沒有一套真正落實及執行的性教育，所以性謬誤的產生、傳送和「發揚光大」實在不足為奇。最可悲的是，二三十年前我們經歷過的迷思、謬誤和惶恐，現在的青年人同樣在經歷，多了電腦卻沒有令人腦改變，要掃盲，要我們的下一代健康快樂、自信地成長，就由我們每一個曾經受此苦的成年人做起吧。

成長的疑惑

月亮叫潮水漲退，烏雲叫大雨傾倒。  
 但何時我的心也起起落落，淚在眼中湧流？  
 是月亮進入我身內，烏雲蓋著我的頭，  
 叫我小孩的身體有了成人的特徵？  
 還是誰把我成長的按鈕錯按了，  
 把我弄得不知所措？



滋教育中  
 1998年  
 出愛滋病  
 致力青少  
 和愛滋病  
 。

事原作



寸孟

大學理  
 王中  
 讀神  
 研究  
 為更  
 )有  
 主任

畫的

滋教育中  
1998年  
出愛滋病  
致力青少  
和愛滋病

事原作



寸孟麟

大學理學  
王中學教  
讀神學，  
研究碩士  
為更新資  
)有限公  
主任。

編

編

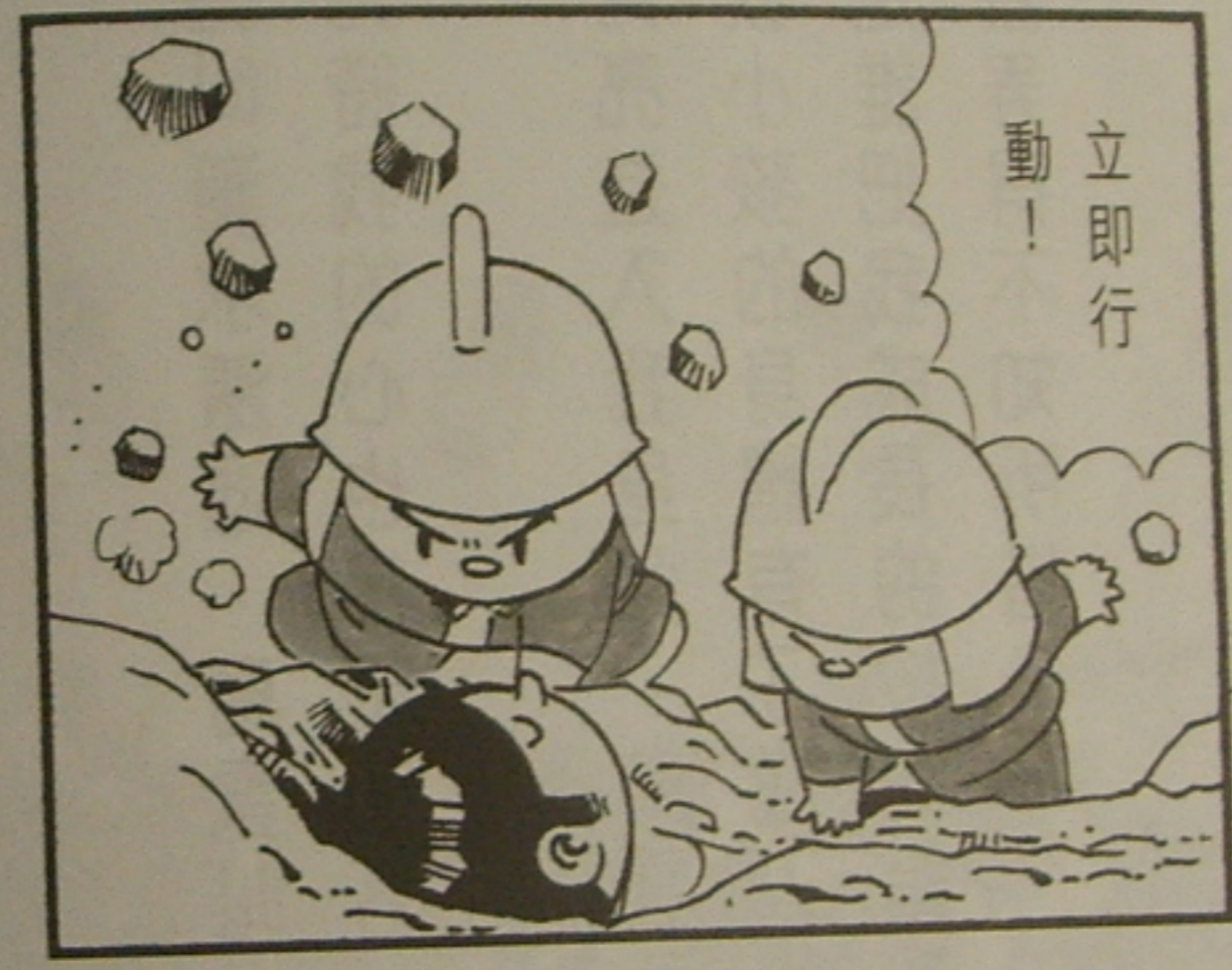
資深漫  
、現任文  
畫助理一  
的作品有

「O.K.」上勃起發器



Over! 報告  
總部，我們  
已經到達災  
場！

生命探測器有  
發現。over!



立即行  
動！



報告隊  
長，發現  
有一生還  
者睡著，  
表面無傷  
痕，但他  
的陰莖勃  
起了！



他一定在發  
綺夢，幹嗎  
這人那麼  
「鹹濕」，豈  
有此理！



★勃起不等  
於發綺夢，  
男性性器官  
發育後，平  
均每晚睡覺  
時陰莖會勃  
起三至四  
次，睡醒後  
仍然勃起是  
十分正常  
的。Over!



不要再研  
究啦，我  
就快死  
呀。

註

勃起：勃起是指男性陰莖受刺激  
而充血變硬延長的現象



為何陰莖有那麼多代名詞？

這問題實在應該深入探討。中國人的家庭裡，視性為一項禁忌；有些人認為性是罪惡，不願子女接觸有關性的問題。大多數人可能認為性是私隱，不應和別人談論，往往會回避有關性器官的名稱和性的名詞，所以用其他名稱代替之，例如：稱陰莖為「那地方」、何B仔、雀雀、咕咕仔，又或以它的作用作為名稱，如祠堂、「慈菰椗」，代表它有傳宗接代的能力，又用「那種事」代替「性交」或是「性行為」。

人視性是私隱是沒有錯的，每個人都應尊重別人的私隱，這也是性教育的一個重要部分。但父母不應把性和罪惡混淆，以為談論性這私隱就是罪惡，不必含糊說出以避開性這課題，倒不如直接對他們說這是陰

莖、外陰等。面對小孩的發問，與其令他們心生疑惑，何不抱開放的態度與孩子談性？告訴他們性是人類生活的一部分，性器官與身體其他部分一樣都是美好的，從小讓他們對性有正確的瞭解，使他們更認識自己，日後成為更整全的人。

早上「雀雀」，為何常朝氣勃勃？

對一個健康的男性來說，早上勃起是非常正常的，男性性器官發育後，平均每晚睡覺時陰莖也會勃起三至四次，合共約九十分鐘。這是因為睡著時，腦部高級中樞神經影響力大減，膀胱的壓力及直腸的神經信號也會引致陰莖勃起，不一定因為發綺夢，而這情況延續至早上睡醒，也是十分正常的。

真性大白榴栗 1

滋教育中  
1998年  
出愛滋病  
致力青少  
和愛滋病

事原作



寸孟麟

大學理學  
王中學教  
讀神學士  
研究碩資  
為更公  
)有限  
主任。

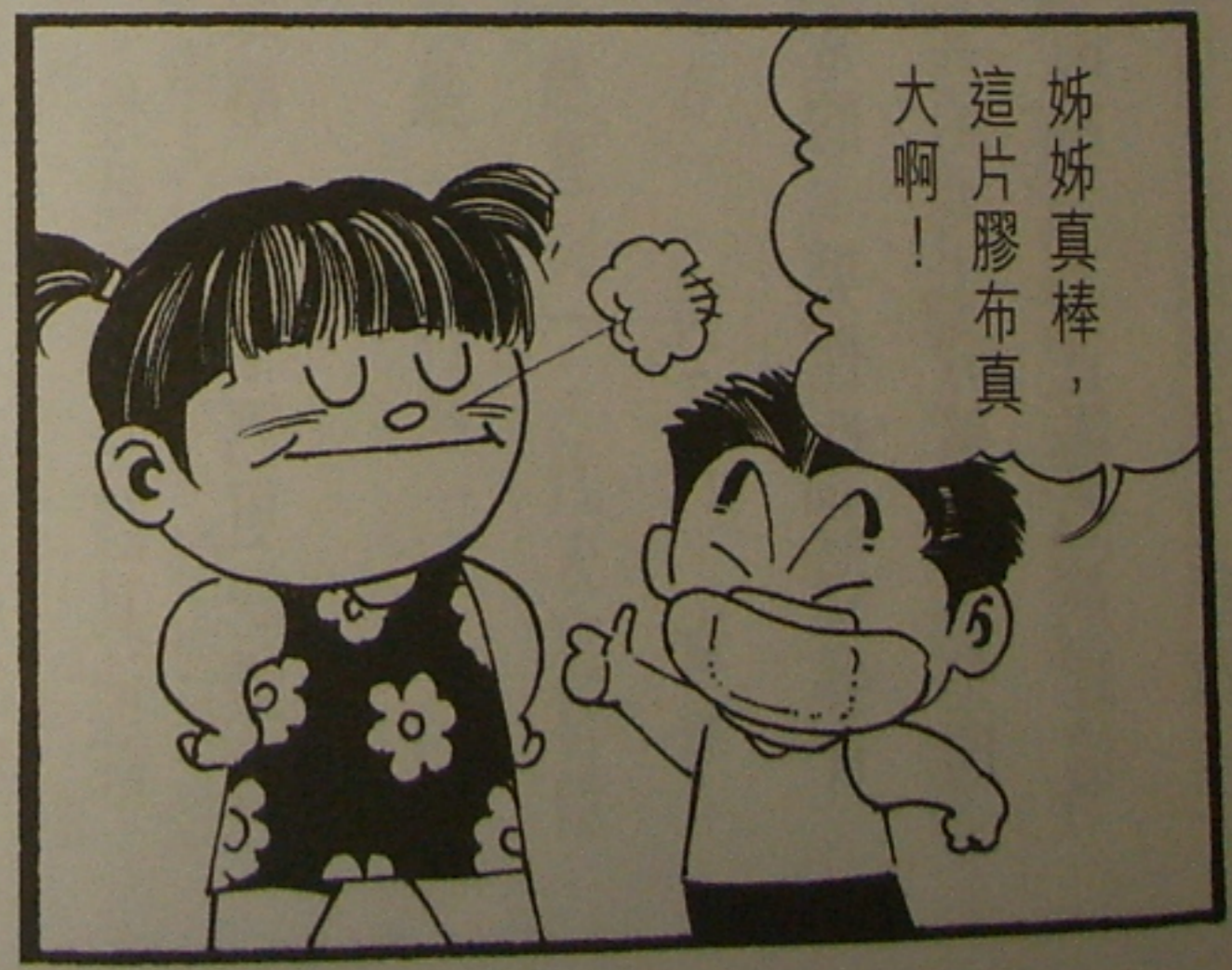
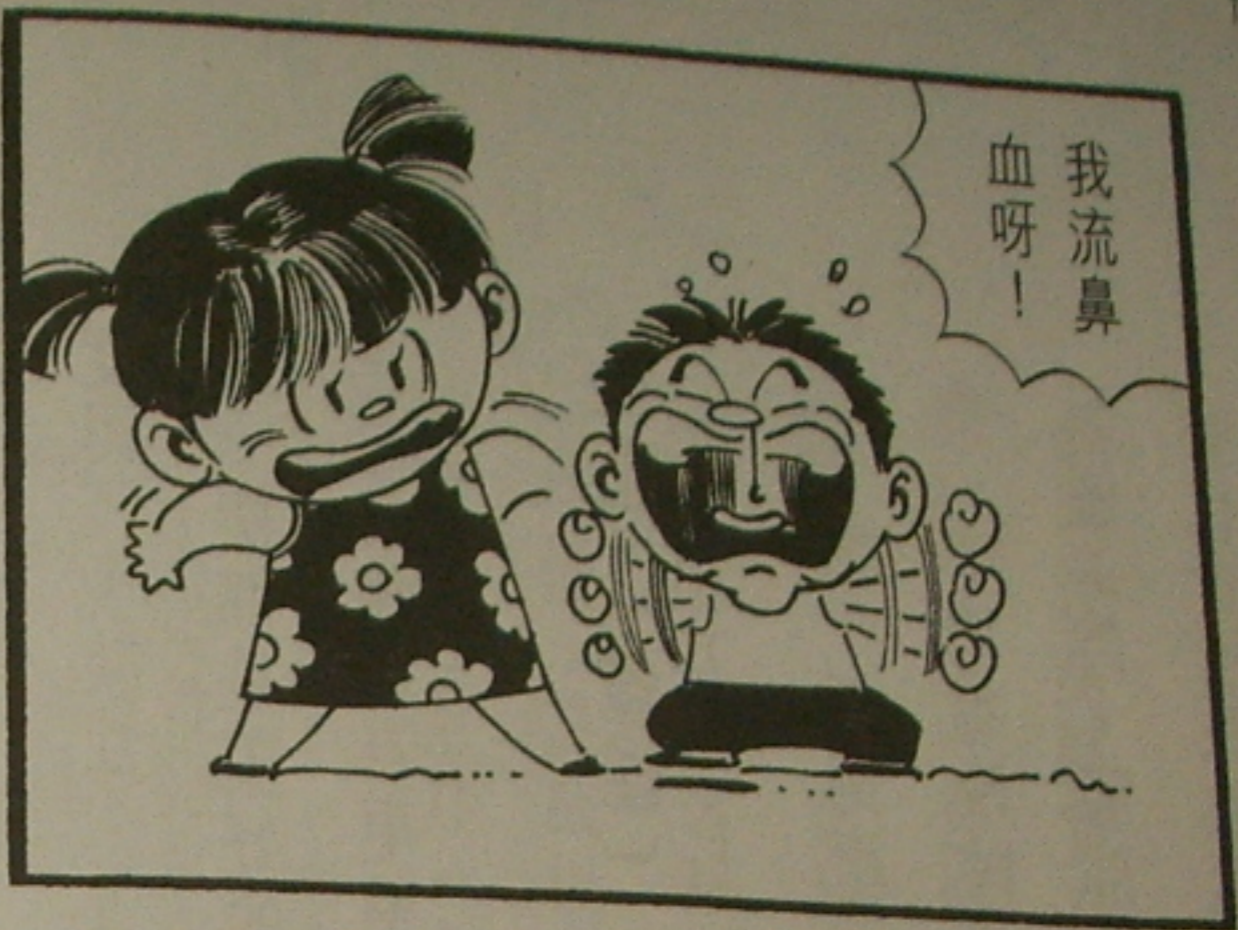
編

琳

資深漫  
現任文  
助理

註

雀雀：陰莖的別稱。建議家長直接稱陰莖為陰莖，讓孩  
子接受性器官為身體一部分，並無須感到羞愧。



小資料

此小故事由真實個案改編。母親被女兒問道衛生巾的用途，因著怕尷尬，而隨便胡扯說它是用來止血的，孩子日後果然把衛生巾當作膏布，叫人哭笑不得。故事又再次教訓我們，對於孩子有關性的問題，還是說真話，讓他們有正確的知識之餘，也有正確的態度。

II.

女孩首次月經來的日子大約在何時？



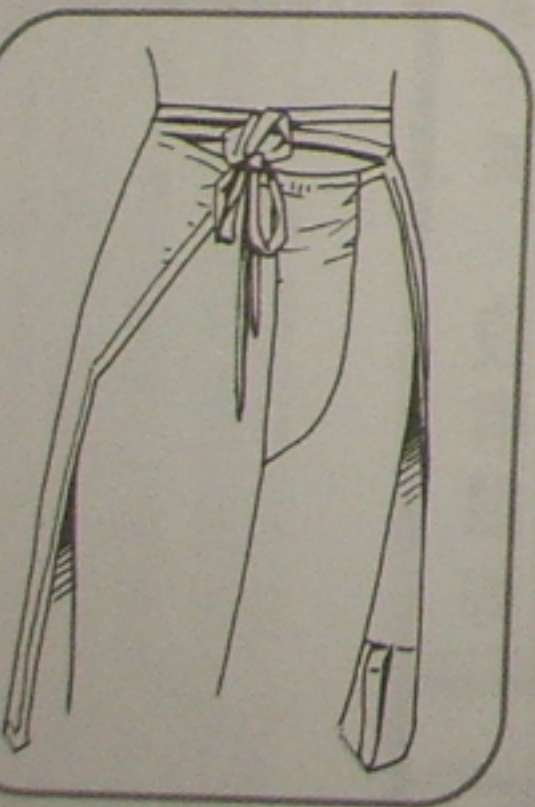
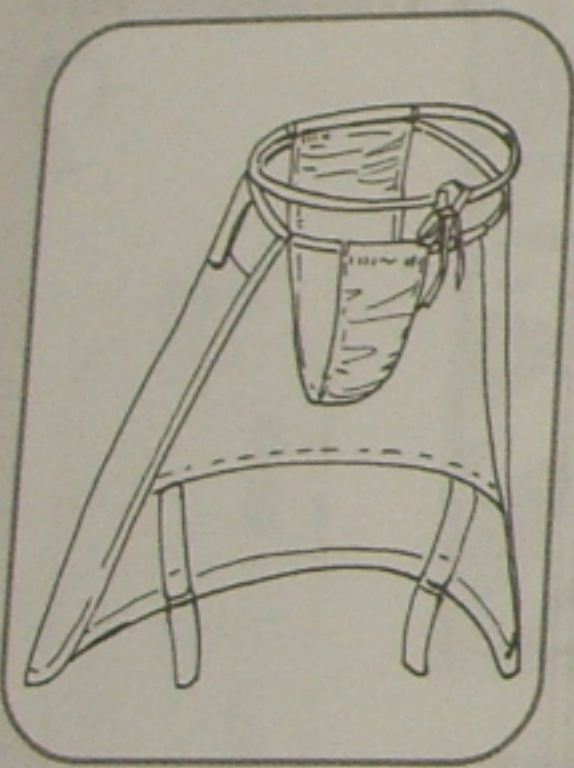
首次來月經的時間因人而異，約在九歲至十五歲期間。一般在胸部開始發育後的一至兩年間，或在長出陰毛後一年左右，月經便來潮。許多女性會感到月經是一種禁忌（事實上taboo一字源自玻理西亞文月經一詞）；但許多地方的人也為首次來經的女士祝福，因為這是她們長大成人的標記，成為真正的女性的開始。

以前的婦女用的衛生巾是怎麼樣呢？

在本世紀初，西方大部分女性在行經期間都使用布墊。用後的布墊或會清洗再用，或用火燒掉。而為了方便旅行期間的婦女，早在十九世紀九十年代的英國，已有手提火爐的出現，專為燃燒月經布墊之用。

其實，早在一八九〇年代，德國和美國的婦女已使用即棄的月經墊，後來英國的利斯特醫生更製造了月經巾，跟著其他公司也生產即棄墊。到了九二〇年代，已有即棄月經墊的廣告刊登，相信它已廣為人知。後來，纖維質料的衛生墊面世，而衛生棉塞亦相繼出現，但當時未被普及使用。

為免經血弄污衣服，婦女除了用布墊外，還會用特別設計的布墊套和圍裙，如圖所示。看見這些奇異複雜的設計，我們不能不說現在做女人真幸福。



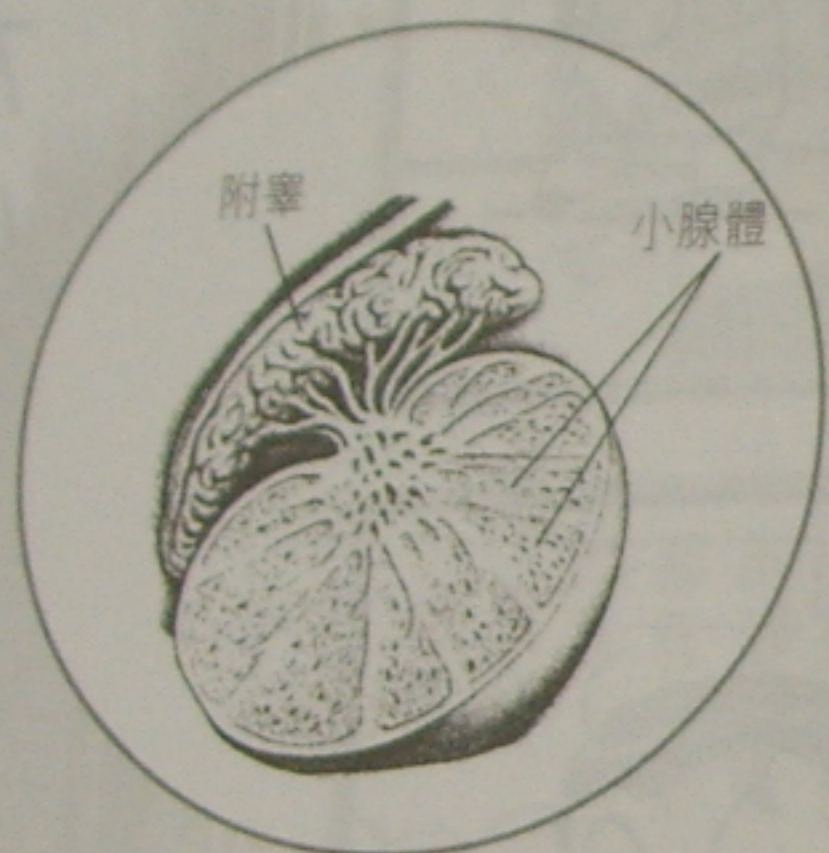
真性大白檔案？

3. 有夢遺的不乖乖?



**註**  
 夢遺：在睡夢中不自覺的射精現象就稱為夢遺，是男孩進入青春期中常有的情況，表示製造精液的能力正常。





睪丸的橫切面

已進入青春期的，恭喜！但夢遺何時開始，有或沒有也是因人而異的，有些男孩在十三、四歲開始，有些遲至十五、六歲，有些可能根本沒有察覺自己有夢遺，但這並不代表他不正常。因此，你有沒有夢遺，也不必擔心或感到罪咎，若然真的感到尷尬，可以嘗試自己清洗內衣褲。

註

睪丸：是兩個在陰囊的小腺體，長約4至5厘米，是精子製造廠。



夢遺的成因如何？

當一個男孩子進入青春期的，睪丸會開始分泌荷爾蒙和製造精子。精子漸會積聚起來，產生排出的意慾；平時意志力較強，陰莖是不會忽然勃起射精的。但在睡覺的時候，對性慾的壓制能力會減少，如果內褲過緊、身體反側觸壓陰莖，又或是身體的荷爾蒙改變，又或在夢中有性幻想等，陰莖受到刺激，均可能引致射精，這也是青春期的自然現象。

問 夢遺來了怎麼辦？

答 夢遺來了根本不用怎麼辦，就像女孩子月經來了，是代表自己

真性大白糯米3

♀. 乳房大小與不孕症



II.

