

「LGBTQ+」性別光譜

- 性別光譜**
為生理性別、性別認同、性別氣質與性傾向四種維度的組合，說明人類的性別表現不只有在兩端，而是程度上的不同，呈現出人類的多元性。
- 生理性別**
個體與生俱來的性別，以身體性徵來分辨。
- 性別認同**
個體認定自己是何種性別，非以生理性別做判斷。
- 性別氣質**
個體外在表現分為陽剛與陰柔兩個象限。
- 性傾向**
個體感受到對特定性別持續性的情感、愛戀與性吸引力。

性別光譜的向度

生理性別	我生下來是...	雄	雌
性別認同	我覺得我是...	男生	女生
性別氣質	我看起來像...	陽剛	陰柔
性傾向	我喜歡的是...	女生	男生

重啟新生不孤單！

重啟新生活，我們可以這麼做

- 均衡飲食
- 充足睡眠
- 養成運動習慣
- 發展人際支持系統
- 培養興趣或技能
- 嘗試規劃自己的一天

樹洞在這裡 ▶ 對身邊親友說不出口的話，LISTEN TO YOU

南方彩虹街6號	06-2631841 / 06-2637641
台灣同志諮詢熱線協會	02-23921970
愛之希望協會	07-5500225
現代婦女基金會 同志伴侶衝突暴力諮詢	02-23917133分機85
台灣性別不平等關懷協會	02-77059609
24小時免付費心理諮詢專線	1925安心專線

臺南市政府衛生局

林森辦公室 臺南市東區林森路一段418號

諮詢專線：06-267-9751

東興辦公室 臺南市新營區東興路163號

諮詢專線：06-635-7716

· 24小時免費毒品防制諮詢專線 ·
0800-770-885
(請請您，幫幫我)



臺南市政府毒品防制中心
林森中心專線



臺南市政府毒品防制中心
東興中心專線

愛你愛我 要愛不要藥害!



在社會角色期待下，非主流性別族群成長過程中，常面臨龐大壓力，隨社會輿論與偏見，非主流性別族群容易隱藏自己，易因交友管道隱密、彼此資訊不對等，導致尋求親密連結時，具較高接觸成癮物質之風險。

臺南市政府毒品防制中心
臺南市政府衛生局
關心您

「LGBTQ+」多元性別小知識

- LESBIAN**—女同性戀
認同自己為女性，受到女性的吸引。
- GAY**—男同性戀
認同自己是男性，受到男性的吸引。
- BISEXUAL**—雙性戀
同時會受到同性或是異性的吸引。
- TRANSGENDER**—跨性別
生理性別與心理認同不一致。
- QUEER/QUESTIONING**—酷兒
對自我的性別或性傾向感到疑惑的人。
- 「+」**
為表示更多可能性，以LGBTQ+代表多元性別族群！



藥愛知多少?

「藥愛(Chemsex)」

指進行性行為時使用成癮物質輔助的過程，經藥效影響下，增加愉悅感與性愛表現，易導致高風險行為，大幅提升傳染病傳播、急性中毒及致命之危險性。

安非他命

- 虛弱疲勞
- 牙痛病
- 失眠
- 恐慌
- 心跳不寧
- 心跳衰弱
- 強迫或重複性的行為

RUSH

- 肌肉痠痛
- 嘔吐
- 視力模糊
- 心跳
- 低血壓

**液態搖頭丸
(GHB, 樽裝水)**

- 暈眩
- 嘔吐
- 視幻覺
- 視力模糊
- 呼吸抑制
- 心跳過速
- 肝衰竭
- 尿失禁

**甲基甲基卡西酮
(喵喵)**

- 鼻出血
- 呼吸困難
- 刷牙
- 鼻屎
- 幻覺
- 憂鬱
- 短期記憶力喪失
- 心跳不寧
- 暴力或自殘行為

我成癮了沒?

初期因為好奇、壓力、想增加快感而使用了成癮物質，漸漸地成癮物質佔據了生活，身體容易感到疲倦、流鼻涕、頭痛等不適症狀，這樣是不是成癮了呢?

過去的12個月內，您有沒有出現以下情況?

- 藥物使用篩選量表 (OASIT-20)
1. 您有使用醫藥以外的其他藥物? 是 否
 2. 您有服用醫師處方的藥物? 是 否
 3. 您在同一時間內，曾服用超過一種藥物? 是 否
 4. 當您想要停止用藥的時候，您總是能夠停止? 是 否
 5. 您能一星期不用藥物? 是 否
 6. 即使您停止用藥一段時間，仍然會出現戒斷或產生幻覺? 是 否
 7. 您曾經因為用藥而感不安或戒斷感? 是 否
 8. 您的父母或家人，曾責備您用藥物? 是 否
 9. 您曾經因為用藥，而導致您與父母或家人出現問題? 是 否
 10. 您曾因為用藥而失去朋友? 是 否
 11. 您曾因為用藥而疏離家人? 是 否
 12. 您曾因為用藥導致在工作或學校內遇到麻煩? 是 否
 13. 您曾因為用藥影響學業或工作? 是 否
 14. 您曾因為用藥而有打鬥行為? 是 否
 15. 您曾為了取得藥物而從事非法活動? 是 否
 16. 您曾因用藥而被捕? 是 否
 17. 您曾因為停止用藥而感不適(出現戒斷症狀)? 是 否
 18. 您曾因為用藥而出現健康問題(例如:失眠、胃痛、頻尿、肺炎等)? 是 否
 19. 您曾因為用藥而向他人求助? 是 否
 20. 您曾因為用藥而接受戒毒治療? 是 否

1至20題總分代表意義
 0分 恭喜你，目前無藥物成癮。
 1分-5分 請注意您使用藥物狀況，如有疑慮請立即諮詢醫師。
 6分以上 您已經有藥物成癮症狀，請立即至醫療院所進一步檢查。

來源: JAMA 美國藥物成癮學會 (New-Addiction Society of Addiction Medicine, 2011)

保護你我，讓愛長久

1. 全程使用保險套、單一伴侶。
2. 不共用針具、鼻吸器及稀釋液。
3. 定期接受愛滋病毒、性病與C型肝炎篩檢。
4. 接種HPV疫苗預防子宮頸癌、生殖器病變及菜花等。
5. 經醫師專業評估後進行：

暴露前預防性投藥 (PrEP)

持續有高風險行為且未感染愛滋病毒者，透過穩定服藥讓體內具有足量的藥物濃度，以預防感染。



暴露後預防性投藥 (PEP)

已發生不安全性行為，接觸疑似愛滋病毒的血液或體液者，在72小時內投藥降低感染風險。



U=U

指標測不到病毒(Undetectable)=不具傳染力(Untransmittable)

愛滋感染者接受穩定治療，且持續追蹤血液中的病毒量，穩定控制於測不到病毒的狀態達六個月以上，就幾乎不具傳染力。



伴您戒癮「醫」起來!

臺南市藥癮戒治機構	美沙酮	丁苯氫啶酮	非鴉片類
國立成功大學醫學院附設醫院 臺南市北區新街138號 (06)226-3535轉4902	✓	✓	✓
衛生福利部臺南南義醫院 臺南市仁德區裕安路539號 (06)279-5019轉1168	✓	✓	✓
衛生福利部臺南醫院 臺南市中區中山路125號 (06)220-0055轉3095、3096	✓	✓	✓
衛