若你需選用C杯或以上，你則需要承托力較佳及帶子較粗的胸圍，最好是配戴有三個扣的。無論你選用何種杯，選購時請以舒適自然為大前提。

應選用何種杯：

杯的尺碼	上胸圍與胸圍尺碼的差距 (Z-Y)
AA	負數
A	0吋
B	1吋
C	2吋
D	3吋

③ 胸圍杯型：杯的尺碼，則需

量度上胸圍尺碼，即乳房最

豐滿之處的位置 (Z)，並

計算它與胸圍尺碼Y的差

距，參考下表，便能知道你

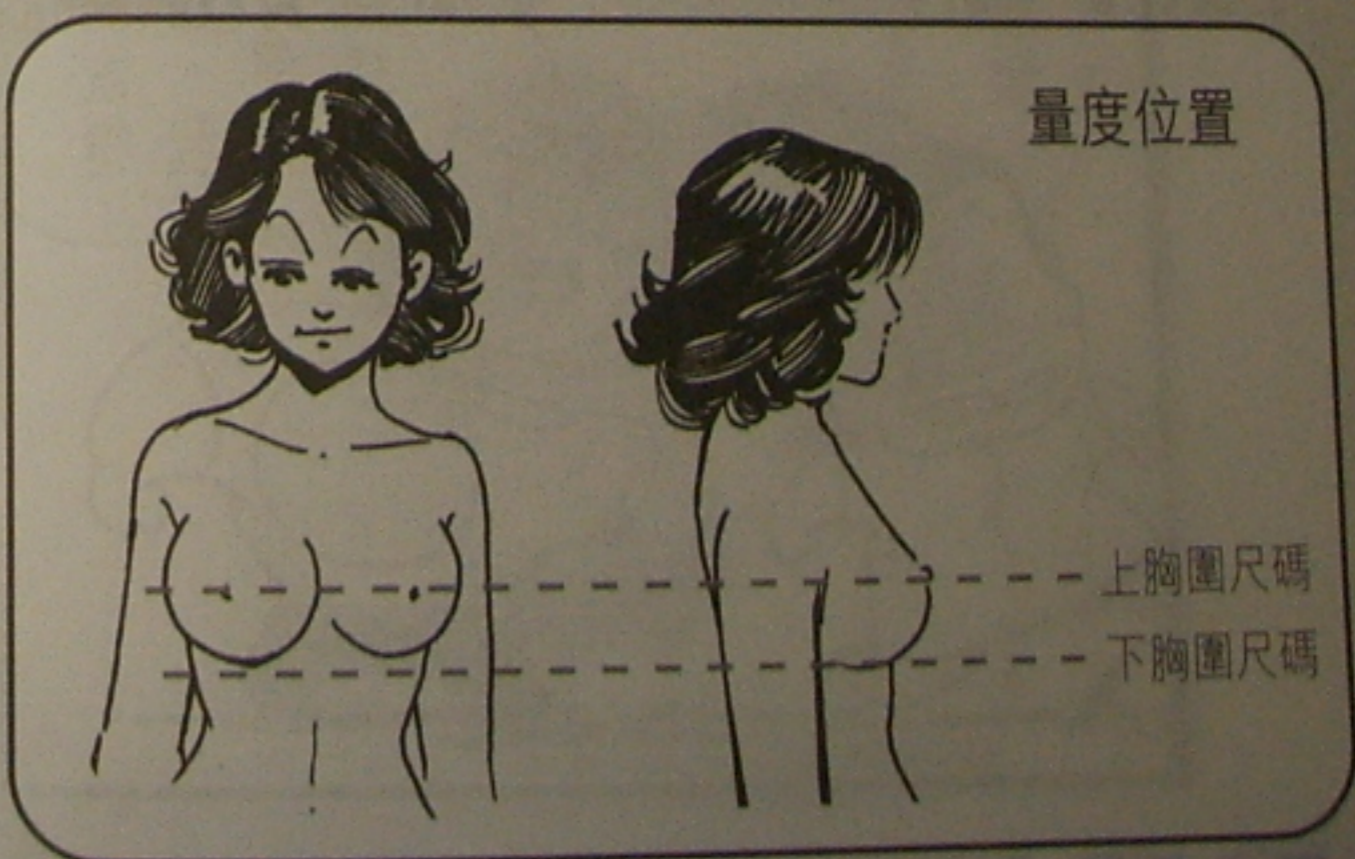


問 ABCD CUP 究竟代表甚麼?

ABCD cup 是用來表達乳房的大小，D杯就比A杯豐滿，而ABCD杯的計算方法如下：

① 量度下胸圍，即乳房下位置的尺碼 (X)；

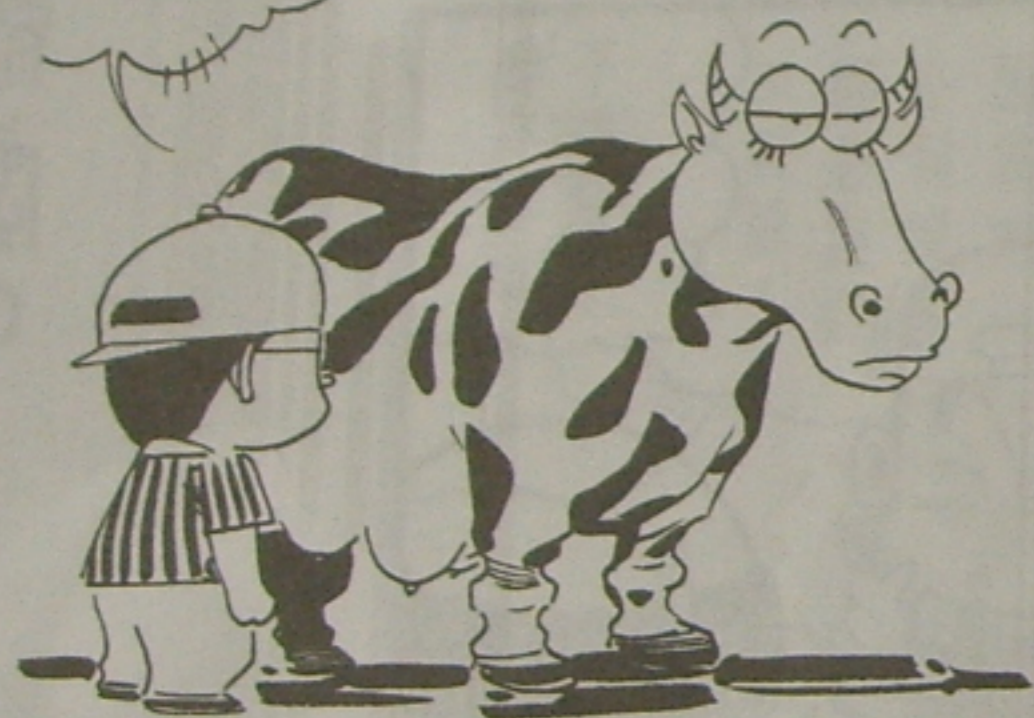
② 胸圍的尺碼 (Y)：將下胸圍尺碼加上五吋，就是你要配帶的胸圍尺碼。由於胸圍的尺碼只有雙數，如你計出的是單數，則需加上一吋。如你的下胸圍尺碼是二十九吋，你的胸圍尺碼就是三十四吋 (X + 5)；



真性大白描

II.

你有大小邊  
乳房，是否  
不正常？



- ④ 調校胸圍帶到適當的位置，即感舒服，不緊又不鬆，能承托乳房。
- ③ 用手將乳房旁邊的肌肉擠到罩杯裡。



許多人都不知道戴胸圍的正確方法，其實錯誤的方法會影響外觀，也會減低胸圍的承托力，影響乳房的構造。以下是一些簡單的步驟：

- ① 首先將胸圍肩帶穿掛在雙肩上，用兩手托住罩杯下方。



- ② 然後彎腰，讓乳房能自然地完全套進罩杯，再扣上背鈎後站正。



性 追 擊  
甚麼？戴胸圍也唔學嗎？

愛滋  
19  
傑出  
育和  
作。

教現港部



這位老兄，你氣色不大好，不如你坐下，我贈你兩句，好嗎？



我有甚麼不對勁？



唔……你看來臉色帶點蒼白，依我所知，你應該是谷精上腦。



真的？相士你一定要救我，我今年十九歲，從來未試過射精，我 friend 說谷精到二十歲就有生命危險！



哦！很簡單。你去這幢大廈三字樓找鳳姊姊，任何問題都必定迎刃而解！

十八歲少婦



鳳姊姊好呀！老兄……兄……你折扣……給……

註

精：此處指的是男性的精子。

### 問 男人射精射出來的是甚麼？

射精排出來的液體稱為精液，每次排出約有三至五毫升。精液在剛射出體外時呈乳白色，在大約半小時內化成水狀。精子佔的分量約為百分之一，其餘的成分由男性尿道四周的三種性腺體所分泌出來。這些分泌提供精子所需的養分，當中包含果糖、礦物質、維他命及磷脂等；另外亦含鹼性，目的是中和女性陰道的酸性分泌物，及引發女性子宮的收縮，幫助精子向上游與卵子匯合。

谷精上腦的問題。  
若若不射精排出體外，它們部分會被附辜吸收；而性腺過剩的分泌也會隨尿液排出體外，不會囤積在體內，所以男性實在不用擔心谷精上腦的問題。



### 問 谷精上腦，真有其事？

民間流傳，以為男性長期沒有射精，久而久之，精子和精液便會積聚在身體，無法排出，精子甚至谷上腦，導致腦部痲痺，神經失常。這實在荒天下之大謬。其實男性踏入青春期後，一生不斷製造精子，約每秒一千粒。若不射精排出體外，它們部分會被附辜吸收；而性腺過剩的分泌也會隨尿液排出體外，不會囤積在體內，所以男性實在不用擔心谷精上腦的問題。



真性大白檔案 5



愛滋教育中  
· 1998年  
傑出愛滋  
· 致力

文大學理  
任中學  
修讀神學  
教研究  
現為更有  
港)有  
部主任。

編著



雙

手，並  
是，現  
更畫  
具的  
雙

6. 駝背可以藏乳房?



問 我不愛飛機場，可以怎麼辦？

現代人認為女性體形纖瘦、胸部豐滿才是美，於是很多女性都嚷著減肥，又積極健胸。在坊間有很多傳聞說木瓜鮮奶或豆腐、豆漿可以擴胸。但專家認為吃某類食品令身體某部分發育是不可能的，何不有均衡的飲食，讓乳房自然發展？其實，即或乳房較小，卻不會影響它哺乳的功能，人也樂得輕鬆；想外表美觀一點，也可戴有厚墊的胸圍。人要發展的地方多得很，為何只死盯著自己的乳房呢？

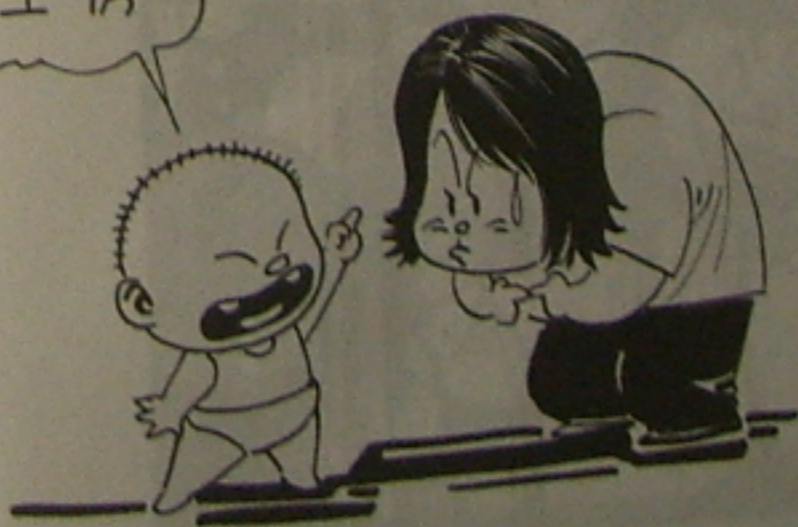
但若在十四歲胸部仍未發育和未長出恥毛，或到十六歲還未來經，便表示身體的荷爾蒙不足，應向醫生求助。

性 追 擊

問 別人笑我胸脯大，可以怎麼辦？

踏入青春期，年青人忽然間對自己的外表十分注重，而身材亦成為他們的話題。發育較早或是較遲也可能成為取笑的對象，許多女孩子就因為春青期胸部發育，或胸部較大而感到難為情，刻意駝著背來遮掩，實在不必要。其實胸部發育是每個女性也會經歷的，這叫你更具女性的體態美外，日後也可哺育嬰孩，所以不必難為情，你大可抱著輕鬆的心情面對，接納自己身體的發展是自我肯定的第一步呢！況且，經常駝著背會阻礙骨骼的正常發展而影響外觀。

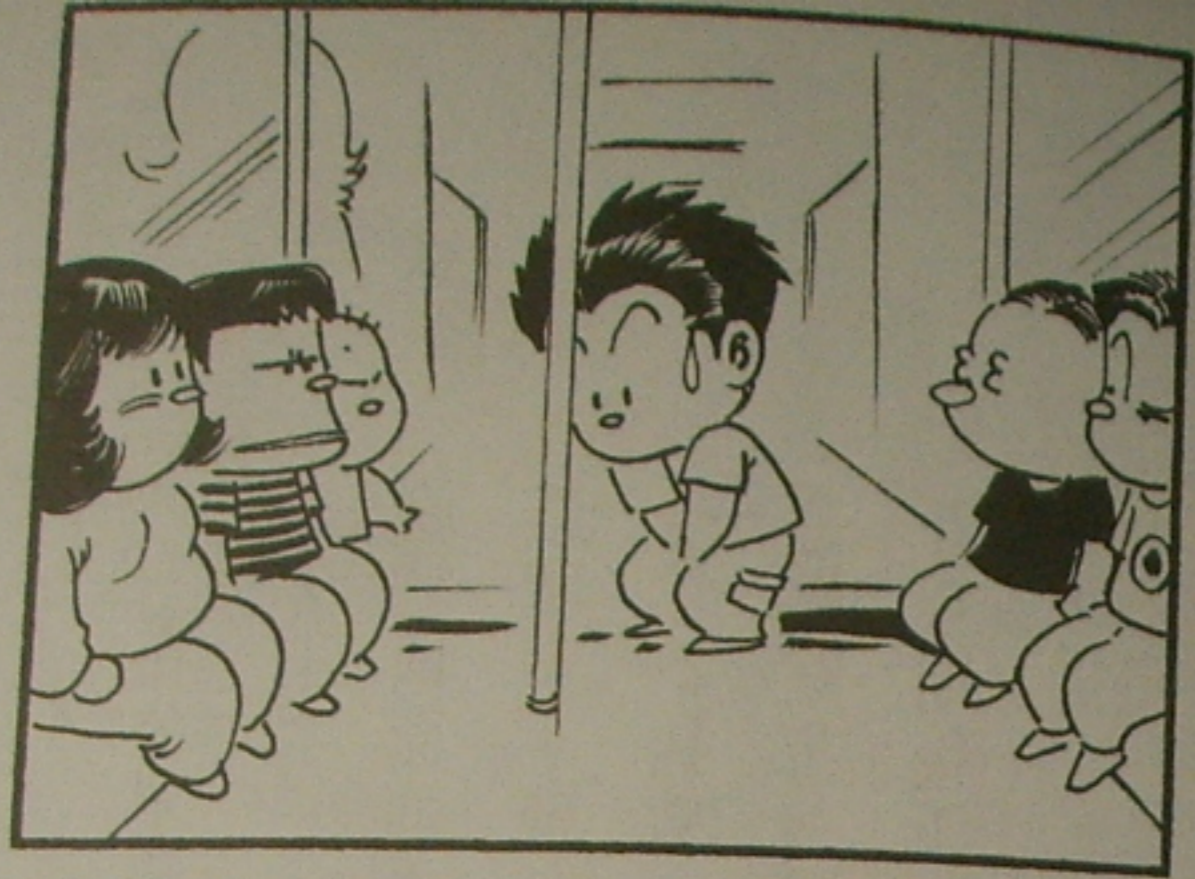
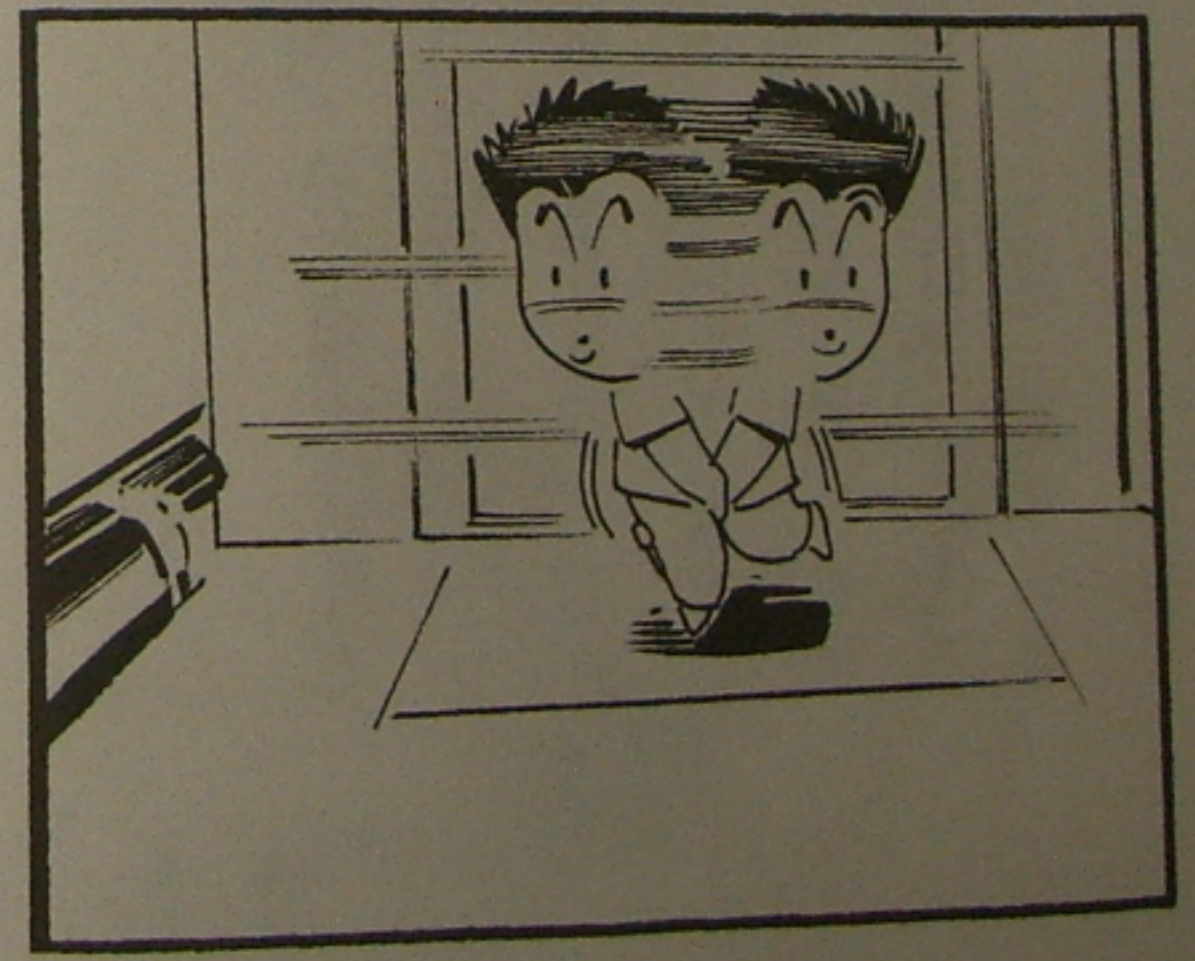
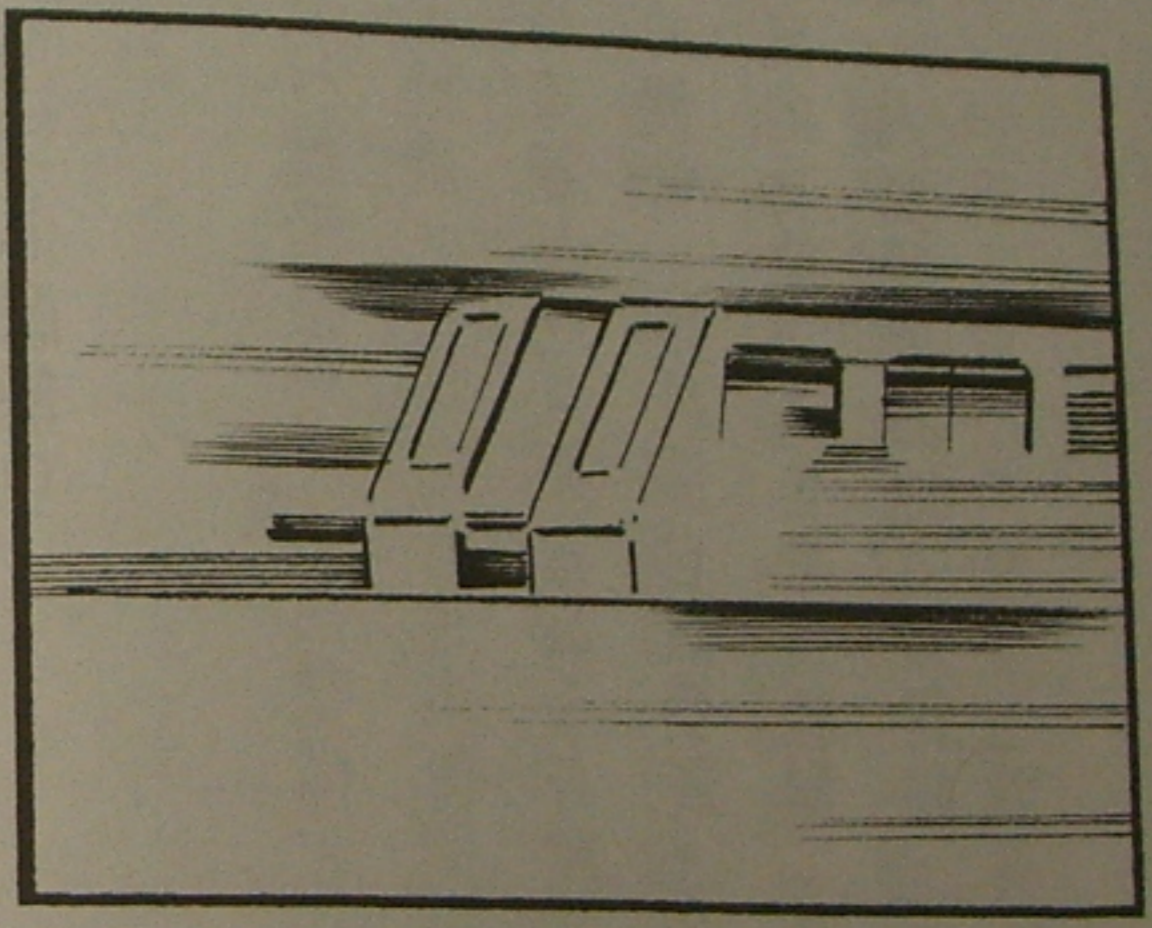
你的乳房為甚麼生在背上？



真性大白檔案 6



7. 腳夾陰莖可免龜頭突出



註

龜頭：陰莖的頂端較敏感的部分，陰莖鬆弛時被包皮覆蓋著。

處理龜頭突出的不文明手段：

整容



穿裙



貼封箱膠布



剪掉



身體既是你的，你要認識及接受它的轉變，也不必因它感到羞愧，深呼吸兩下，讚讚自己已發育完成，世界仍是這樣美好。



在公眾場合，龜頭突出怎麼辦？

在公眾地方，陰莖受刺激而勃起，並引致龜頭突出，叫人感到很不自然，又怕人知道，這怎麼辦？最快的方法就是用冰水淋它，使它裡面的血液流走，使陰莖變軟，但我想沒這必要吧！其實不用怎麼辦，淡然處之，若你在想或看與性有關的事，停止下來，陰莖通常不到數分鐘便會變軟。而別人除非刻意檢視你，又或者你穿的是極貼身的褲子，否則根本無人會察覺你的變化。何況勃起是男性青春期後正常的生理反應，該留意的反而是自己是否常陷溺於性幻想中。

真性大白檔案？



II.

問  
白帶怎樣才算正常的，怎樣算不正常的。

正常的白帶是呈透明或乳白色稀薄式黏稠，遇上空氣乾固後呈黃色，是月經周期內正常的生理變化的徵狀。

若白帶發出臭味，或顏色異常，則可能是發炎或其他毛病，例如念珠菌（引致陰道發炎細菌）和滴蟲，會令白帶增加和產生痕癢，若問題嚴重應立即看醫生，在一般情況下，可以用抗生素治療的。

性  
道  
擊



問  
如何處理白帶引起的煩惱。

開始行經一兩年的女性，陰道時常有分泌液流出，是子宮頸和陰道壁的分泌混合而成的，稱為白帶。白帶的作用是潤滑陰道，使陰道保持酸性，防止細菌侵入。在月經期間，因盤腔充血，陰道滲出液增加，所以白帶的分量也較多，約每天二十毫升。在排卵的日子，因子宮頸腺體分泌增加，白帶量會較平日多，約每天四十毫升。在白帶較多時可使用衛生護墊，不時更換以保持衛生。而在月經完結後，白帶的分泌會較少，這時陰道會較為乾燥。

真性大白帶





註

自慰：亦稱自瀆，即手淫，是指人靠物件或手撫弄性器官，達致性滿足，男性或許有射精現象。

II.

問 自慰可以嗎？

答 自慰是以自己的方法來滿足自己的性需要。其實，在不傷害他人的情況下以此方法來撲滅慾火，這實不為過，你無須為了偶然一兩次自慰，而自疚自責。但你若經常以自慰來滿足性慾，或是在過程中腦中構思的畫面愈來愈可怕，你則要停步深思了。請記著人其實相當複雜，肉體與心靈亦從來不可分開來談論，所謂性需要亦非單純的肉慾。當我們渴求與人有肉體親密時，亦代表我們心靈渴望得到愛和關心，或是面對著壓力需要宣洩。所以，不要問「我可不可以自慰」，而是去問「為何我想自慰」，對症下藥，勇敢面對自己的問題：是否自己已陷溺其中？是否自己相當孤單？

要心靈得滿足，要得到親密的關係，就多去愛及關心你身邊的人！

性 追 擊

問 自慰多身體虛弱？

答 沒有資料證實多自慰會影響健康。有傳說男孩自慰射精，會失真氣和精力，皮膚粗糙，變成人乾，更會造成陽痿。其實製造幾毫升的精液只需要不足一卡路里的熱量，因此男孩多射精也不會消耗很多能量而傷身體，女孩子在這方面的問題則更少了。我想自慰的影響是心理多於生理。

成個人乾  
晒，要做多  
啲「accid」先  
得啦！



真性大白糯米

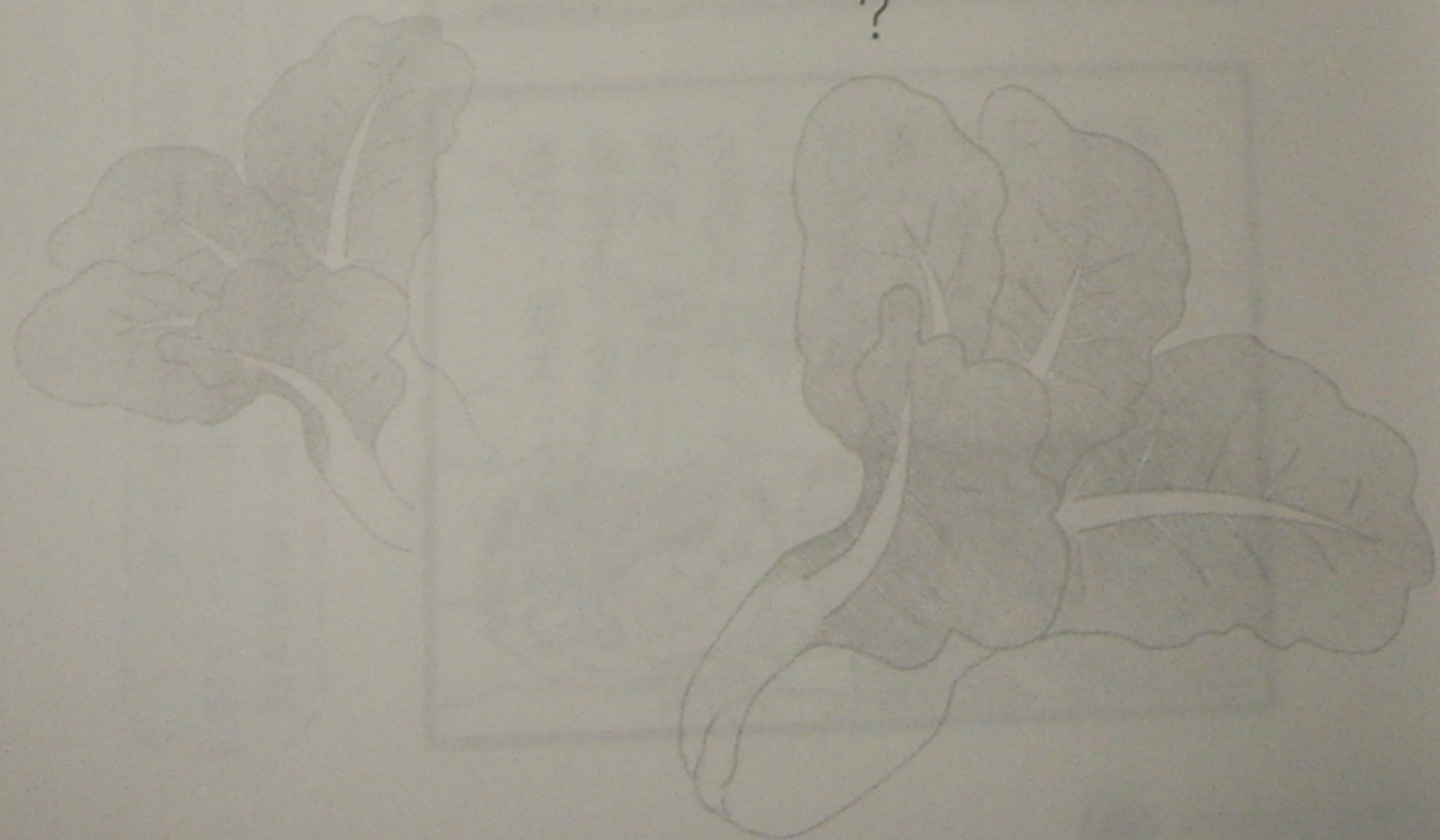




滿園的芥菜長成了，  
我的是否生得太快或太慢？

我成熟嗎？  
我精壯嗎？

我好想探究，  
但不知從何入手？





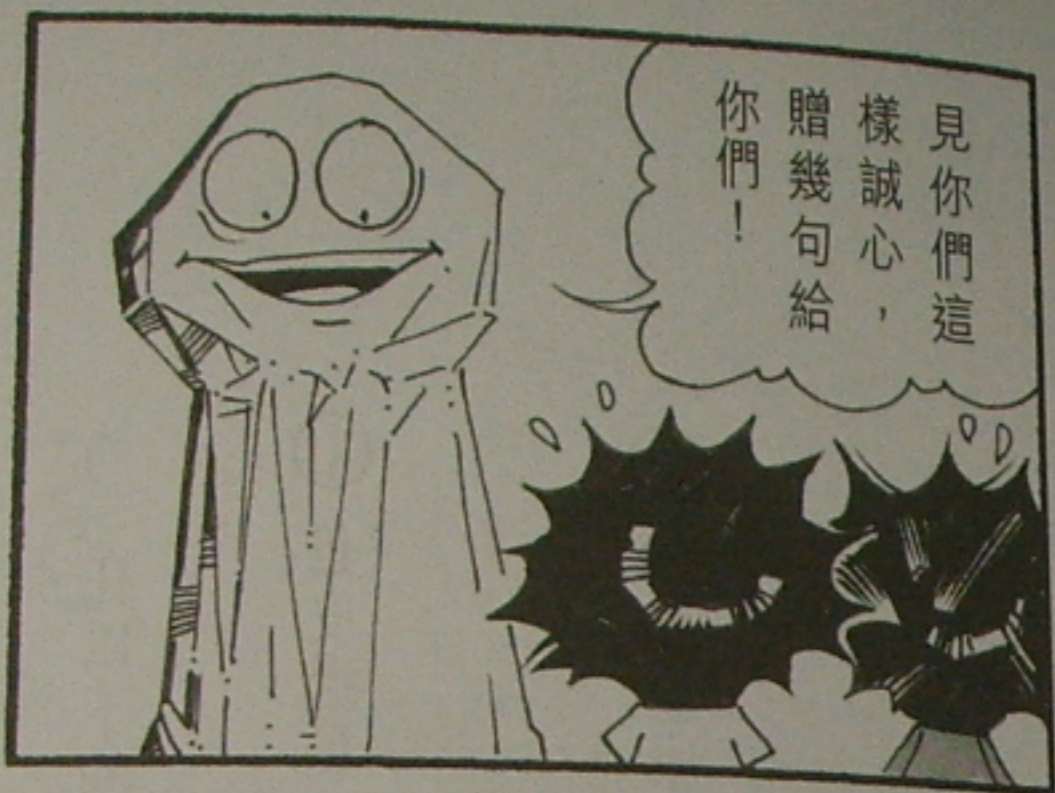
阿ROY，  
我們幾經  
辛苦，終  
於找到姻  
緣石了。



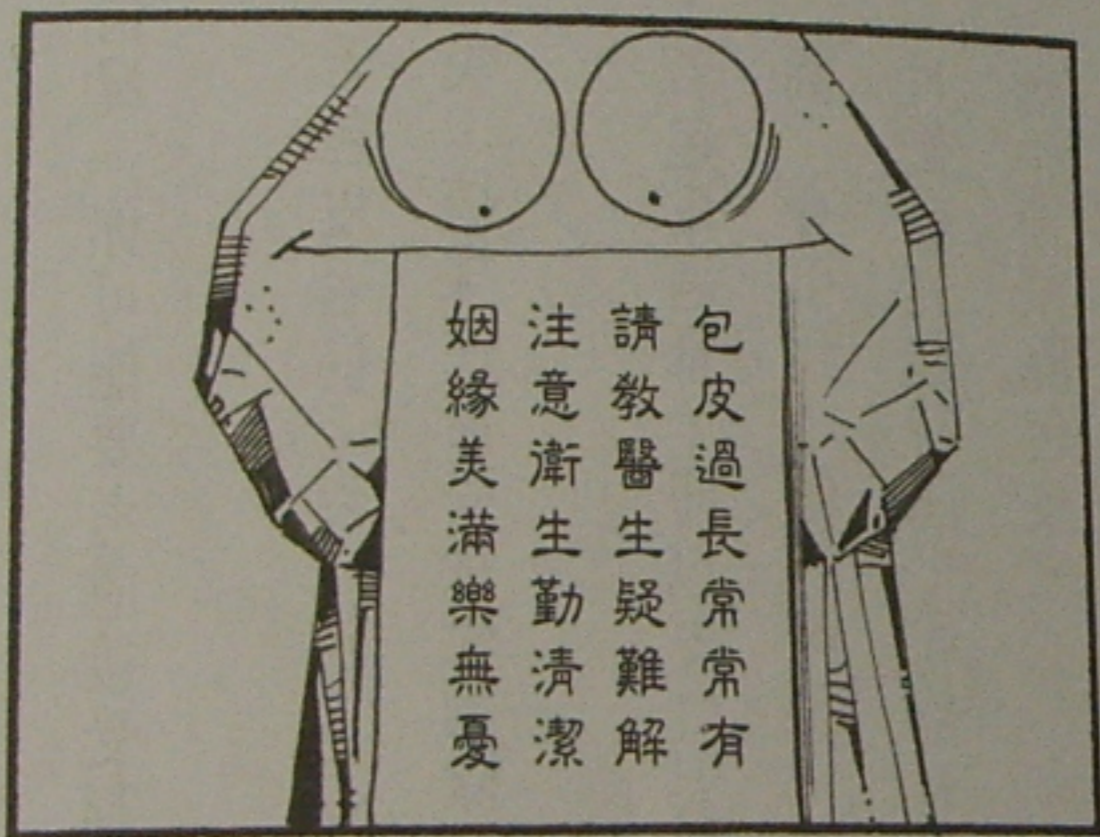
你看，姻緣  
石真的很像  
陰莖，還是  
★包皮過長  
的陰莖！



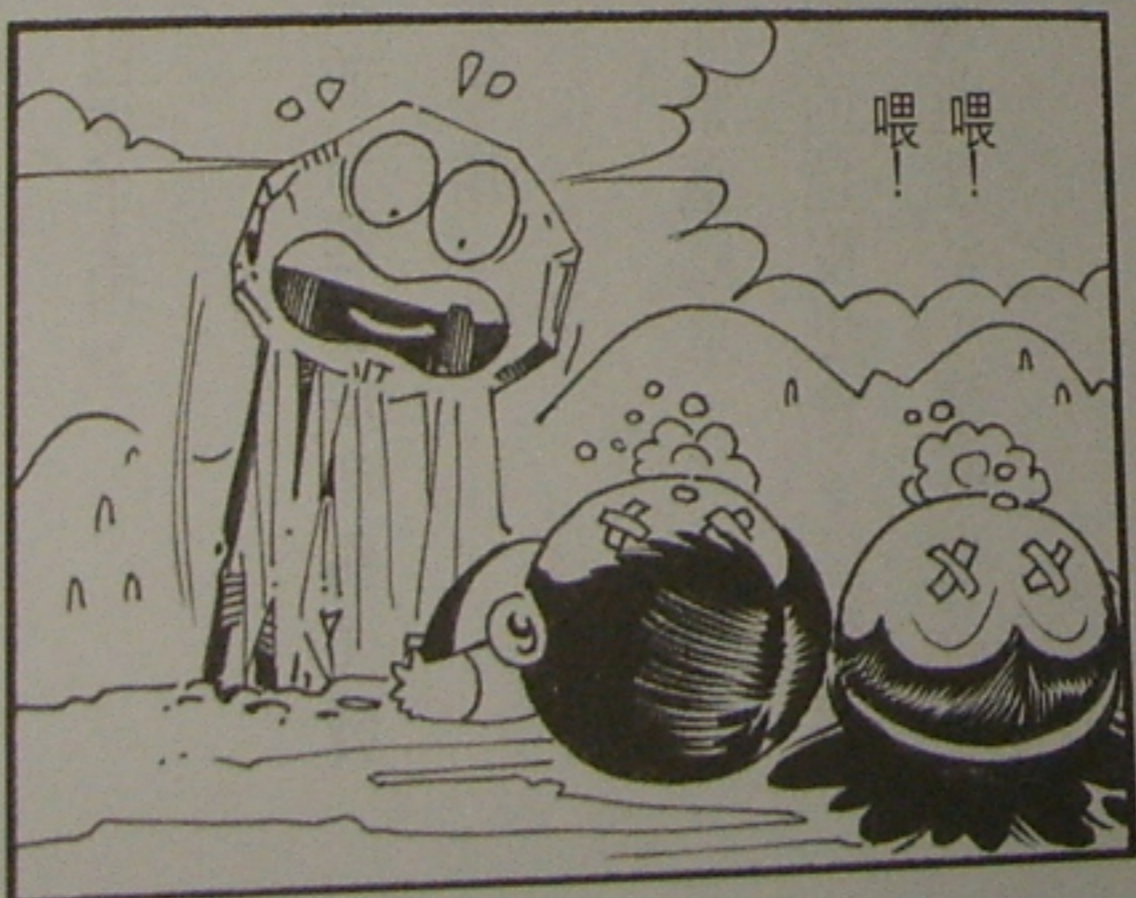
老公，我太  
感動了！它  
跟你一樣包  
皮過長，它  
一定深切明  
白我們的問  
題。只要我  
們誠心叩  
拜，一定可  
以生小孩  
子。



見你們這  
樣誠心，  
贈幾句給  
你們！



包皮過長常常有  
請教醫生疑難解  
注意衛生勤清潔  
姻緣美滿樂無憂



喂 喂

註

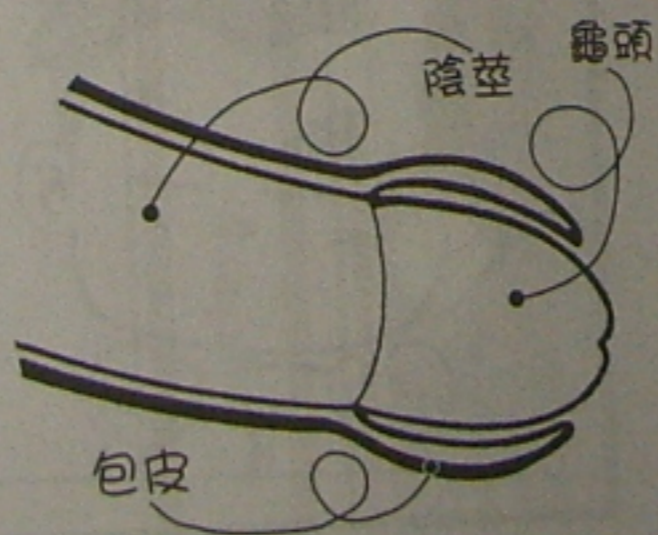
包皮：是指男性陰莖前端的皮膚，覆蓋著龜頭的那層鬆軟皮狀組織，並可以翻起，以便清洗內裡積聚的污垢。



III.

現時，香港的育嬰健康院，會檢查男嬰包皮生長是否正常，如有需要會進行包皮割除手術。若你懷疑自己需要進行此手術，請找你的家庭醫生商量。這屬外科的小手術，無須擔心。

- ③ 宗教原因：有些宗教如猶太教和回教的男信徒都需要接受割禮，即割包皮，信奉猶太教的小孩出生第八日便要行割禮。



問 甚麼情況下應即接受包皮割除手術？

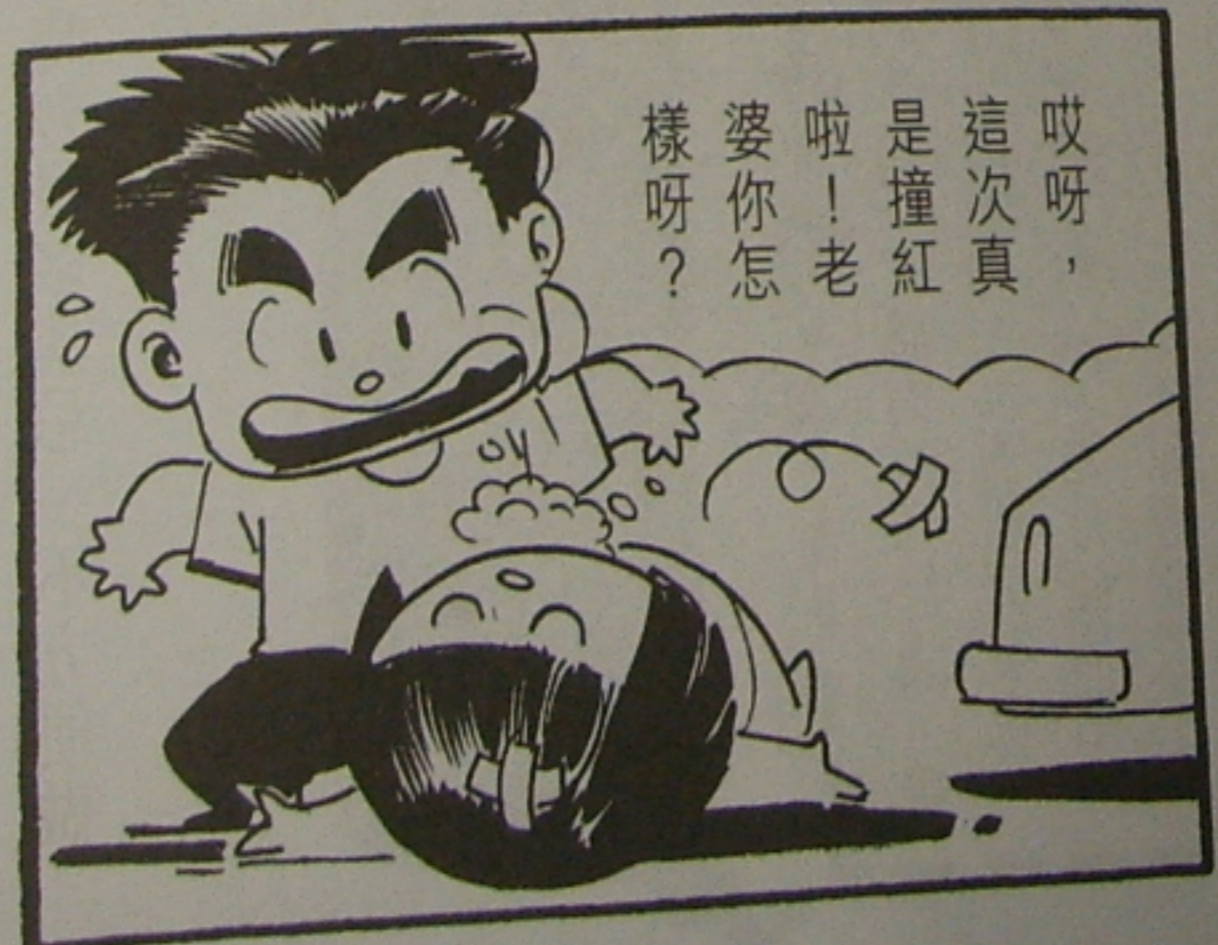
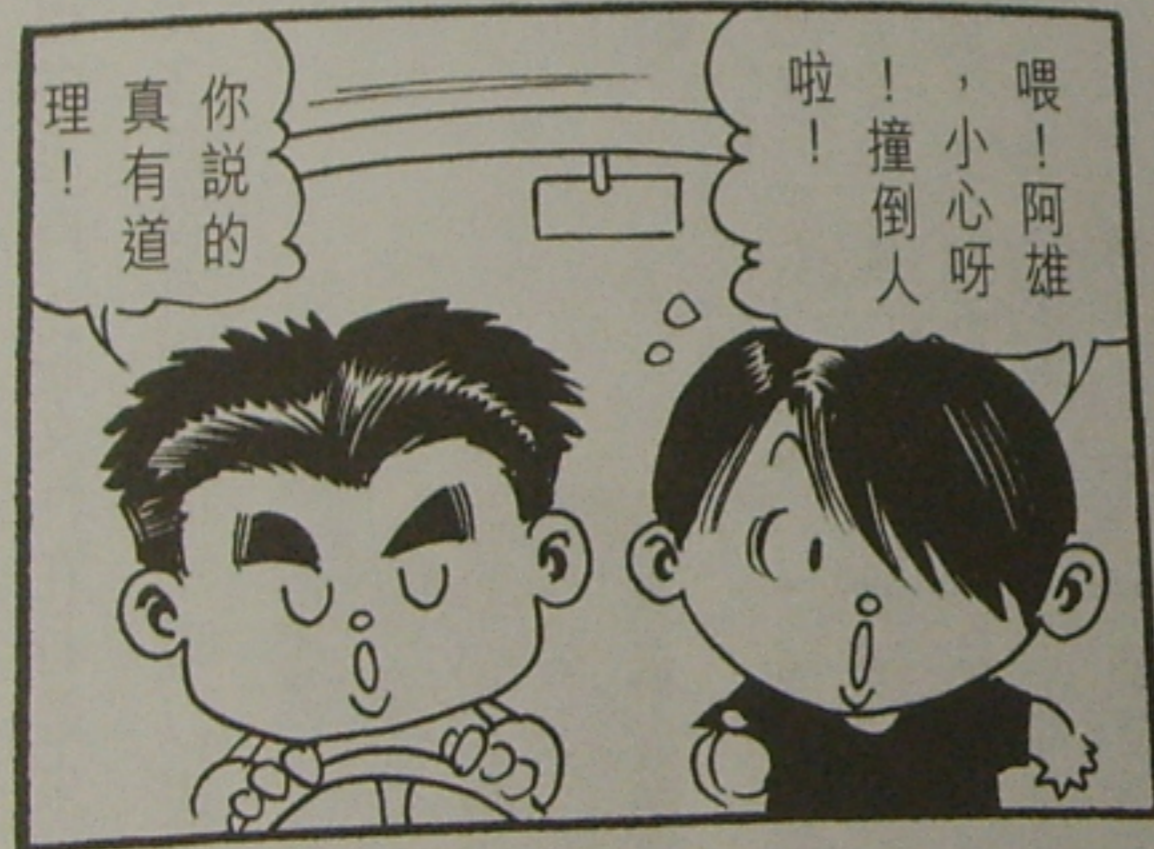
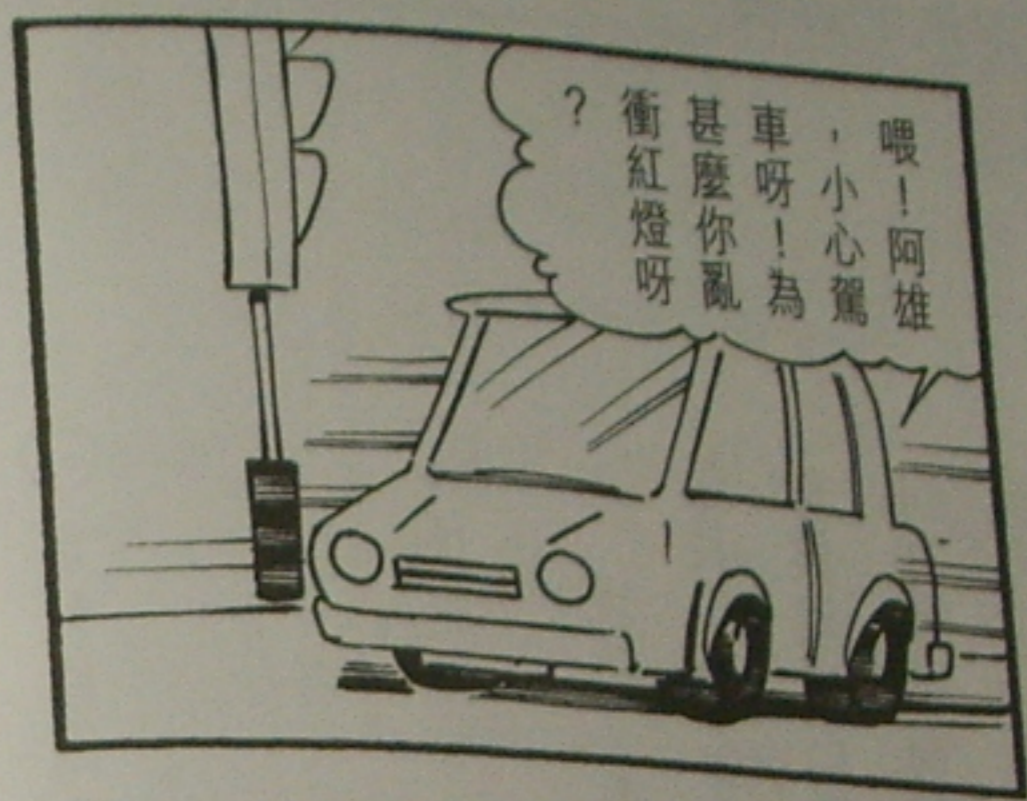
在以下的情況，你可能要考慮接受割除包皮手術：

- ① 包皮過長：若包皮過長，容易藏起污垢並引起包皮和龜頭發炎，這樣便需要接受割除包皮手術。
- ② 包皮過緊：若包皮過緊，即包皮口太窄而緊箍陰莖，不能向後翻，會引致小便時疼痛。過緊的包皮也會令陰莖因性衝動勃起時產生痛楚，影響性生活；這時也需要動手術割除包皮。

真性大白榴栗 10



撞紅不吉利？



III.

月經將來潮時，雖然荷爾蒙分泌量與平日不同，但對聲帶的影響不大，因此正確地使用嗓音是不會損傷聲帶的。

事  
實  
真  
相

2. 唱歌：  
會使喉嚨受損，容易造成聲帶破裂或聲帶結繃。

月經來潮時不適宜做的事情

藥：  
經痛沒有醫治方法，只能忍耐或躺在床上。

4. 吃止痛

月經來潮時不適宜做的事情

有些少女在月經前幾天或來經的第一天，會感到小腹脹痛，這稱為經痛。這是由於行經時子宮產生大量攝護腺素，使子宮收縮加劇，造成原發性經痛。但若有嚴重的經痛應該看醫生找出原因，有些是因疾病引起的繼發性經痛。若未能找出原因，在經痛時可服用止痛藥減少疼痛，不必只是死忍。

事  
實  
真  
相

5. 性交：  
經血是骯髒的，甚至在月經來潮，女性也是骯髒的，有些男性認為這時不應與女性性交，否則會不吉利。

月經來潮時不適宜做的事情

月經是女性具生育能力的一個重要記號，而經血是子宮內膜的剝落，並不是骯髒的分液物。在女性來潮的時候，也可以有性行為，不過這時女性身體比較容易受感染，容易引起陰道發炎，所以男女雙方要注重衛生，以免女方受到細菌感染。

事  
實  
真  
相

性  
追  
擊



在不方便的日子有甚磨事不方便做的？

在坊間有很多流傳，說女性在月經來潮時有很多禁忌，不方便做某些事情，但大多是沒有根據的，現以表列出如下：

月經來潮時不適宜做的事情

1. 拔牙：  
會造成流血不止的情形。

事  
實  
真  
相

每次經血量約三十五毫升左右，比起一次捐血兩百毫升至五百毫升少很多，況且經血來潮並不會降低血小板的數量而造成拔牙流血不止的可能，除非本身有血液的疾病。

月經來潮時不適宜做的事情

2. 運動：  
多做運動會讓子宮內膜剝落而造成分裂，也有人更認為劇烈的運動會使經血增加。

事  
實  
真  
相

適當的運動會使子宮肌肉得到舒緩，並不會造成經血的增加；反而研究發現，平常有慢跑運動的人，她月經周期的經血量有減少的情況，所以運動並不會使人的經血量增加。

真性大白檔案 II



12. 精液也有用盡時?



註「錫錫」：疊字，這裡用作做愛的暱稱。

那麼精子的健康又取決於甚麼因素呢？許多時候睪丸的溫度，乃至整個身體的健康狀況都直接影響精子的製造。這是因為精子要在溫度較低（約三十五至三十六度的攝氏）的環境下生存，在陰囊的睪丸正好溫度適合，但身體若是發燒或受感染，也會影響製造精子的能力。

若是健康，由青春開始不斷製造精子，而性腺亦不斷分泌精液，一生可射精多少次是沒有指定限額的。一般男性每次射精數目約四億，當然精子數目會因人而異，但若少於一億則有可能引致不育，另精子的形狀與數目亦會影響它的成孕能力。

**問** 精液是男性的精華所在嗎？

**答** 男性的精華是他的男子氣質與氣概，怎可能在精液呢？可能是精液含有男性精子，而精子藏有男性的遺傳因子，所以常叫人感到它有點神祕或是神聖吧！所以你要保存的是男子氣概：承擔責任、照顧他人、果斷英明……而不是你的精液呀！

**問** 一個精壯的男人，一生可射精多少次？每次又排出多少精子呢？

**答** 所謂精壯，我想你是指一個正常能生育的健康男性吧！一個人



真性大白糯米12

12. 男人射精時會小便嗎?



註

女性的陰道與尿道是分開的，而男性的陰莖則同時具有排尿和射精的功能。

先睪丸、附睪及輸精管的肌肉會有韻律地收縮，使精子推進到尿道。同一時間，尿道附近的性腺亦會收縮，分泌出液體與精子匯合。當陰莖充滿精液後，其底部的肌肉亦作出強烈的收縮，把精液射出，之後，陰莖會慢慢變軟，回復正常。

男性生殖器



問 男性在射精時為何不會小便？

答 尿液與精液不能共存，因為尿液中的酸性能殺滅精子。雖然男性的尿道同時有排尿及排精的功能，但它亦有天生的機制防止兩者相遇。當性交之時，男性的神經反射會自動禁止身體排尿，另外在射精之前，身體亦會自動分泌一些鹼性的液體來沖洗尿道，以防尿液留下的酸性會傷害精子。

問 男性射精時身體有何轉變？

答 當性交進入高潮時，心跳會加速，血壓上升，男性會射精。首

真性大白糯米 13









性  
問  
偉哥有副作用C

威而鋼 (Viagra, 俗稱偉哥) 是新近發現能改善男性不能勃起的藥物，它能使陰莖持續勃起，以達性高潮。不過沒有藥能醫百病，而且總會副作用。服用偉哥可能有頭痛、皮膚充血、腸胃不適、昏厥、暫時性的視力模糊等現象，如服用者身體狀況不佳，或服用過量，沒跟醫生指示，可能會因勃起太久而令性器官組織壞死，或引致行房時心臟病發等。所以服用改善性能力的藥物前，最好諮詢醫生，不要隨便濫用。

問 醫生如何知道病人陽痿的成因C

答 以往醫學界忽略了造成男性陽痿的生理因素，但現今大部分的醫生

已注意到性交能力不單是生殖系統的問題，也與身體的健康狀況有密切的關係，包括大腦、神經系統、脊髓、腦下垂體、甲狀腺、腎上腺和血管等等的系統的健康情況。醫生是怎樣判別造成陽痿的因素呢？他們先檢查生理出毛病的可能。醫生會測試病人血液的荷爾蒙的含量，來確定腺體功能是否正常，和檢查血液循環有否出現損壞，而影響男性性器官的血液流量。另外，他們還會測試病人夜間睡覺時的勃起情況與次數，就是把裝置器附在病人的陰莖上。正常男性在夜間會勃起三至四次，合共約九十分鐘。若測試結果證明性器官運作正常，就可以排除陽痿是生理問題造成的可能（雖然未必一定），這時醫生可轉介病人給性治療專家或心理輔導專家。

真性大白糯米 14





Birdshit... 雀屎

註：性能力：指性交和產生後代的能力。

III.

我叫 Joseph .  
不會早洩。



的地方，人容易缺乏安全感，另外亦可能是疾病所導致。新婚的男性或會因初次性交，心情緊張而早洩。若有這方面的困擾，夫婦二人應坦誠交談，分享大家的感受，找出問題的成因，也需要大膽向醫生提問，由他診治或轉介接受專家的心理輔導。其實遇到問題勇敢面對，問題已解決了一半。



問 何謂性無能?

性無能是指男性在性交上有困難，狹義是指勃起功能障礙 (erectile dysfunction)，簡稱 ED，即不能勃起；廣義是「無法充分勃起而產生滿意的性行為」，當中也包括早洩。這方面的困難可能由於心理或生理問題，但如今大部分的治疗專家從多數案例中，認為性無能主要是生理因素。

問 因何會早洩?可以怎麼辦?

早洩成因通常基於心理因素，例如：居住環境狹窄，缺乏私隱

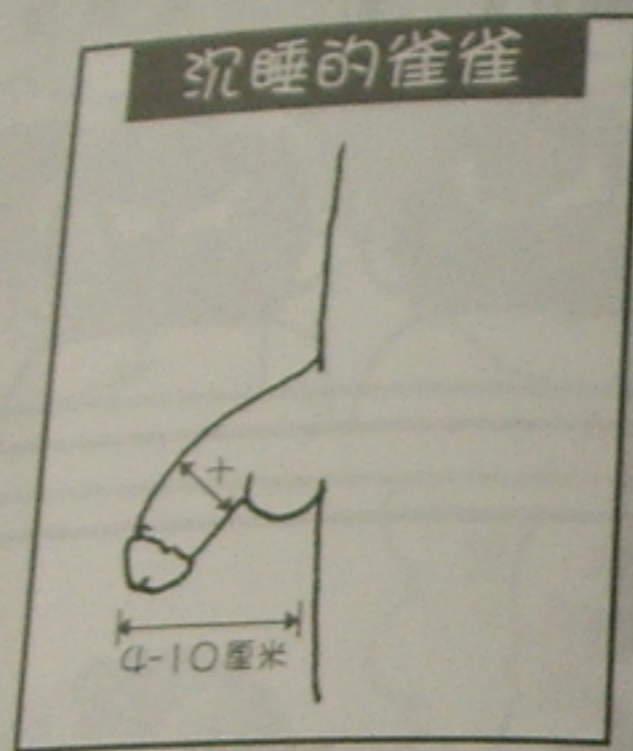
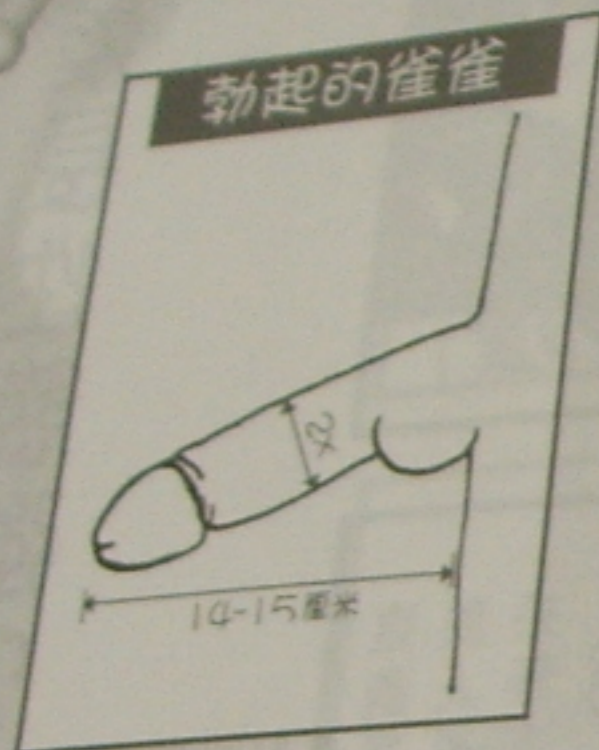
真性大白檔 15



16. 鼻大等於「雀雀」大C.



III.



問 沉睡的「雀雀」和勃起的「雀雀」在大小與外形上有何分別？

成人陰莖在鬆弛和勃起時的尺碼和形狀變化很大，但各人的情況都不同。有時三至四厘米的鬆弛陰莖可增至十四至十五厘米；而鬆弛時是十厘米的陰莖，可能只可再增長四至五厘米。至於直徑方面，勃起的可能比平時的大一倍。而形狀方面，有些陰莖勃起時是直的，但有些可能是彎曲的，只要不妨礙將來的性生活，是沒有問題的。



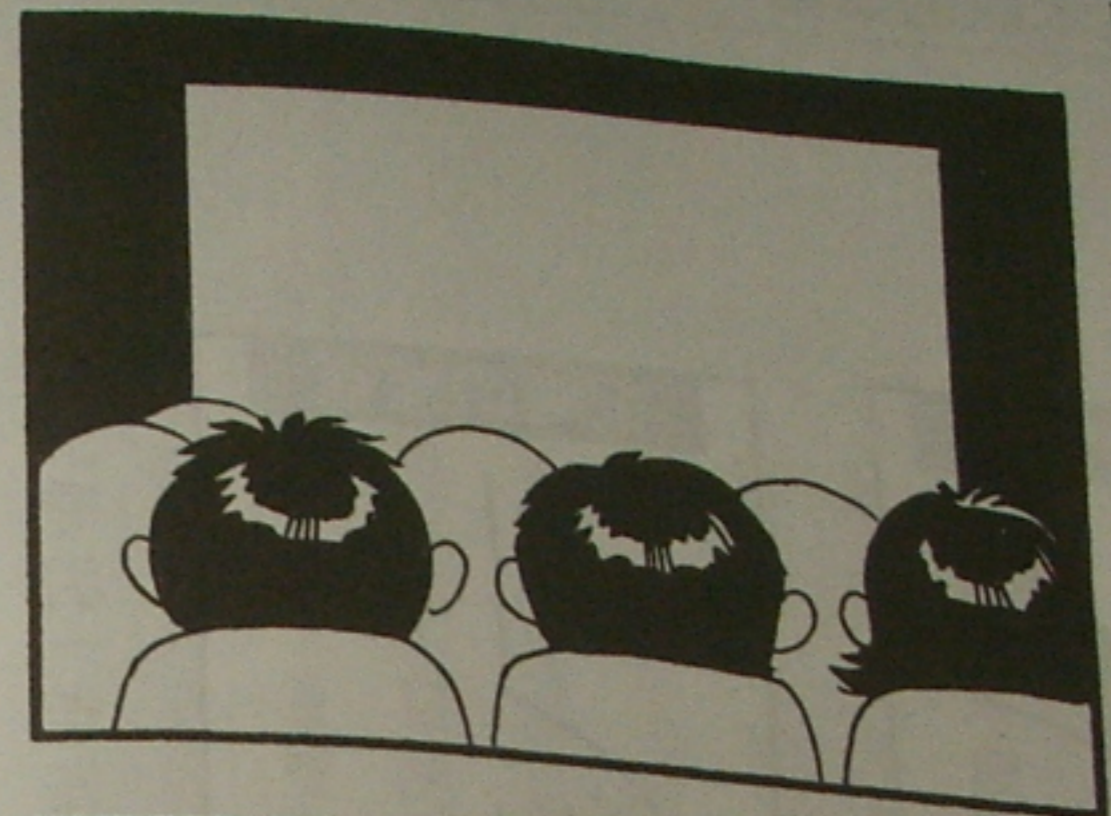
問 陰莖的大小與性能力有沒有關係？

陰莖的大小一如身體其他部分一樣，是因人而異，也沒有標準的尺寸，不用擔心自己的是否正常。陰莖的大小不會影響男性的性感受和性能力，但許多人也潛意識地認為陰莖愈大，男性的特徵愈顯，性能力愈強。其實性能力怎樣才叫強呢？是勃起的時間？是叫女方得性滿足的能力？請不要把女性看成是性飢渴的，真正的性愛滿足絕不單純是肉體的，而是愛與被愛的感受，男方的尊重、溫柔與呵護，及雙方心靈上的契合才是最重要的。試問性生活的美好，又怎會只取決於陰莖的大小這麼簡單呢？

真性大白檔案 16



19. 毛髮長性慾強?

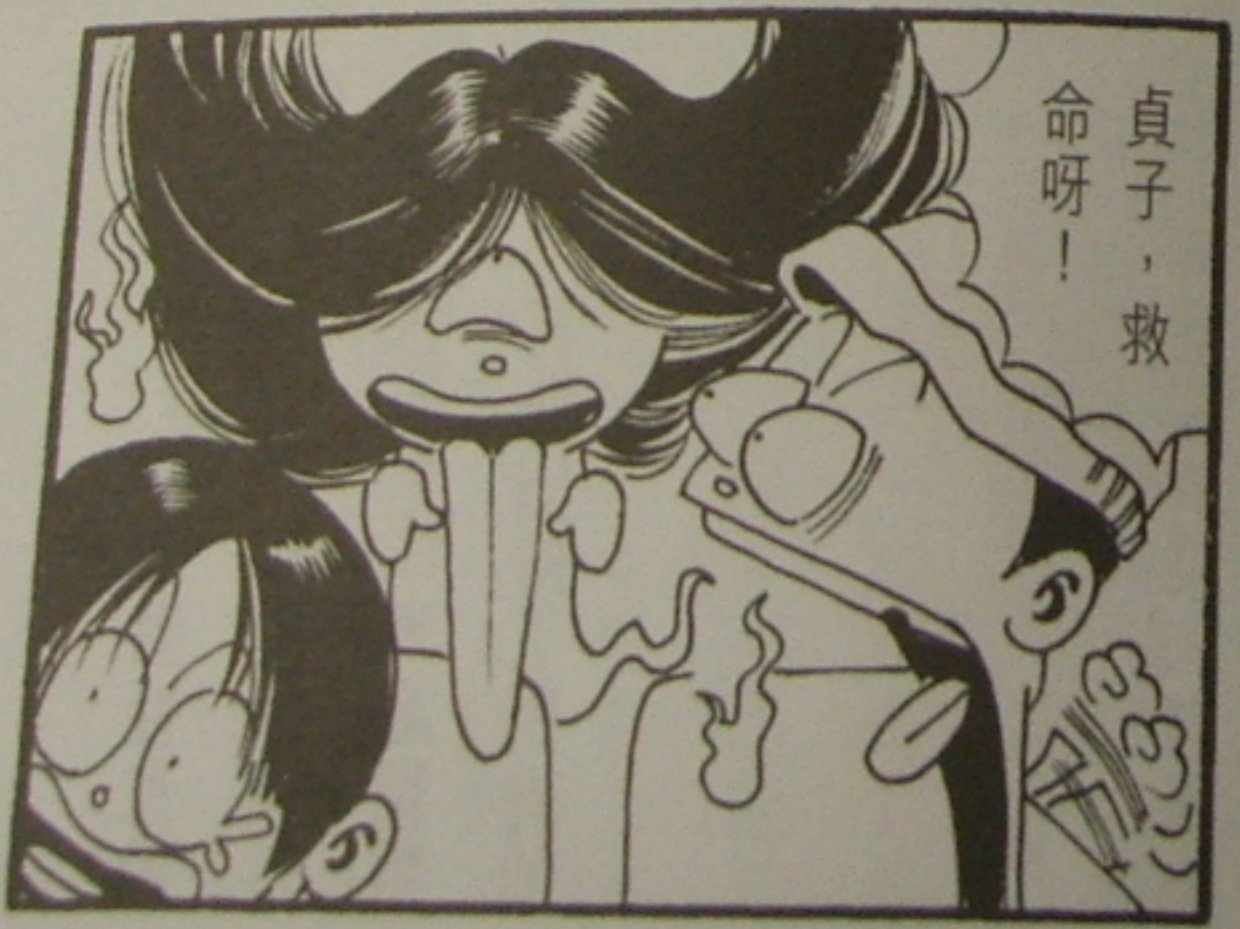
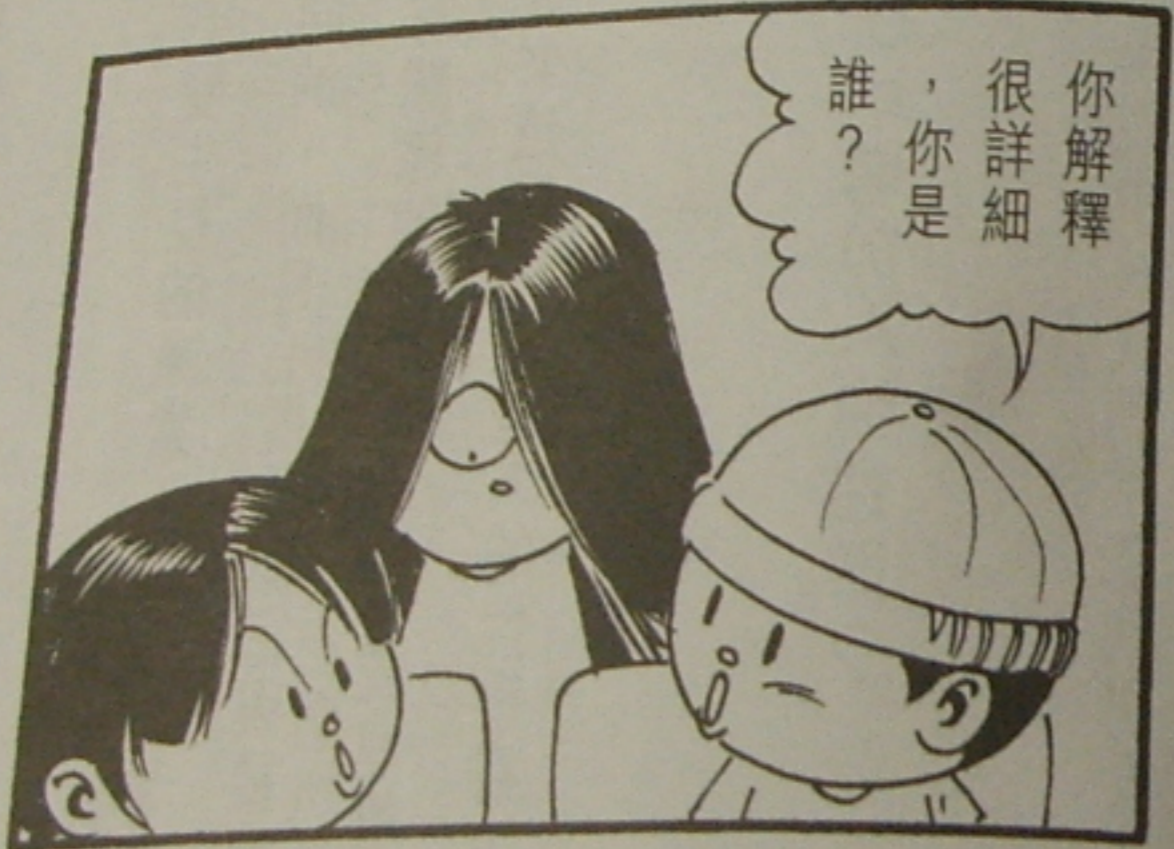


不要說，快  
放映了。

這齣電影  
聽人說很  
恐怖！

你看，這  
女鬼頭髮  
很長，很  
恐怖！

是呀！你有沒有  
聽過「毛髮長性慾  
強」？我看這女鬼  
的性慾很強。



其實每一個  
人到了青春  
期，身體產  
生性激素刺  
激生殖器官  
的成長，是  
性慾的泉源  
。而控制毛  
髮生長的激  
素是另一種  
，所以毛髮  
長與性慾強  
是沒有關係  
的。

你解釋  
很詳細  
，你是  
誰？

貞子，救  
命呀！



問  
毛髮長真的性慾強?

問 控制毛髮生長的激素，與男性睪丸或女性卵巢產生刺激性慾的激素是不同的，而且毛髮的濃密與長度受遺傳及環境所影響，與性慾強是沒有關係的。許多人總愛拿性來說笑，或是拿性來謔稱對方，甚至拿來炫耀，這些人的性慾雖不強，但也被性佔據了所有的心思意念。

問 有甚麼藥可以增加人的性慾?

問 在武俠小說中，我們常聽到男女主角吃了甚麼催情果、春藥後

亂性，發生性行為。但在現實生活中，縱使人千方百計去搜尋良方，卻找不到甚麼可以叫人性慾突然強盛的春藥。其實，「春藥」(aphrodisiacs)一詞源自古代希臘愛神 aphrodite 的名字。在古代，希臘人認為蜜糖、狼的尾巴、蛇的骨頭有催情作用，法國人則以蕃茄為催情果，甚至人參、犀牛角也被看為可增加性能力。今天不少人以為酒精或一些精神科藥物能增加性慾；的確，酒精能令人舒懷、放下一些禁忌，但同時也令大腦壓抑性功能，而後者的影響往往大過前者，甚至造成不舉。

真性大白糯米 17

我不知生命是從何而來。

隨隨便便男男女女也可以搞出人命？

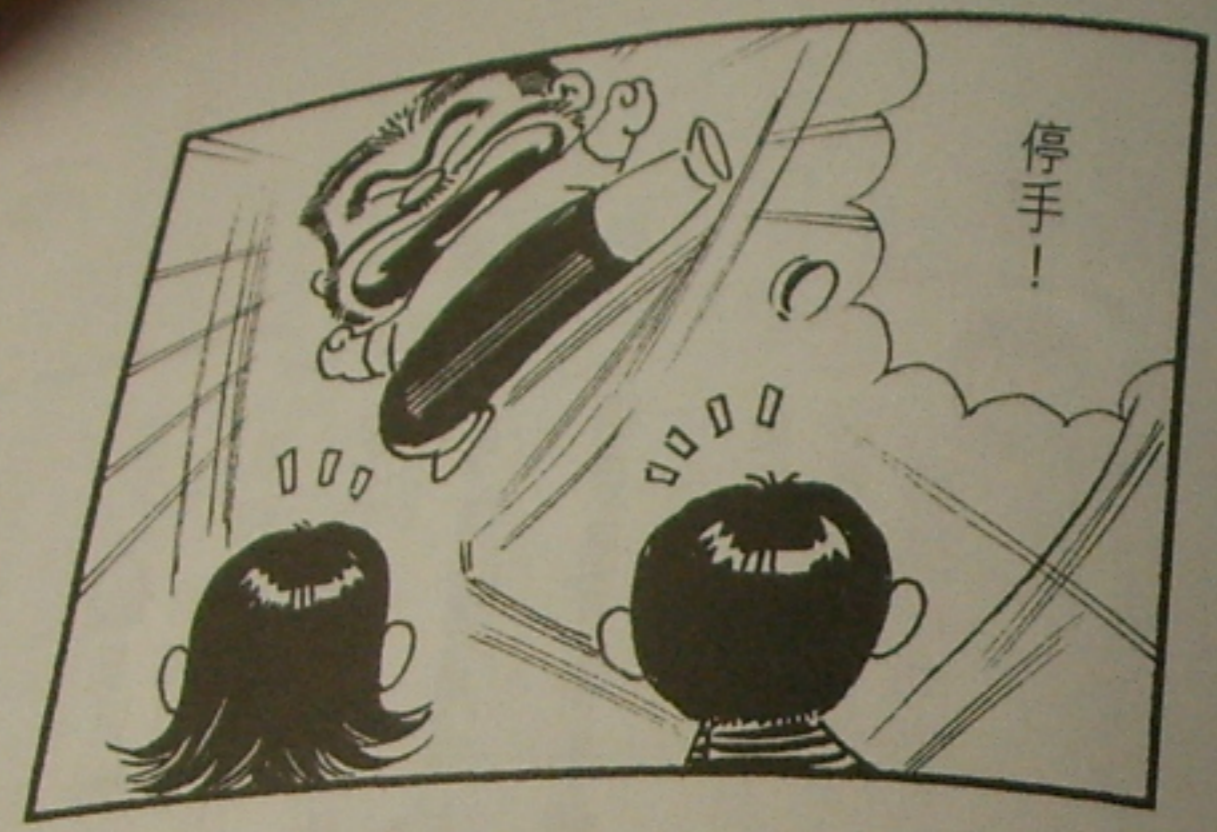
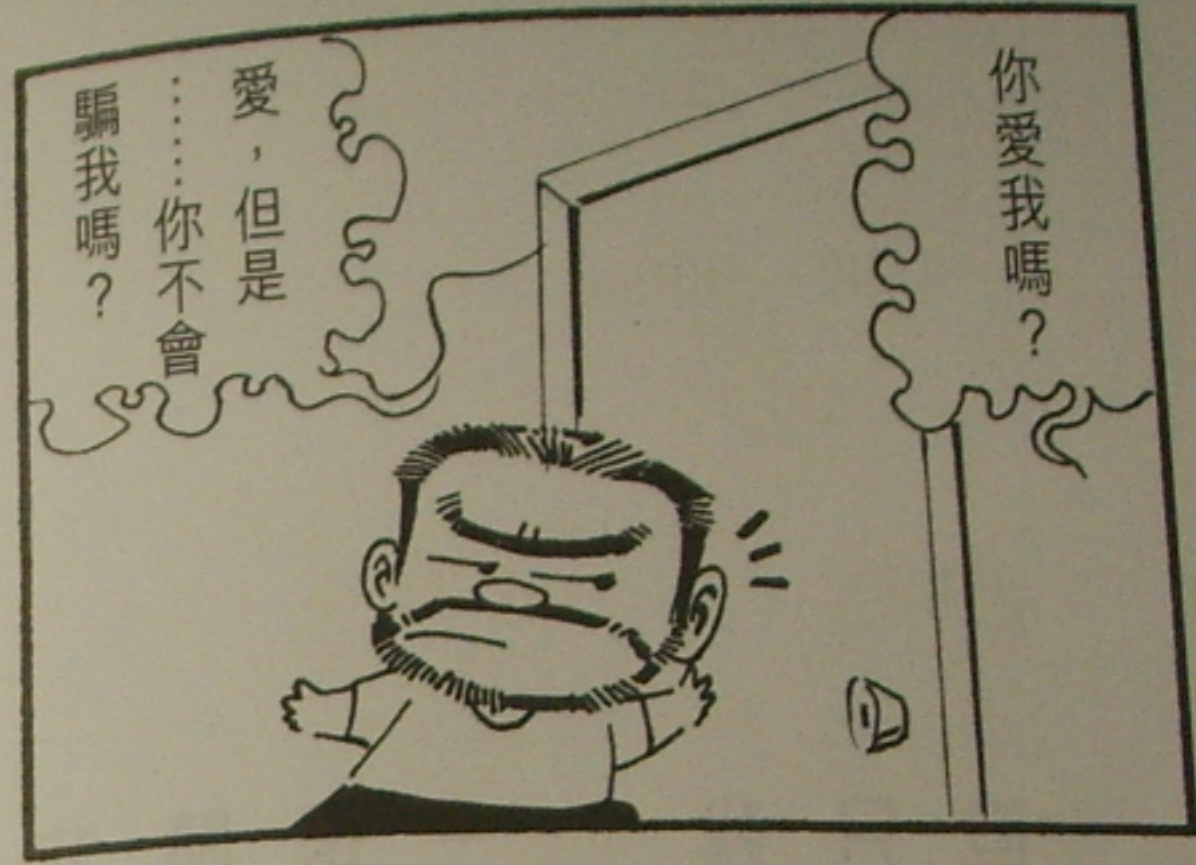
是是但但男男女女也可以感染愛滋？

一定要帶套嗎？不吃藥如何？

我懶理甚麼叫愛滋，也不想去知，  
只想隨隨便便是是但但，以後各不相干。  
但真的可以嗎？









請問有沒有無後遺症又方便又便宜又天然的避孕方法？

真有！只要你不性交便可以了。其實直至目前為止未有百分百有效和沒有副作用、又便宜的避孕方法，凡事都要付出和顧及後果呢！但有趣的是，自遠古以來，男人和女人已開始運用各種方法避孕。許多人千方百計想了許多奇怪的招數來避孕，立時抽出體外射精只是其中一個而已，看看它們是否行得通？

真性大白糯米 18

IV.

避孕傳聞 1

把檸檬放入女性陰道



你以為：

檸檬的酸性可以殺精，因精子要在鹼性的環境下才能生存。



神鳥說：

不錯，理論是對但方法錯誤，放入的檸檬未必能接觸到進入的精子，絕不能殺精，反會傷身。

避孕傳聞 2

立時抽出、體外排精



你以為：

不讓精子進入女性體內，趕盡殺絕！



神鳥說：

在性行為的過程中，男性的陰莖會在興奮時流出一些液體，來潤滑輸精管，以便順利射出精液，這些液體亦會含有精子，而且有足夠的數量令女方受孕。

避孕傳聞 3

女性性交後小便



你以為：

用尿把精子沖走，叫精子無所遁形。



神鳥說：

女性的陰道及尿道是分開的，精子進入的是女性陰道，任你有多少泡尿也無濟於事。



## 避孕的疑案

### IV.

如果你真的愛我，就應該  
同我上床！  
如果你真的愛我，你就不  
要逼我做我不想做的事！

你也不想人說你不是真正  
男人(女人)？  
上床根本不能證明是不是真正的  
男人(女人)，總之我現在不想！

我們已是大人了，你想  
還是小孩子嗎？  
就因為不再是小孩子，  
我們才要想清楚。

我們上次都嘗試過，為甚麼  
這次你又不肯？  
我上一次沒有想清楚，所以  
這次一定不會那麼衝動！

(內容引自家庭計劃指導會青少年性行為小冊)

當對方要時，我如何說「不」呢？

每個人對身體親密程度的要求和感受都不同，情侶之間應在冷靜和理智的情況下，共同商議可以接受的親密界線：拖手、擁抱、接吻、愛撫、性交，並要知道身體上的親密接觸亦容易引起性衝動，愛侶的親密行為，如單程路一樣，只向前、難退後，親密的程度往往會愈來愈深。所以避免二人單獨留宿，共同緊守界線是重要的。但當對方要求與自己發生性行為時，如果我們不願意，便應該堅持原則，無須因拒絕對方面而感到歉意，或害怕失去對方。

## 性追擊

### 避孕傳聞 4 性交後上下跳動

精子進入女性體內後，是會循著女性分泌的液體游動，靠著尾巴的擺動上游，自強不息。

神鳥說：

你以為：  
用強烈的跳動，把精子震至頭暈，廢其武功。

### 避孕傳聞 5 站著性交

不是說了嗎？精子是會自強不息，不會因為姿勢或跳動而不能與卵子匯合成孕。

神鳥說：

你以為：  
因著地心吸力，精子不能向上。

### 避孕傳聞 6 哺乳期間性交

但這是需要二十四小時內哺乳六次以上，一旦哺乳次數少了，催乳荷爾蒙分泌水平會降低，可能在月經未來前已有排卵現象，事實上有很多婦女是在哺乳期間懷孕的。

神鳥說：

你以為：  
哺乳期間，腦下垂體會分泌出催乳荷爾蒙，它能推遲月經的恢復和排卵。



羅馬里奧  
傳球給朗  
拿度，把  
球射入  
網，追成  
一比一平  
手。

好球!



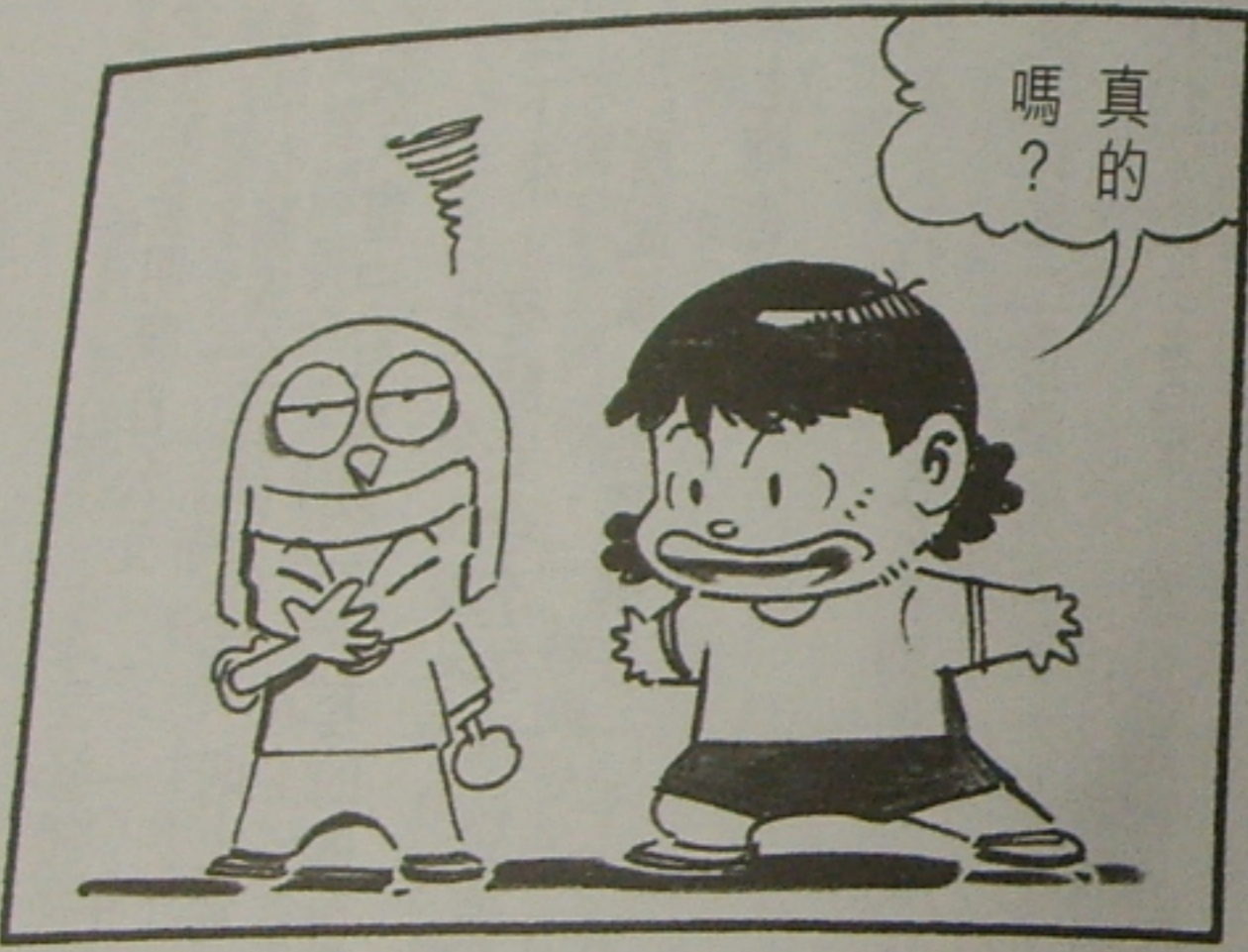
阿傑，為  
甚麼你默  
不作聲，  
是否輸了  
球呢？



我突然想  
起，如果這  
個網可以阻  
止球兒前  
進，同樣，  
穿著內褲做  
愛，不也就  
可以阻止精  
液進入女方  
的陰道嗎？



傻瓜！精  
子是很小  
很小的，  
加上內褲  
的物料有  
很多小  
孔，所以  
隔著內褲  
射精一樣  
會令對方  
懷孕的。



真的  
嗎？



不要再發  
夢了！你  
連女朋友  
也沒有，  
還常常想  
著射精！

安全套究竟誰發明的是呢？

據說，安全套的發明源自公元一二二〇年的古埃及，主要是為了防止性病的傳染。而最早有關安全套的記錄，則大約在公元前二〇〇年，當時在法國 Combarelles 洞穴畫中有類似安全套的圖畫。

第一個被記錄下來，有關安全套的描述是在十五世紀，由一名意大利人 Gabrielle Fallopius 所記錄，他聲稱在一千一百名男人使用安全套的實驗中，沒有一人感染上梅毒。

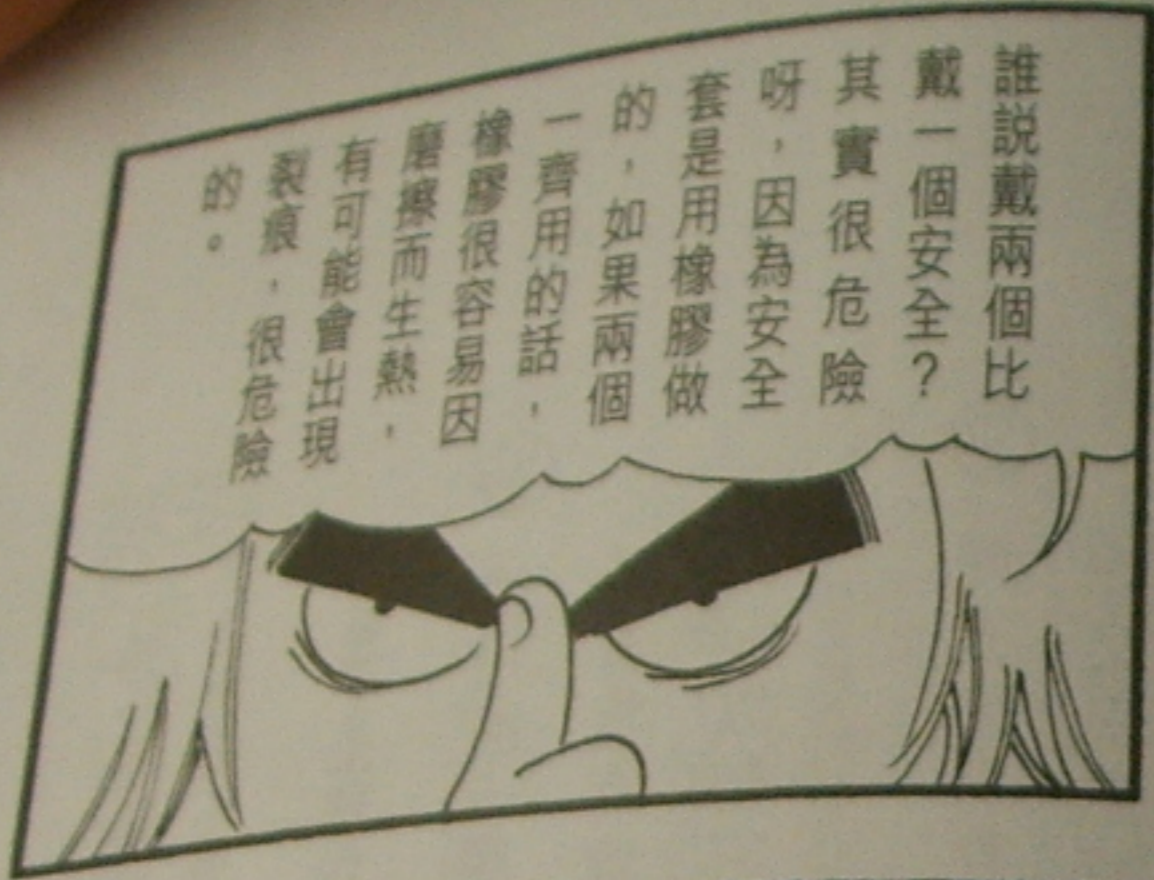
至於安全套的英文名稱 condom 的源起則不得而知。有說是由它的發明者而得名的，據聞查理二世就曾召見一個名為 Condom 或 Conion 的人。但亦有說此名來自拉丁文 *condus*，意思是容器。

約在十七世紀，用動物腸所做的安全套已很受歡迎，許多店鋪也有安全套的廣告及傳單。當時的文學作品中，也指出安全套不單為了防止感染疾病，其功能已推廣至避孕用途。

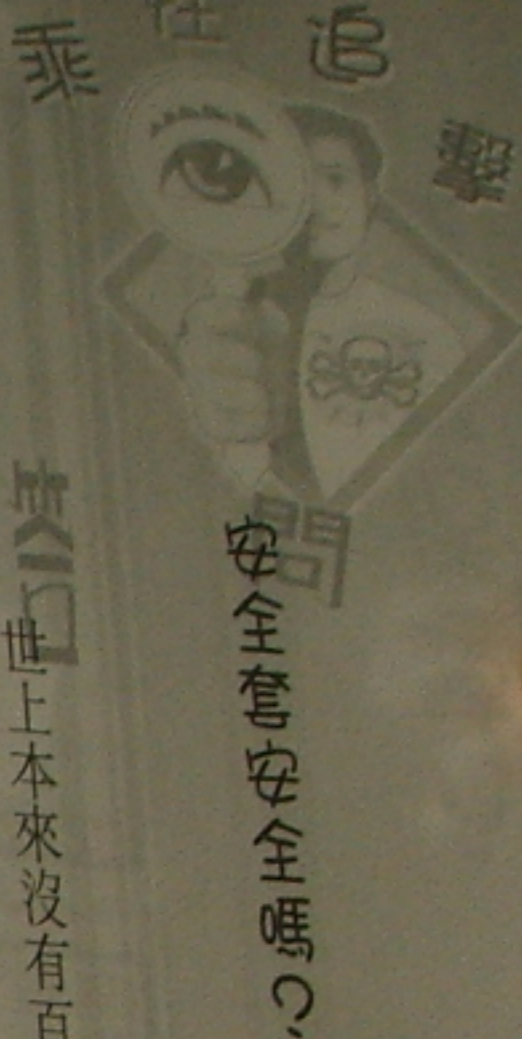
十八世紀的英國，安全套是由亞麻和動物皮或動物膀胱製成的。十八世紀日本人常用的安全套有兩種，一種叫 Kawagata 或 Kyotai，是用薄的皮製成，另一種叫 Kabutogata，是由龜和牛角所製的。

到了十九世紀橡膠製造技術有突破的發展，安全套便可有更佳的彈性，以較低的成本大量生產。二十世紀三十年代，乳膠出現，代替了過去所用的縐膠。時至今日，新科技提升了安全套的質料，市面的安全套更堅韌亦更薄。

真性大白梅毒 19



- ③ 出，它們可能會進入女性陰道而成孕。
- ④ 當男方射精後，陰莖應盡快離開女方身體，因為陰莖在射精後會收縮，留在安全套的精液很容易倒流入女方體內。
- ⑤ 將安全套抽離時，應用手指緊按安全套的底部，防止精液漏出或安全套滑落。
- ⑥ 若想提高避孕效果，可加外用避孕藥物，避孕效果可高達百分之九十七。



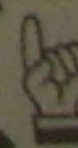
安全套安全嗎?

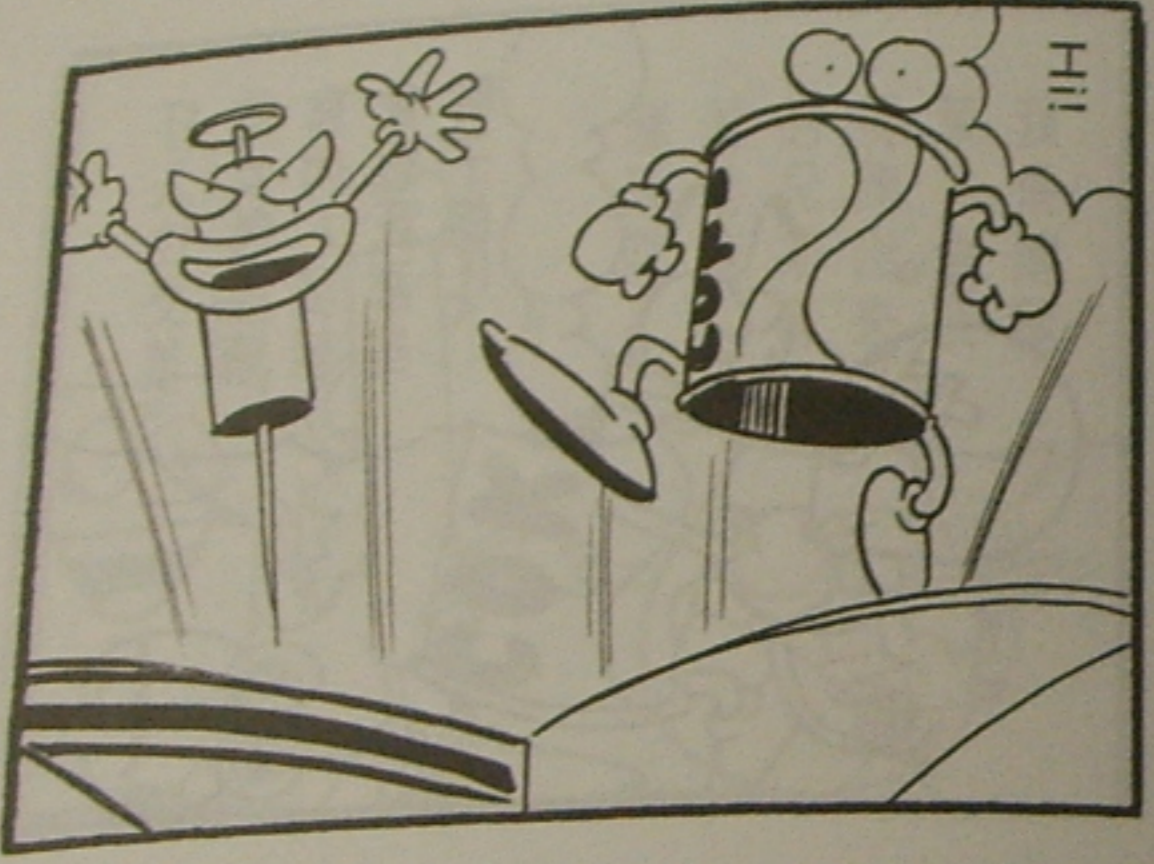
世上本來沒有百分百安全的避孕方法，而造成安全套不安全的原因，主要是使用不當，另外也與安全套本身的品質有少許的關係。

以下是使用安全套應留意的地方：

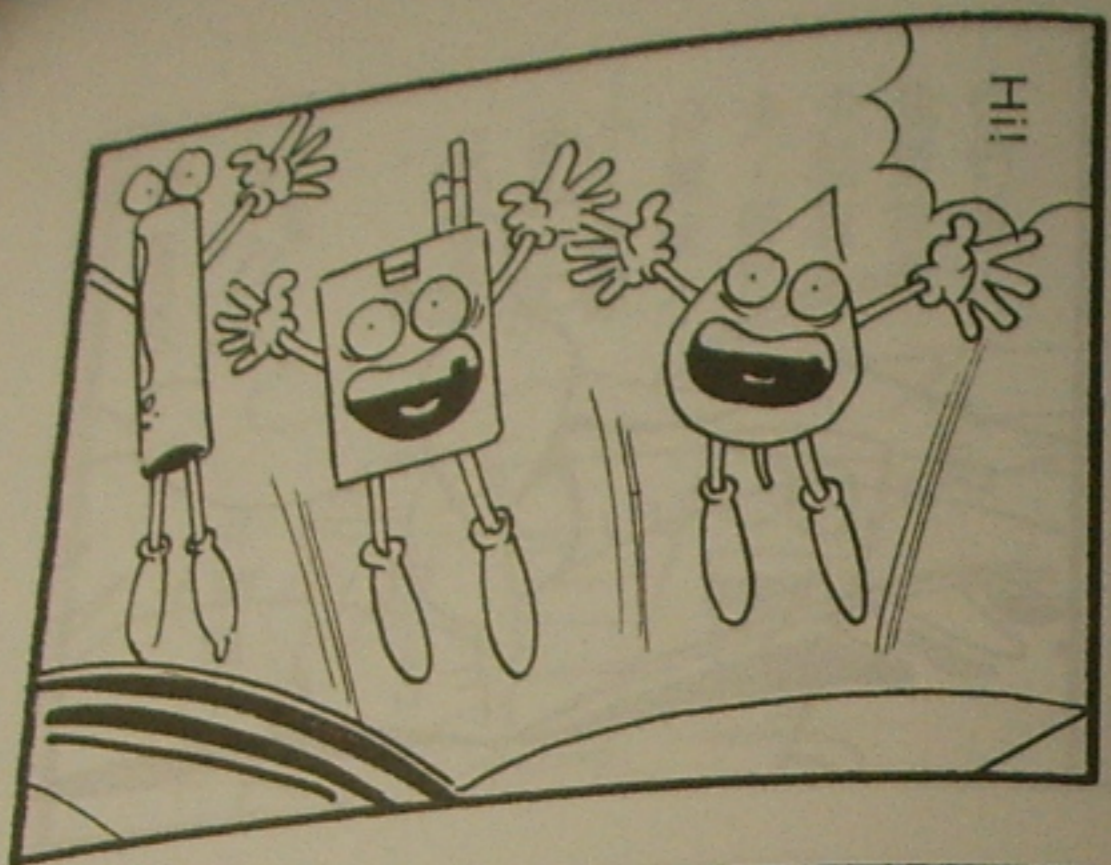
- ① 使用前，應檢查安全套的有效日期，是否有符合標準的印記，以及有沒有穿孔或漏氣的情況，並要將安全套頂端小囊的空氣擠出，以防它在射精時因壓力太大而容易破裂。
- ② 雙方未有性接觸前，男方應在陰莖勃起後先戴好安全套，避免性交中途時戴上，因為在開始有性接觸時，已有少量精液流出。

真性大白檔栗

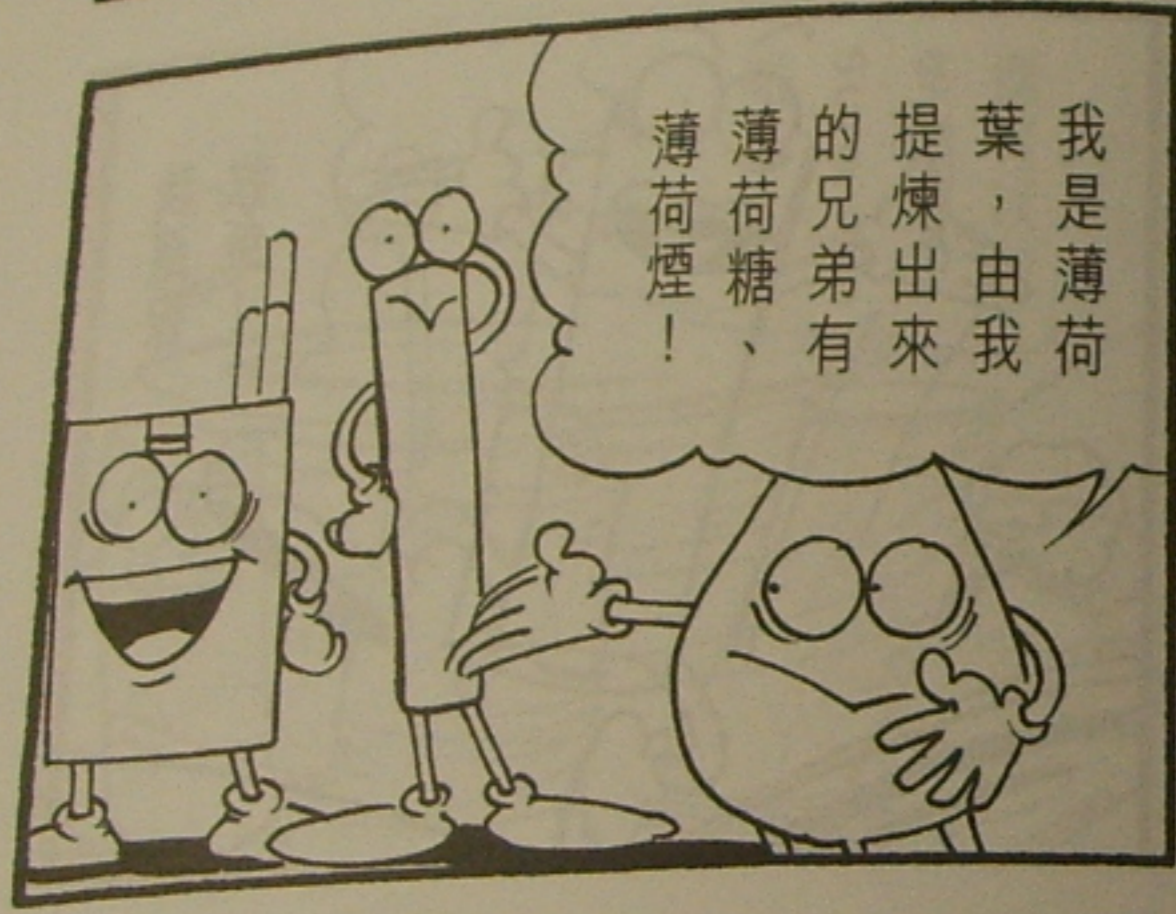








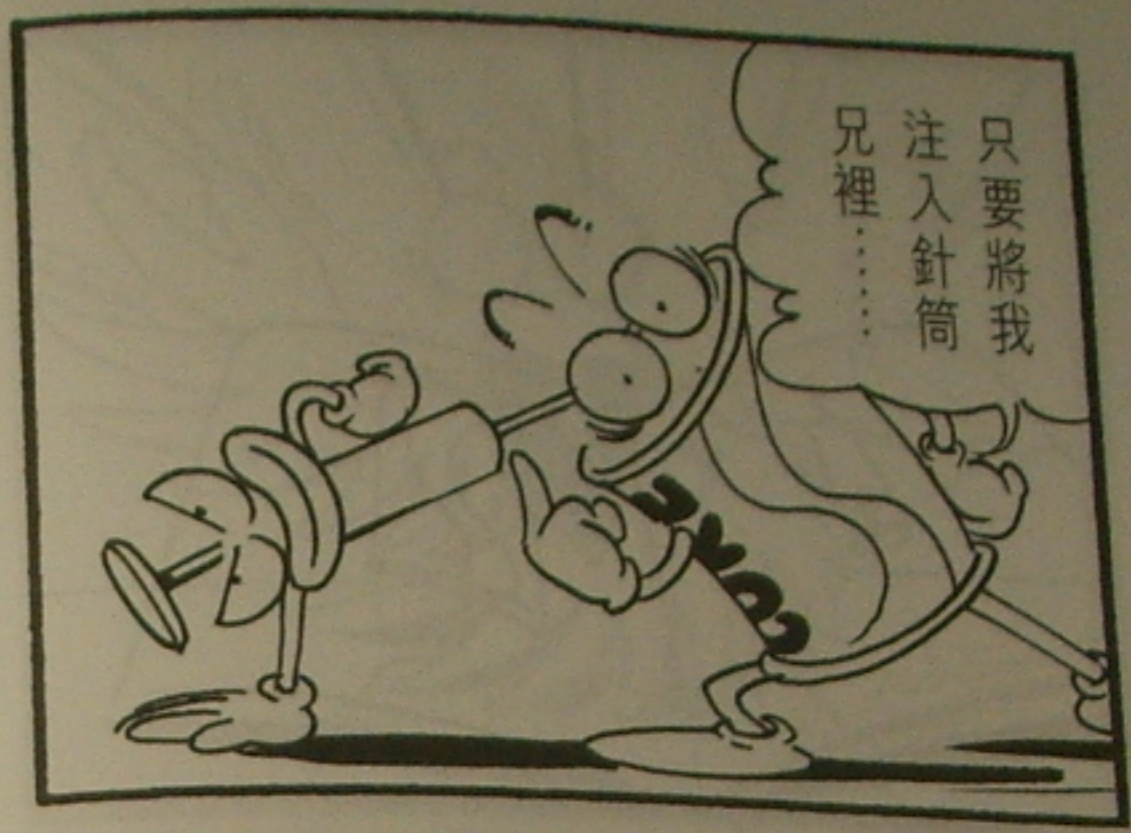
三



我是薄荷  
葉，由我  
提煉出來  
的兄弟有  
薄荷糖、  
薄荷煙！



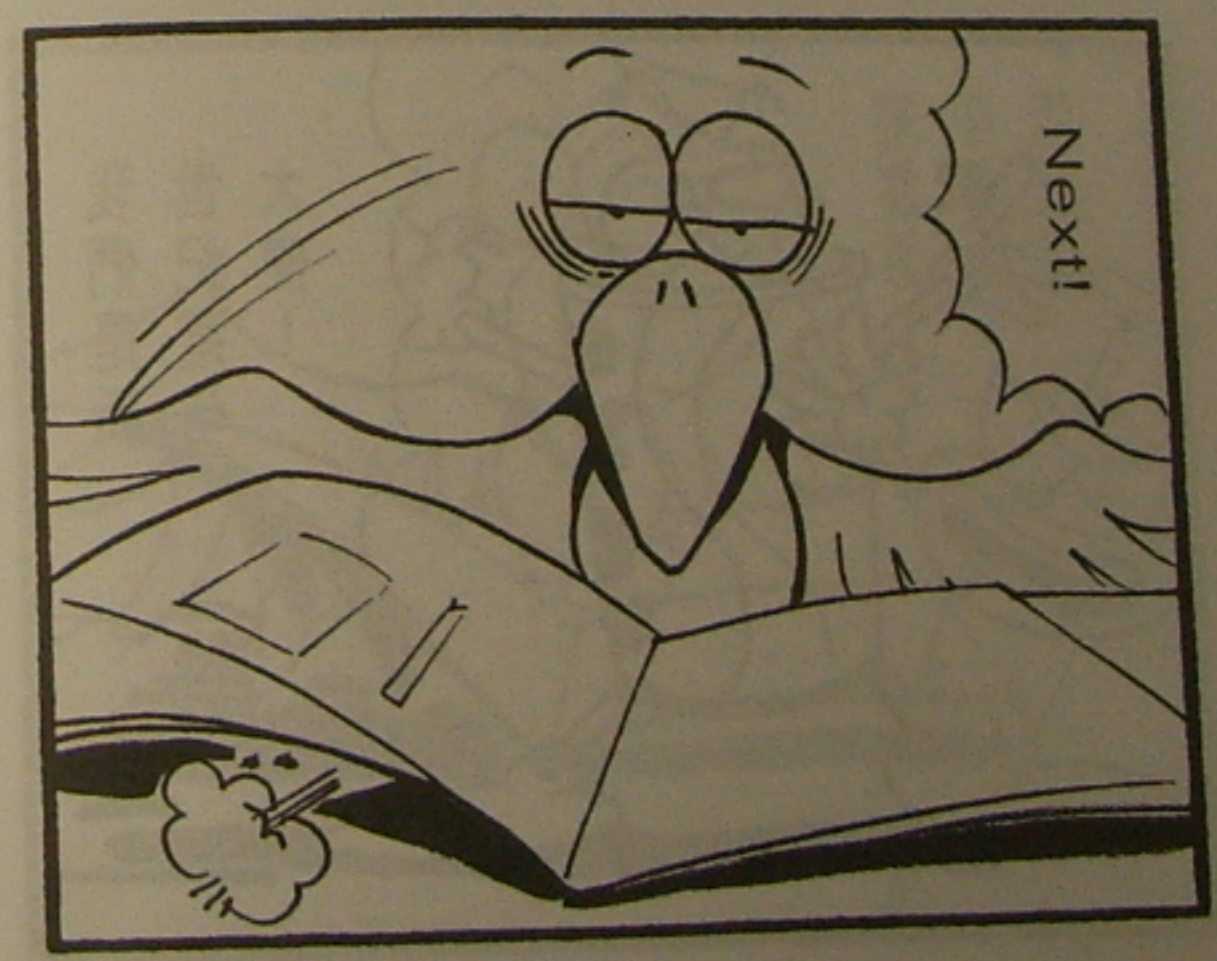
他們完全  
可滅絕精  
子兵團，  
不再令女  
性懷孕，  
哈哈！



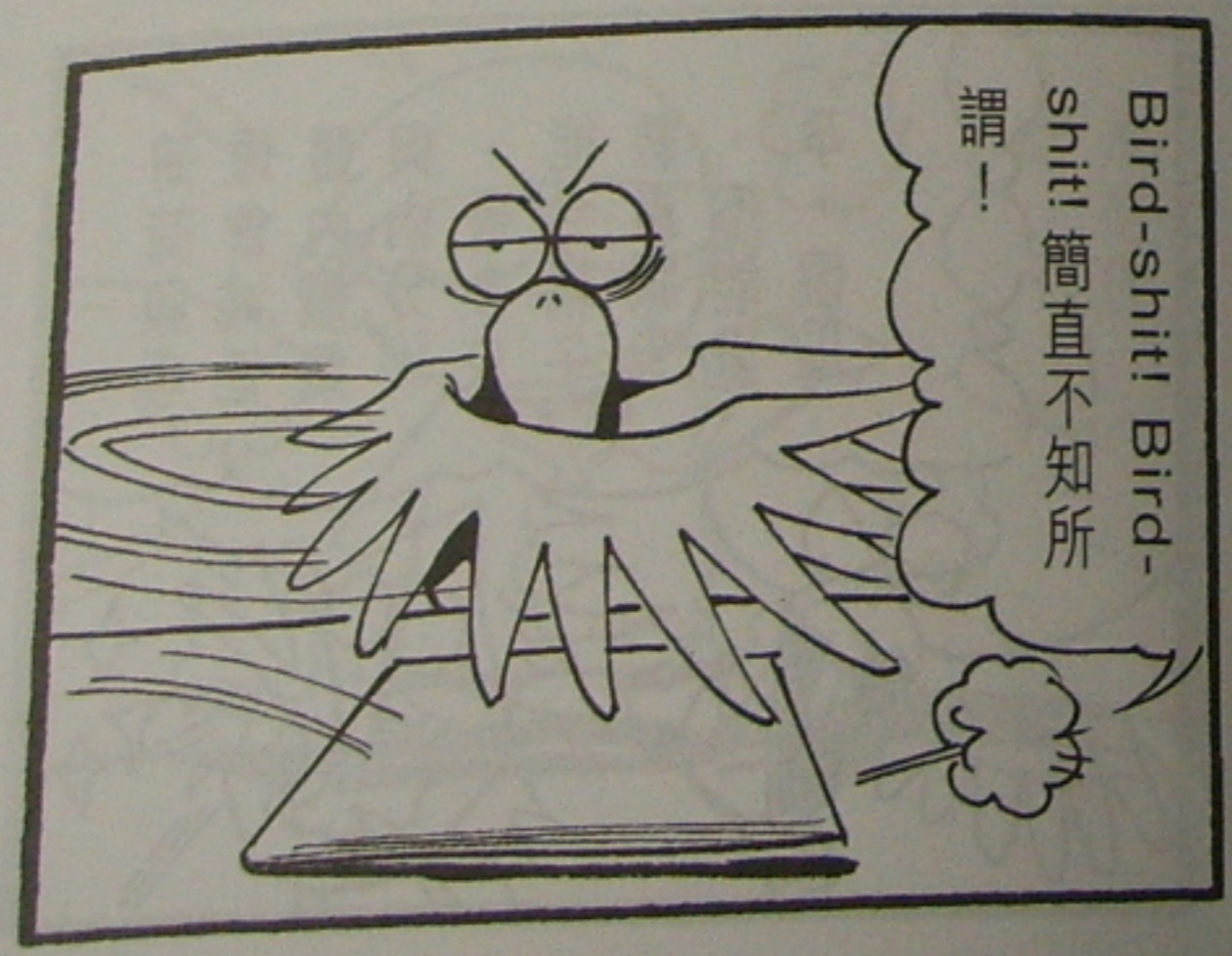
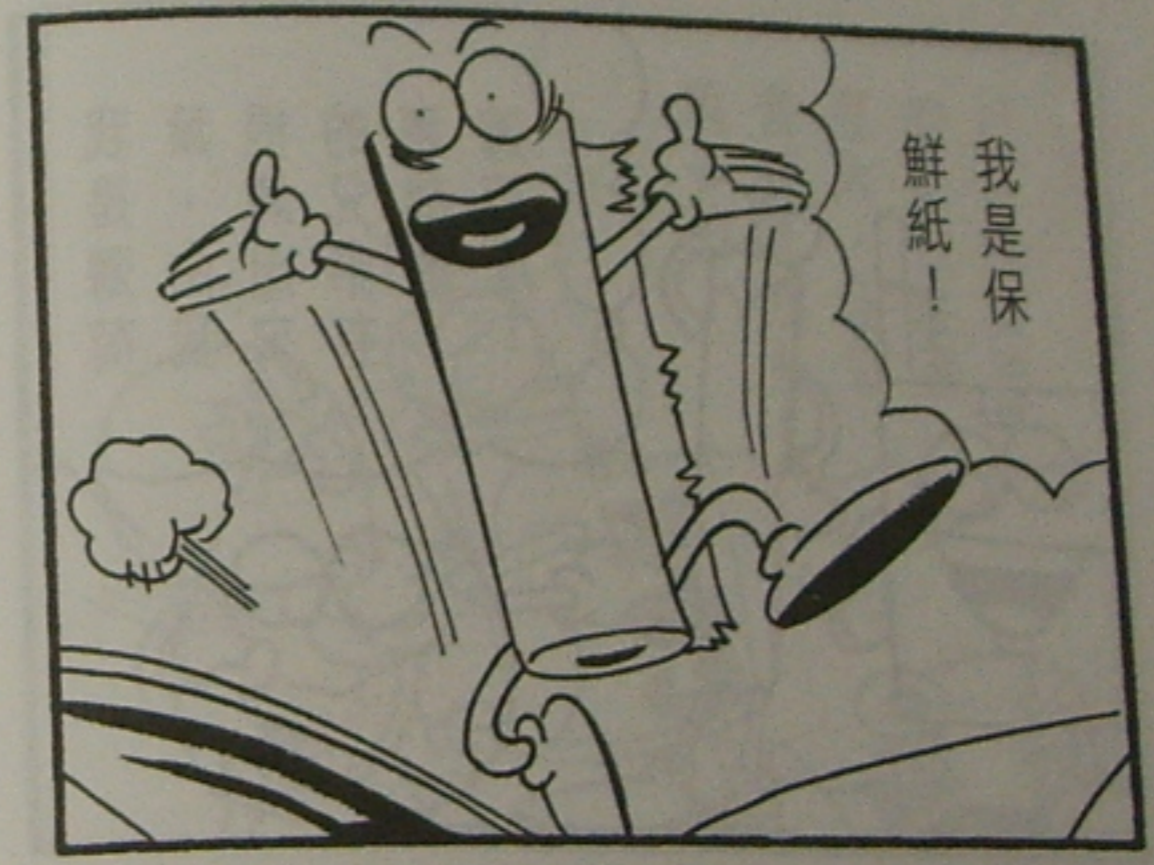
只要將我  
注入針筒  
兄裡……

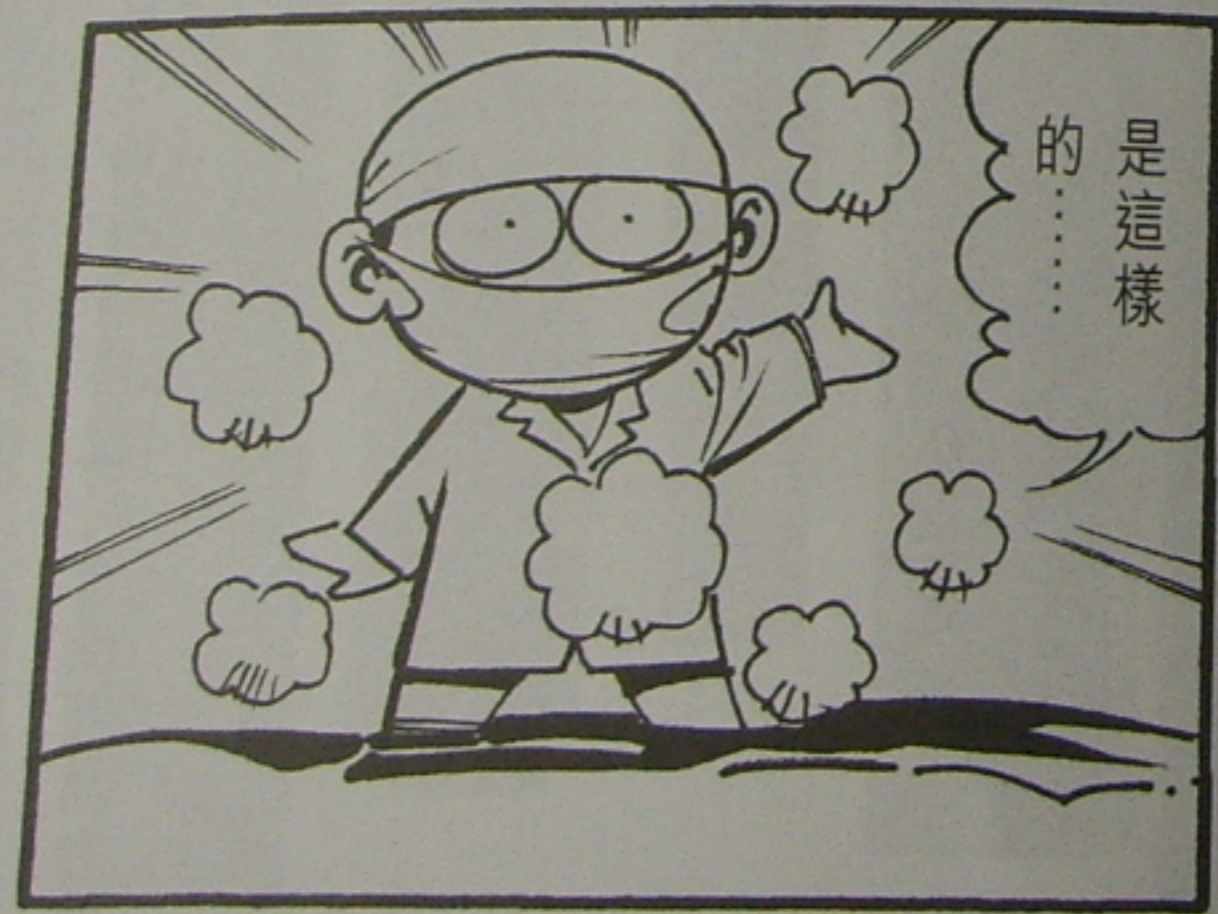


打入性交後  
的女性性器  
官內，我就  
會殺死那些  
精子的！



Next!





IV.

- 10. 安全期
- 9. 外用避孕藥
- 8. 避孕針
- 7. 口服避孕丸
- 6. 子宮環
- 5. 宮頸帽

原理

原理

原理

原理

原理

原理

在女性受孕期避免性交，即排卵的前後七天，而排卵期在經前十四天。計算排卵期的方法包括日曆計算、體溫變化記錄及子宮頸黏液變化觀察三種。女性若月經周期不規則、患病、生育或近更年期，排卵和體溫或會有變化，不宜採用此方法。

殺死精子或使精子失去活動能力，功效不高，最好與其他有效方法配合使用。

成分為荷爾蒙，抑制卵巢排卵，減低受精和受精卵著床的機會，效果理想。

成分為荷爾蒙，抑制卵巢排卵。

原理未完全確定，相信它能使子宮內的環境產生變化，影響精子和卵子活動能力，並且防止受精卵著床及形成胚胎。

防止精子進入女性子宮與卵子結合。



怎樣的避孕方法才不「整餅」呢？

認識正確的避孕知識和方法，是每個人的權利，以致不會誤信傳說，造成笑話和釀成慘痛事件。且在此簡單介紹現代採用的方法及其原理。

現代採用的方法

- 1. 男性安全套
- 2. 女性安全套
- 3. 男性避孕手術
- 4. 女性避孕手術

原理

原理

原理

原理

防止精子進入女性陰道。

防止精子進入女性陰道。

結紮輸精管，射精時精子無法排出，而只排出其他腺體的分泌物。

結紮輸卵管，讓排出的卵子無法到達輸卵管與精子結合。

真性大白檔案 21





你貴姓呀？我性病。  
你找誰呀？我找你。

你不用顫抖，它不會無孔不入。  
只要你與他／她願意攜手同心，安全自能駛萬年船。



22. 在公共廁所板會感染性病?



V.

**性病種類：疱疹二型**

病源：單純疱疹病毒第二型，屬過濾性病毒

潛伏期：三至七天

病徵：病發時，男性患者的陰莖、龜頭出現水泡，女性的外陰和陰唇亦有小水泡，患者會感痕癢和疼痛。病人痊愈後會不定期病發。

治療：抗疱疹藥物如IDU、Acyclovir可減輕發病痛苦，但目前無法完全抑制再發病。

**性病種類：愛滋病**

病源：HIV病毒

潛伏期：感染後六周到五年或更久之後。

病徵：當發病時，病徵是常取決於繼發感染的種類和受感染的器官。主要的徵狀是長期發熱、夜汗、氣喘、疲倦、體重下降、腹瀉、咳嗽、呼吸短促及記憶力減退。較為普遍的病狀包括口腔、皮膚、呼吸道、腸胃或神經系統的感染和腫瘤。

治療：目前尚無絕對有效的藥物。

**性病種類：梅毒**

病源：梅毒螺旋菌

潛伏期：十至六十天

病徵：病況分三期，初期陰部潰爛。二期全身起疹，症狀包括發燒、咽喉痛、倦怠等。末期時全身結節性小塊，甚至肝腎胰等內臟功能缺損。

治療：服用藥物盤尼西林。

**性病種類：淋病**

病源：奈瑟淋病雙球菌

潛伏期：二至五天

病徵：男性尿道流膿，小便疼痛；女性白帶多，異色異味，大多數女性無徵候。

治療：一般淋病服用盤尼西林、四環素等普通的抗生素，但抗青黴素淋菌，必須做培養和抗藥試驗。



性病是指經由性接觸而傳染的疾病，包括以下病類：

問性病是甚麼？

真性大白檔架 22



V.



性病的病菌及病毒只能在人體內生存，因此病菌不會在日常生活、飲食或社交接觸傳播，例如與人握手、共同進食、在公共泳池游泳，使用公共廁所的毛巾，都很少機會染上性病。它主要經性行為傳染，性伴侶愈多，感染性病的機會愈大。當性病患者與人有性接觸時，請正確使用安全套，可以減低受感染的機會，但並不保證絕不受感染。

性病是嚴重的疾病，若懷疑自己染上性病，就要及早徹底治療，否則可能有性命的危險。



23. 口水傳染愛滋?



V.

愛滋病毒不可能在人類細胞外繁殖，一旦離開人體便很難生存，若暴露在空氣中便會馬上死亡，所以它是不能經由空氣、飲食和社交接觸傳染。專家發現，人的體液中如唾液、淚水、汗水或尿液，所含的 HIV 濃度太低，不足以傳播愛滋病。

③ 母嬰感染：若母親是愛滋病人或帶菌者，她在懷孕、生產的過程或哺乳期間可能將病毒傳給嬰孩。

① 不安全的性行為和濫交：與受 HIV 感染的伴侶作性接觸，又沒有帶安全套，受感染一方的分泌物會帶有病毒，很可能會直接傳給對方；所以若有多過一個以上的性伴侶而又不用安全套，患上愛滋病的機會率就很高了。

官分泌物，所以愛滋病毒容易經由血液和性行為傳染。以下是愛滋病傳染的途徑：

② 血液傳染：接觸受 HIV 感染的血液或被此血液污染的器具，例如：血友病人注射血凝素濃縮劑、吸毒者共用針筒、輸血、醫療過程、紋身或針灸使用未消毒的儀器、傷口接觸到患愛滋病人的傷口，都很容易感染病毒。



何謂愛滋病?

**問**  
愛滋病 (AIDS) 是後天免疫力缺乏症候羣 (Acquired Immune Deficiency Syndrome) 的簡稱，是由一種名為人類免疫力缺損過濾性病毒 (Human Immune Deficiency Virus, 簡稱 HIV) 所造成。潛伏期是感染後六週至五年或更久之後，目前尚無絕對有效藥物，所以死亡率很高，兩年內死亡率達百分之四十至五十。愛滋病者沒有特定的病徵或跡象。大部分 HIV 的帶菌者或愛滋病人 (當其繼發性感染已受控制時) 都沒有症狀，而病發時的症狀請參考前文資料 (第 22 篇)。

**問**  
愛滋病的傳染有甚麼途徑?

**答**  
愛滋病毒 HIV 主要大量存於帶有白血球的體液中，尤其是血液、精液和女性性器

真性大日檔案 23



THE SEX 24. 愛滋病者同性戀者也?



註「搞基」：廣東俗語，指進行同性戀的性行為。

小資料

動物是不會患愛滋病的。

V.

從統計數字可見，經由同性性接觸而感染愛滋病者比經由異性性接觸的個案少，由此可見愛滋病患者，不能簡化地與同性戀者等同；而且愛滋病患者可以是從其他非性行為而感染此病，所以也不可一概而論為性濫交者。但即或愛滋病者是因性濫交受感染，我們也不應歧視他們，而應照顧關心他們，像對待其他病人一樣。我們認為每個病人都應該有尊嚴地獲得醫治和步向死亡。

若懷疑自己染上愛滋病，可到診所或醫院進行HIV抗體測試，請勿嘗試捐血來免費作檢查；並要勇敢面對尋找支援（參本書附錄），你的家人與朋友會是你最佳的支持。



現時本港感染愛滋病的情況如何?

	一九九九年四至六月 新個案數字		過去數字累積	
	受愛滋病 毒感染者	愛滋病 發者	受愛滋病 毒感染者	愛滋病 發者
男性個案	54	17	1057	364
女性個案	9	2	198	45
受感染途徑				
1.異性性接觸	32	12	697	246
2.同性性接觸	11	3	264	89
3.雙性性接觸	3	0	67	24
4.靜脈注射藥物	3	1	20	6
5.血液/血液製品	1	2	68	18
6.母嬰	2	0	9	4
7.不能確定	11	1	130	22
個案數目	63	19	1255	409

一九九九年四至六月全港受愛滋病毒感染途徑統計  
(資料來自香港衛生署)

真性大白檔案 23





因著愛，我們做愛，  
還是因著想做愛，我們愛？

當最神祕的東西揭開，  
我心是接受還是忍受？是歡喜還是難過？

甚麼是愛？  
甚麼是情？  
甚麼是性？  
我不敢問卻想知。



25. 看見人裸體就是偷窺狂?



註

偷窺：是指在未經許可的情況下偷看別人脫衣、進行性行為，或裸體，以求引起性幻想、性慾望或其他有關性的行動。

性的性器官，後來更沉迷了。若從小能得到正確的性知識，清楚明白男女性器官的構造，就會解開疑惑，好奇心自然會消除，這樣便不會形成偷窺的心理。此外，偷窺是一種不尊重人的行為，若人能瞭解與人相處需要尊重和關心對方，真正明白人與人關係的可貴，也不會隨意做出不尊重他人的偷窺行為。再者，多參加羣體的活動，結交知心的朋友，與人傾談內心的需要，這也可避免沉迷偷窺。但是偷窺若成為癖好，則須請心理醫生輔導。



偷窺者的心理狀況如何？

有偷窺癖好的人，大多性格比較孤僻，他們不會與人分享自己所想和所做的事。由於他們沉迷偷窺，對身邊其他的人並不關心，缺乏興趣，也不去明白和瞭解自己真正的需要，更忽略個人的成長及潛能的發揮。有偷窺癖好的人很怕被人揭破，時時提心吊膽，身心靈也受到極大的壓抑。

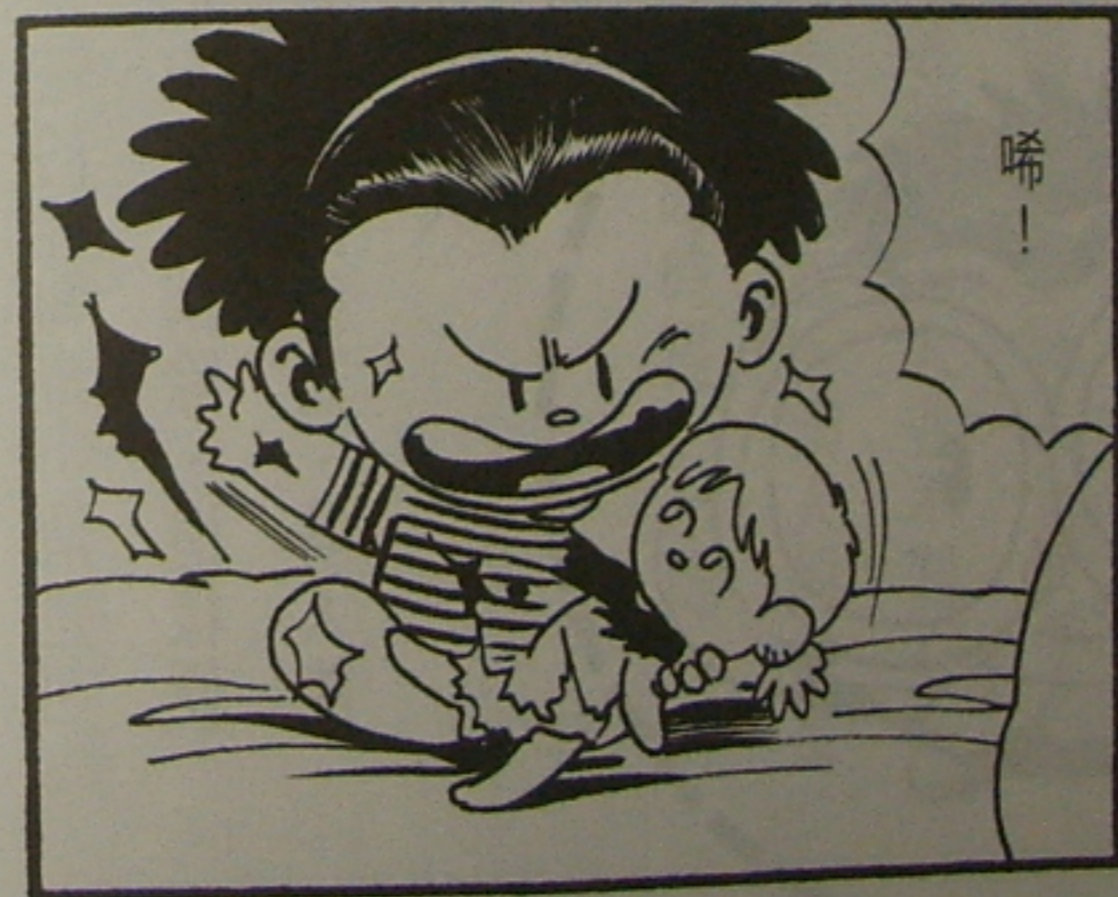
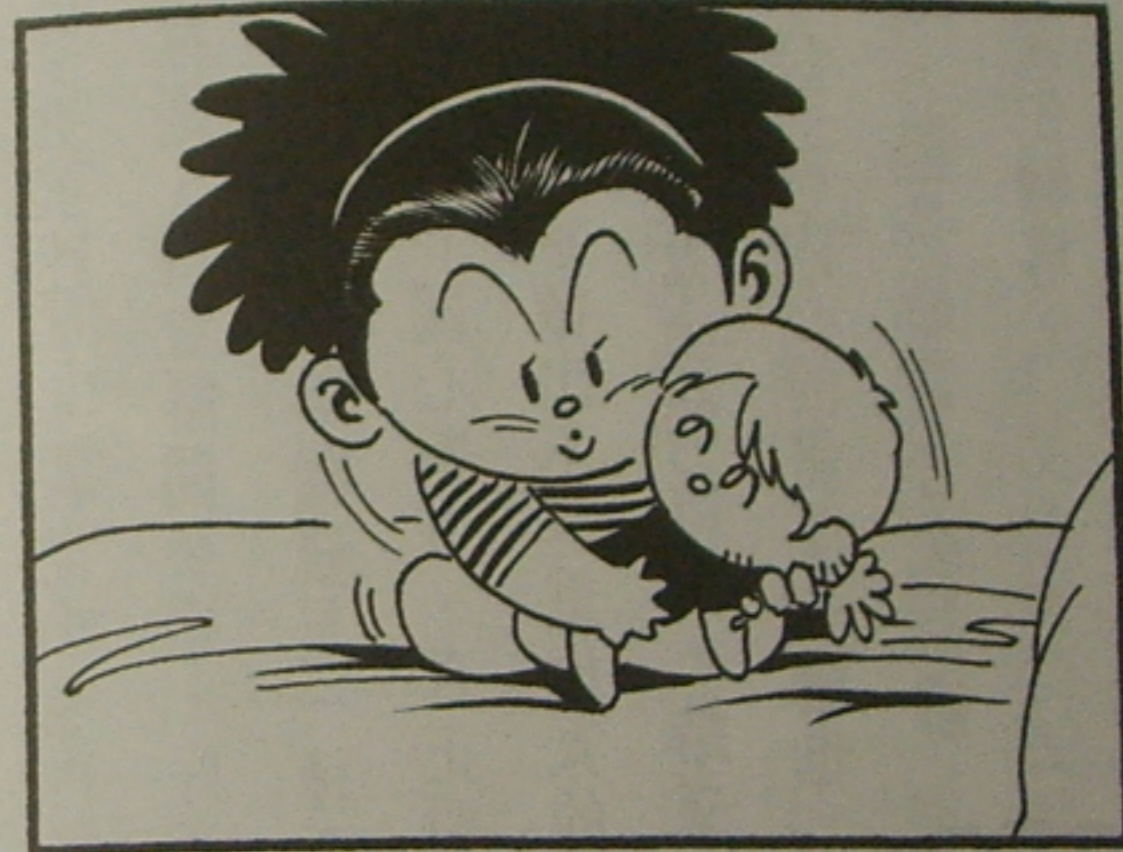
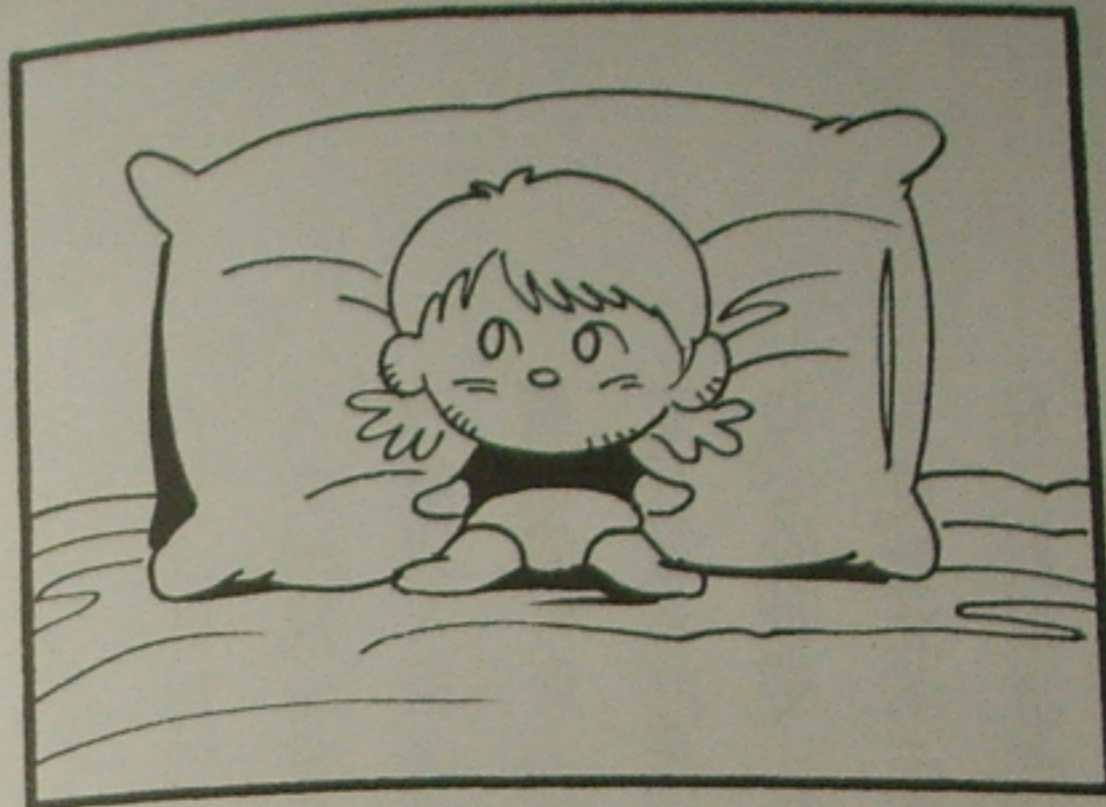
如何避免和解決有偷窺癖好？

偷窺癖好的形成可能由於小時對異性好奇、迷惑，很想偷看異

真性大白檔 25



26. 被人性騷擾的——如何發掘美女的





不同的看法，這需要視乎受者的感覺和感受。因此，我們很難為性騷擾定下確切的範圍，或界定哪些行為才屬於性騷擾。例如：本港一名女士控告街市兩名檔主在街市中工作的時候赤裸上身，對她是性騷擾，但法庭判女事主敗訴，因為一向人們視街市內男人赤露上身是平常行為，沒有甚麼特別或騷擾其他人的意圖。但是有些人的行為為客觀上亦會令人不安，例如：在公共場所裸露下體等，在這情況下就會被控告行為不檢，甚至是性騷擾。



何謂性騷擾？

性騷擾是一種不受歡迎或不被接受而帶有性意識的言語、眼神或接觸，例如：一些不禮貌而帶有性意識的言語、動作和聲音（如吹口哨、呻吟聲）等，或帶有性意識的接觸。換句話說，若某一方用各種方法去接近另一方，而另一方則沒有興趣、不喜歡、不願意，或不想要這些帶有性意識的接近，有不舒服、不安、焦慮、尷尬、被侮辱或不被尊重的感覺，便可說是性騷擾了。

但是同一個行為對不同人會有不同的反應，不同文化的人也有



VI.

- ③ 不可忽略心靈所受的影響，向好朋友傾訴心中的鬱結，說出自己內心的話，若有需要可找專業人士幫助。

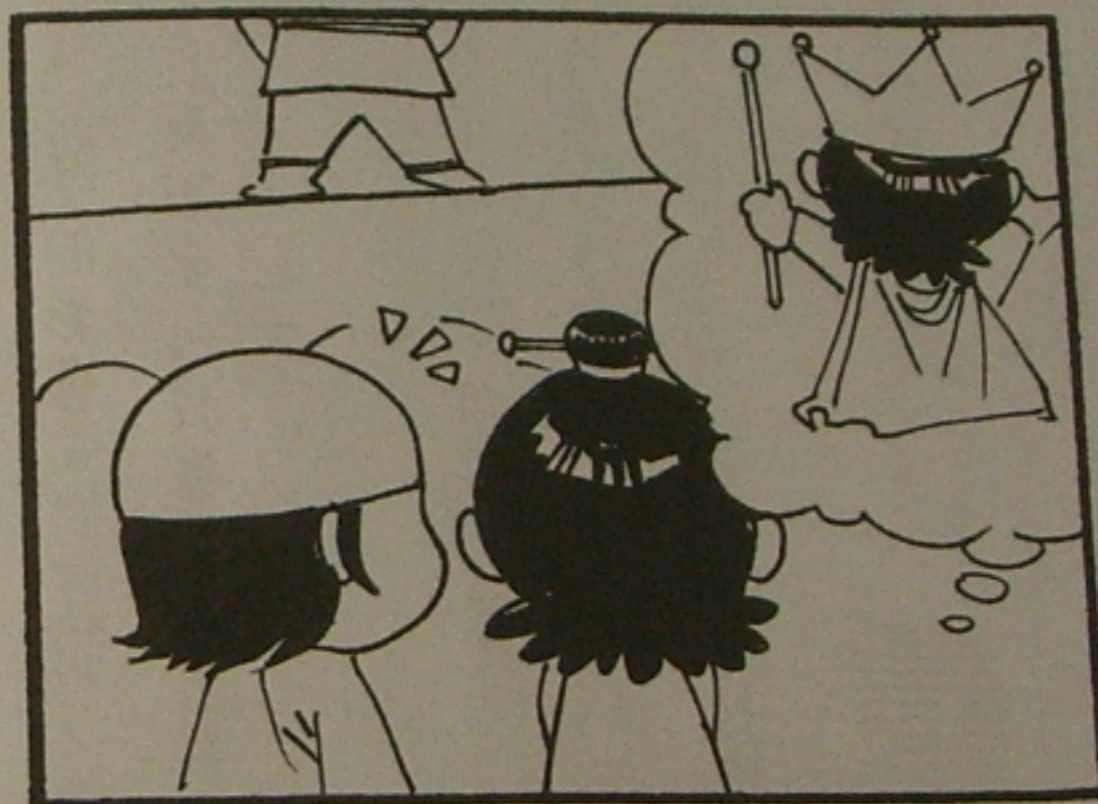


被問  
被人性騷擾後可以做甚麼？

以下是一些簡單的提議：

- ① 要反抗和勇於面對，不然的話會助長對方進一步騷擾，可能的話報警求助。若在公共交通工具上被人性騷擾，可以大聲叫，讓其他人知道，便可以將那人繩之於法。
- ② 如果你在沒有其他人的地方被人性騷擾，就要快些跑開，以免被犯罪者傷害。

# 29. 處女不再?



## 小資料

「守宮」又名壁虎，為蜥蜴類，相傳以器盛守宮，飼以丹砂，滿七斤，擣萬杵，點在女子的身上，終身不脫，除非與男子發生性行為，就會脫落，可以此分辨貞操。「守宮砂」只是武俠小說和古代的傳說提及的，不能以此來辨別處女的身分。

度表達你的疑慮。其實是不是處女重要嗎？這對於自己及將來的配偶也是重要的，且看下一題的分解。



問 怎樣知道對方是不是處女C.

處女是指未曾有男性性器官進入陰道的女性，即未曾性交的女性。不少人認為是否處女在乎處女膜破了沒有，這是一種古老的、既不準確又難判斷的方法。處女膜可能因為性交或以外的其他因素而穿破，例如踏單車、騎馬、使用衛生棉條、接受婦科檢查等。另一方面，有些女性的處女膜比較鬆弛，即使有過性行為，她的處女膜也可能仍未破損。

對方是不是處女，其實只有她本身才知道，也與你無關；倘若她會成為你的配偶，而你又介意她不是處女的話，可以用坦誠的態

真性大白糯米 27



人很需要關心和愛，在婚姻的關係中最能得到這人間至深刻的愛，若你真期待有人愛你，請不要隨便與人發生最親密的性關係，就留待與你的未來配偶一起經歷吧！

其實，愛情和婚姻是建基於彼此相愛、信任，若能在大家感情穩定時，坦誠說出過往的性經驗，人若因一時的衝動、無知，甚至是被強姦而與人發生性行為，只要對方諒解，也是一件可接受的事情。

反之，若對方不是處男或處女，即已與人發生親密的身體接觸，對婚姻關係容易造成陰影。配偶或會認為對方對舊愛念念不忘，影響了婚姻的穩固和成長。

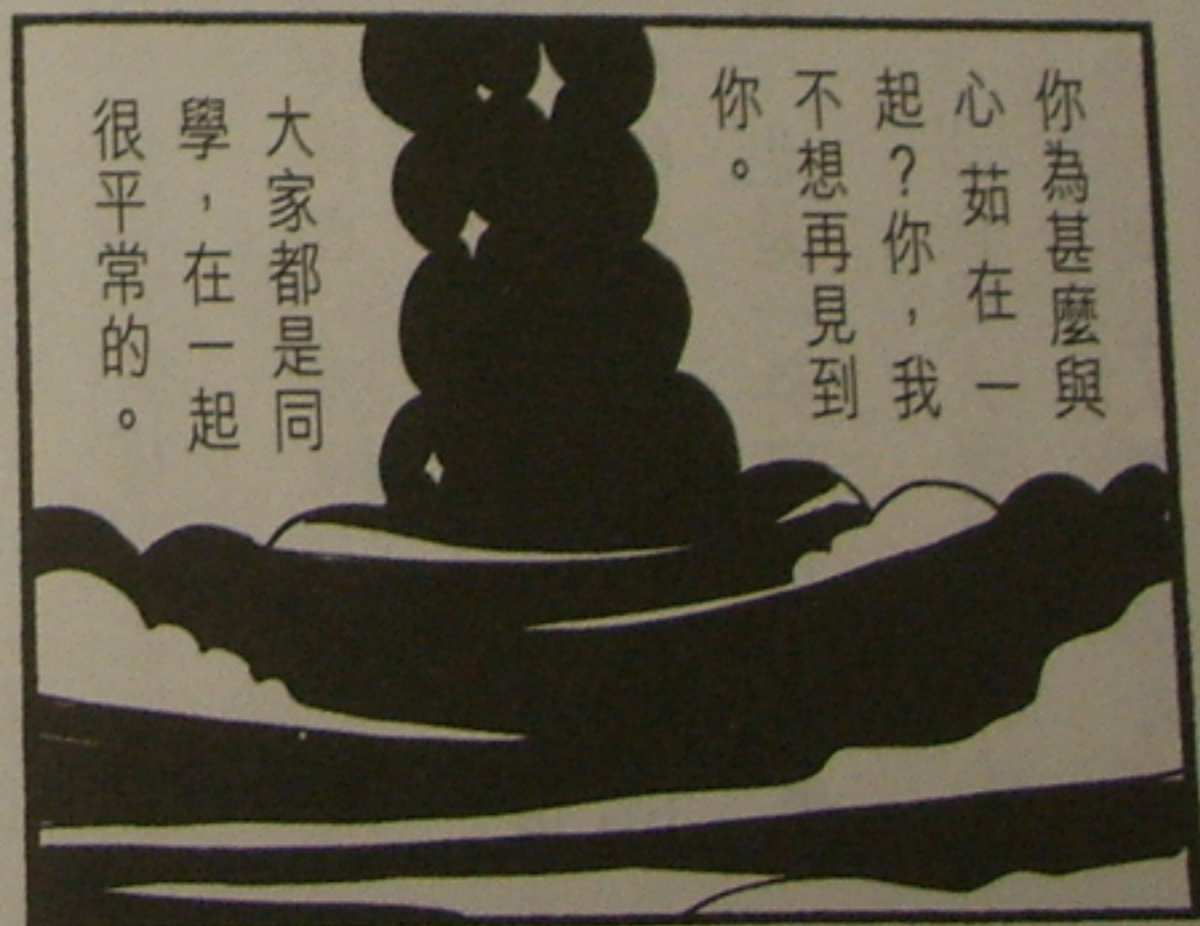


問  
OKKO「處女」問題嗎?

古人甚至現代人還認為處女代表了貞潔，男性娶妻求淑女，若非處女即淫婦，日後必不守婦道，所以女性若婚前與人發生性行為便會被藐視。

其實貞潔不單是對女性的要求，也應該是對男性的要求。在結婚前未曾與人發生關係的男性，將自己的第一次獻與配偶，這代表了大家的忠誠和信任，只將自己的身體獻與對方，表明大家互屬對方。

28. 同性朋友一起等於同性戀?



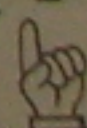
若未能真正瞭解和明白同性戀者，就拒絕和歧視他們，這不是正確的態度。雖然我們不一定要認同他們的行為，但他們都是社會的一分子，也有不少的貢獻，亦是需要我們尊重和關心的。如果你懷疑自己，甚至身邊所關心的親友是同性戀者，請致電附錄的同志求助熱線，服務人員樂意解答你的疑問。



我為何會仰慕同性？我認同同性戀者嗎？

男女在成長的過程中，或會與同性別的朋友特別投契，或會仰慕某同性師兄／師姐，時常都渴望見到他／她，於是內心不禁問自己是否正常，是否同性戀者？為甚麼會有這種情況？可能是由於青春期的男女很少接觸異性，較多機會與同性發生親暱行為或建立親密關係，於是會有自己是否同性戀者的疑惑。其實這種仰慕同性的心態也許只是在成長過程中尋找自我、渴望被愛的階段，不一定是同性戀者。同性戀是喜歡和愛上與自己性別相同的人，與對方相處時有性衝動，男性或會有陰莖勃起的情況，甚至雙方發生性行為。

真性大白檔案 28



29. 一夜情表深情?



註

一夜情: 即與人發生一次性關係之後便各行各路, 只想享受性經驗, 而不願為這次經驗負責。



問  
夜情有何不好？

聽起來一夜情的確十分吸引，可享受親密、滿足性慾之餘，又不需為愛付上代價，因此許多現代人也愛此道。但愛此道的人倒要問自己：為何會沉迷於此？是否心靈寂寞渴求伴侶？自己是否真能滿足於一夜情？人心是渴求親密、被瞭解，單單的肉體親近可滿足一時卻難填心靈的空虛。

答

非常客觀而言，一夜情可以有以下的壞影響：  
① 站在健康和衛生立場，一夜情容易感染性病。



問  
為何那麼多人喜愛一夜情？

許多人愛一夜情，他們可能抱有以下的態度：

- ① 只是與那人發生關係一次，不容易染上性病。
- ② 能與不同人發生關係，有不同的感受和刺激，能滿足性慾，又不需要向對方委身負責。
- ③ 與陌生人發生深入的關係，可以得一短暫知己，既得心靈慰藉，而又不需要付上友誼感情的代價。

真性大白檔案 29



「情」的性質本是長久及需要培養的，「一夜」的又怎會是情？我相信一夜情最大的不好，就是對愛的全然藐視，對自己渴望親密關係的心靈胡亂處理。

兩情若是久長時，  
又豈在朝朝暮暮！

鐵女呀！留  
下陪我一晚！

好重呀！



- ② 與不同人發生性關係，是一種混亂的人際關係，會容易產生複雜的後遺症，如感染性病、愛滋病，甚至懷孕。肉體交合是最親密和複雜的關係，若雙方沒有思想交流，就與娼妓的交易沒有分別；況且只追求性滿足而沒有感情作支持，也與動物無異。
- ③ 與他人只認識短時間已發生最親密的接觸，是一件很冒險的事；你怎知道對方的動機，也可能為自己生命造成危險，遇到一些有虐待狂、性變態的人，因而引來殺身之禍。
- ④ 另外，如果曾經嘗試過一夜情關係，將來結婚是需要向配偶交代的，或者配偶會介意的；但若不說出，彼此又不能坦誠，影響大家的親密關係，所以對婚姻也會構成危機。





人為甚麼要做愛？

這是一條值得深思，但卻鮮有人想到要問，問了也不知從何說起的敏感問題。且看看一些人怎樣回答：

- ☞ 為了生育下一代。
- ☞ 本能衝動，想做就做，情難自控吧。
- ☞ 代表已長大成人，仍是處女或處男會被人取笑。
- ☞ 好奇心和浪漫感所驅使。
- ☞ 為了表達愛對方，願意獻上。
- ☞ 結婚後使愛昇華的結合，代表身心靈的合一。

真性大白檔案 30



VI.

以上哪一個會是你心底的答案呢？究竟有沒有標準的答案呢？現代人拒絕劃一的答案，但請不要拒絕明白每一態度背後也有其代表的價值觀——對人、對愛、對自己的看法。而性之所以複雜，正因為當中涉及的不只是身體的交合，而是身心靈的問題、生命的延續，也一定包括道德與抉擇，千絲萬縷纏在一起。性從來就不是一件簡單的事。

所以，你刻意的把它簡化，把性看成是配種的活動，那麼人便是生育的機器；把性看成是為了洩慾，人就變成情慾的動物，亦是對人的侮辱；把性行為看成是玩意，或是為了滿足好奇，就忘記性行為帶來的後果：可能帶來性病、可能懷孕，涉及的不只是兩個人的事；把性等同於愛，就只膚淺地以為親密關係就是肉體的接觸，忘記愛有許多表達方法。性不可能沒有愛，但愛卻不一定要以性來表達。

基於種種誤解，人做愛！但性是神的設計，祂的目的是讓人深入認識，



是愛昇華的結合。

幾時才可以與他／她有性行為？

大的可貴在於有自由作抉擇，但可惜不是每個抉擇都是明智的，更可恨的是許多人沒有為自己的抉擇負責。社會上需要多一些不濫用自由、多為他人設想、又肯承擔後果的青年人；若你想如此，請你在抉擇是否有性行為時，問問自己以下一些問題：

- ☞ 我滿了十六歲嗎？（在香港與未滿十六歲的少女發生性行為是刑事罪行）
- ☞ 我這樣做對我們的家人及朋友真的不會造成傷害？
- ☞ 我這樣做不會對自己，甚至對方造成傷害？

VI.

- ☞ 我若因此感染性病或懷孕，我能承受嗎？
- ☞ 我愛自己嗎？
- ☞ 他／她尊重我嗎？
- ☞ 我認識瞭解他／她嗎？
- ☞ 他／她願意聽我的感受嗎？
- ☞ 除性之外，我可與他／她分享其他事嗎？

若以上的問題中，有任何一項是X，表示你們的關係還未成熟。其實性種親密需要建立在雙方互相信任和負責任的基礎上，以及最徹底的溝通方式；這入婚姻後，有了願意互相委身的愛，性才來得美——這也是許多人刻意忽略的道理。無疑男女雙方相戀時渴望跟對方有親密的關係，這是很自然的，但婚前是否一個適當的時候？請你細心考慮，記著性從來不簡單。

跋

## 性不是「碎料」

THE SEVENTH GRADE  
SEX EDUCATION  
THE YOUTH'S SOCIETY OF THE SOUTH  
一課時以  
中學時代，也許是不甘於生物科老師突然在教授 reproduction 一課時以  
英文講解，又以「趕課」為理由，趕急就章地扯過了，累我要花大量時間  
自修，故立志他日為人師表時，必會詳細解說，補那中學性教育的不足。

### 性從不簡單

大學畢業後，執掌教鞭五年，教的是生物科，負責的是性教育。在課堂上我誓要撥亂歸正，挑戰課室的尺度，討論到身體親密的底線，以圖講解男女性的生理變化。還記得就在談到性交時男性陰莖的勃起，說到忘我之際卻赫然發現男同學低著頭面紅耳熱，女同學掩嘴偷笑，原來我一時口快把陰莖說成是「這條東西」，我連忙賠不是之餘，感到「性」原來涉及人的尊嚴。

出版第一份討論「性」的刊物，討論的是生理知識，被一些學生取笑說「碎料」。在慨嘆工夫白費之餘，我問性教育是否只在兜圈子沒有討論到核心，或是成年人先刻意把性簡化成生理的問題、道德的規條，難怪我們的下一代怎也弄不明白性與愛之關係。

在週會中大膽討論由性引發的幻想、探討屯門色魔可能有的心理狀況。事後被人笑我是「性學博士」。有些同學又刻意刁難，斜著眼睛問甚麼是口交，我給予最清晰的答案來堵住他們的嘴。就在為自己感到難堪的當兒，我明白從事性教育的，必遭別人的白眼。性究竟是怎樣一回事，會被社會視之為禁忌，但人人卻又暗中趨之若鶩？

到了今天當起編輯，我對性教育的負擔仍未減。經賴百樂介紹，與青少年愛滋教育中心的程小姐、Tony 合作出版這本書，與鄭艷琳一起由改編原著、搜集資料，到編寫內容，都叫我對性有更深入的認識，也更肯定地對年青人說：性從不簡單，也絕非「碎料」，不容你對它掉以輕心。

它的不簡單，在於它的特性太私隱了，正觸及人身體及至人性最深之處，它可以好美麗，但稍一不慎它可以好醜惡，猶幸是美是醜，人仍可以選擇，只願你記得以下幾件事。

性不是肉體的玩意兒

Thomas Moore 在他的著作 Soul of Sex 中指出，人總愛把性說成是純肉



體的事，於是我們不需再去處理感受、道德、影響及後果。人總想逃避人與人間複雜的關係，而盼望享受無拘無束的肉慾，不受分手的痛、渴望親密之苦所慮，以為這樣就最愉快。但偏偏「性」就觸及人對親密關係的表達及渴求，靈與慾本是纏在一起，身體怎也不能與心靈分割，當肉體親密之同時，我們同時要求關係的緊密。只把性看為純感覺，或一些不帶含意的動作，就是把自己狠狠地看為一塊肉——沒有思想感情，不求意義只有功能的肉。只要你仍看自己是人，這樣的性並不會為你帶來滿足，反而會造成傷害。被強姦的受害者，要接受的不是身體的治療，而是一生的心靈輔導。性若不完全，帶來是何等大的傷痛！

除掉把性看成是純肉體純功能的玩意這思想吧！你若真要看這是玩意兒，便應知道「性」的難度甚大，它直接由愛引發，叫人感到親密無比。假如雙方的愛深度不足、基礎不穩，卻有深入的性接觸，整個的關係會頭重尾輕，倒塌下來。

### 性不是道德的犧牲品

在性的問題上，強烈的激情與道德的禁令似乎是水火不容的兩極，人就糾

纏在兩極之中。我們以為出於心、發乎情的激情不應被限制，道德命令就如惡毒的後母要棒打鴛鴦。所以甚麼一夜情、婚姻以外的性行為、換妻遊戲、萬人性交大行動、未婚產子後殺嬰，也因那份激情而相繼出現，到今天已再不駭人聽聞了。

對許多人來說，這也許是太誇張了，你會想：我才不會做得如此過分。我正要指出的就是：其實每人在心底中也有他的道德標準，及對人對事的價值觀，告訴我們應做甚麼，不應做甚麼，要考慮甚麼，對別人有沒有影響，中國人稱之為良知。沒有這些標準，我們根本無法面對生命那麼多的抉擇。

「性」這個涉及眾多倫關係的課題，就更需要良知的指引，否則它必定叫你不知所措。請記著：性可以不被外來的價值觀所限，但一定要受你內心的道德標準所控制，否則你的良知也一定向你的內心控訴。不去聽從良知的聲音，我想犧牲的會是人的尊嚴。

### 學習說句「不」

在性這課題上，我們面對太多與心底道德標準對峙的情況：你會問自己為



何喜歡看色情資訊？你會問自己為何見到異性就想到「性」？你會問為何要等到結婚這麼老套？這些問題，你應該面對，也應當為自己建立一套自己的價值觀。許多人因著觀念模糊、錯誤，加上性本身的吸引，便糊裡糊塗說say YES，太多傳媒就是利用我們的無知與好奇，亂說一通以牟利；所以不要再糊塗了，要學習say NO。但say NO需要立場及態度堅決，也要多花一點力氣去認識及瞭解，你願意為自己而作出努力嗎？

對「性」嚴肅，不是因其他人的要求，而是你自己的呼聲。但一個人若放棄自己、不尊重別人、不欣賞生命、不重視關係，他對性、對人也會隨便，隨便的後果就是不顧後果，害人害己。

學習做一個真正的「人」，你會懂得愛、懂得尊重、珍惜情，你也會識「性」——願這一本小書能幫助你踏上第一步。

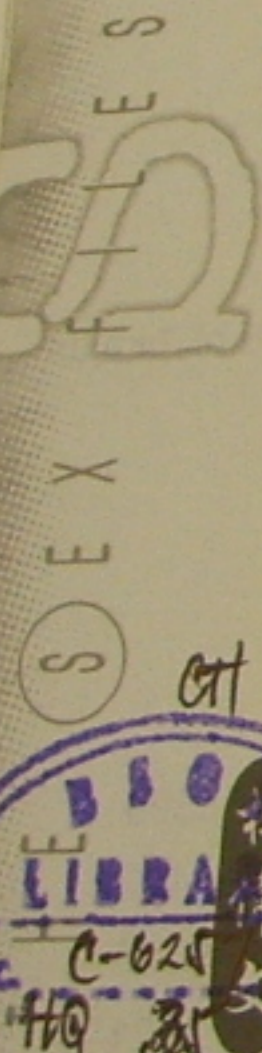
李玉霞



後記

小時候我覺得性是一件很神祕的事情，是小孩子不能接觸的，但這樣反而更加激發了我的好奇心，甚至偷看爸爸的「珍藏」，於是以為自己對性已略知一二。長大後，發現性原來不是那麼污穢和神祕的，而是上天的禮物和祝福，只是成人把它醜化和扭曲了吧！

本書能順利完成，又推出第二版，特別要鳴謝 Polly、Sandy、百樂和一班更新資源的同工。Polly和Sandy實在是一等一的好人，真的感謝她們不屈不撓地向我追稿，即使我多次爽約，她們的身上仍然散發出基督的香氣，使我不得不完成。真的要說句哈利路亞！更要感謝百樂「慧眼識英雄」，讓我有這次合作的機會；還要感謝教會首領——有淚眼先知之稱的李姑娘，自己喜歡的事情。最後，不得不感謝神對我的恩寵和憐憫，至今仍感到祂的恩典常在我生命中，數算不盡！希望這本書能幫助讀者對性建立一個正確觀念，讓生命的恩典臨到每個人身上。





CH  
HQ  
35  
C44s

Form No. 149 (A).

MINDER'S  
OWER'S

C-6257

**BSOP  
LIBRARY**



**GENERAL RULES**

1. Protect book from damage.
2. Do not write / mark inside.
3. Remember to return books promptly.

# 乘性追擊

THE TRUTH IS OUT THERE!!

## THE SEX FILES

附  
錄



### 青少年愛滋教育中心

為全港現時唯一專門從事青少年性教育及愛滋病教育之非政府、非牟利機構。宗旨是通過遊戲及藝術，向青少年進行性教育及愛滋病教育。讓青少年能面對性及愛滋病各種疑惑，並能健康自信地成長。

地址：香港香港仔大道116號

信箱：香港郵政總局信箱7373號

電話：(852) 2870 1222

傳真：(852) 2870 3623

### 性教育／愛滋病教育網址

青少年愛滋教育中心

<http://www.TeenAIDShk.org>

衛生署

<http://www.info.gov.hk/aids>

香港中文大學愛滋病社區研究計劃

<http://www.csu.med.cuhk.edu.hk/hkaids>

香港家庭計劃指導會

<http://www.famplan.org.hk>

### 性教育／愛滋病／同志求助熱線

青少年性教育熱線 (Youth Sex Education Hotline)

電話：2554 3399

關懷愛滋 (AIDS Concern)

電話：2898 4422

香港同志輔導熱線 (Horizons)

電話：2815 9268

同志健康促進會 (The Satsanga)

電話：2314 1921

香港十分一會 (Hong Kong 10% Club)


電話：2314 8726

## 社會系列

社會進入資訊的年代，五花八門的觀念湧現，人的生活更多姿采，但心靈卻經歷前所未有的失落和空虛。我們急切需要正確的資訊及掌握對各種現象和變化的解畫能力，而「洞見社會的需要，作出適切的回應」正是更新資源一直持有的態度。

「社會系列」正為這需要而出版。下一代將是世界的主管，他們需要我們的信任、鼓勵和肯定，去尋覓自己生命的方向和意義，好為自己的人生作出最好的決定。繼《自殺少年事件簿》後，我們推出《乘性追擊——THE SEX FILES》，揭開人對性的誤解，為新一代提供正確的性知識及健康的性態度。我們定意日後繼續為社會守望，與人同心，與神同行！



 更新資源（香港）有限公司

一間放眼廿一世紀  
推廣創新事工的基督教機構

我們相信廿一世紀是平信徒興起的世紀；我們認定，裝備信徒去承擔祭司的職分，是將來事奉的方向。「更新資源（香港）有限公司」自1996年成立至今，以實踐「信徒皆祭司」為宗旨，藉提供多元化的服務，包括21課程、《道材》、書籍出版、影音製作、培訓及專題講座，來裝備及支援世界各地的華人基督徒，幫助他們履行神對他們的呼召，成為大地的祭司。

## 本地及海外發行

## Local & Overseas Distributors

### 本港非基督教書室

更新資源（香港）有限公司

地址：香港九龍太子道西 162-164 號華邦商業中心 509 室

電話：(852) 2398 7287 傳真：(852) 2398 7476

### 本港基督教書室

天道書樓

地址：香港九龍土瓜灣貴州街六號東方報業大廈十樓

電話：(852) 2362 3903 傳真：(852) 2774 3756

### 台灣

校園書房出版社

Campus Evangelical Fellowship

台灣台北市 100 羅斯福路三段 126 號 3 樓

電話：(02) 2364 4001 傳真：(02) 2368 0303

### 新加坡

更新資源（新加坡）有限公司

Renewal Resource (Singapore) Pte Ltd.

66 Jalan Haji Alias, Singapore 268553

Tel : (65) 462 1463 Fax : (65) 467 5359

### 馬來西亞（東馬）

衛理福音書局

Methodist Book Room

No.18, Island Road, 96007 Sibul, Sarawak, Malaysia

Tel : (84) 330 649 Fax : (84) 330 649

### 馬來西亞（西馬）

書花書室

Pustaka Sufes Sdn Bhd

386, Jalan 5/59, 46000, Petaling Jaya, Malaysia

Tel : (03) 7782 8239 Fax : (03) 7781 6599

### 美國

美國福音證主協會證主書室

Christian Communications Inc. of U.S.A.

9600 Bellaire Blvd., Suite 111, Houston, Texas 77036, U.S.A.

Tel : (713) 778 1144 Fax : (713) 778 1180

### 加拿大

加拿大恩福協會

Christian Communication Inc. of Canada

3880 Midland Ave., Unit 2 & 3, Scarborough, Ontario M1V 5K4, Canada

Tel : (416) 297 6540 Fax : (416) 297 6675

「自慰過多精盡人亡？」

「立時抽出可避孕？」

「口水傳愛滋？」

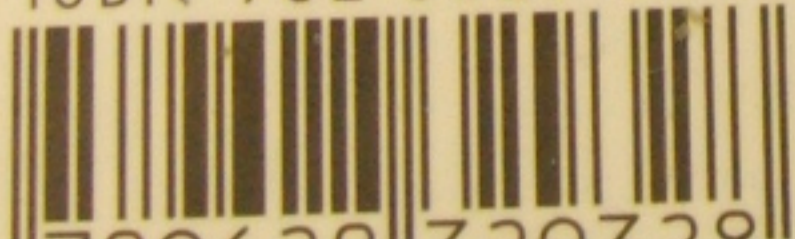
「衛生巾可止血？」

看見這些問題會否叫你面紅耳熱哭笑不得，  
但這些卻是成長中的你或他或她曾發出的疑問，但卻無人敢問。  
人若對性一知半解，製造的不止是笑話，  
而可能是極大的傷痛。

本書嘗試透過三十篇漫畫故事，  
大膽指出人對性的錯謬觀念，而每一故事後都有豐富的資料，  
帶出正確的性知識和態度，幫助新一代人反省，  
從而建立對性健康的價值觀。

T H E **S** E X F I L E S

ISBN 962-8329-32-4



9 789628 329328

151FR073 \$45.0

油蔴地宣道書局 F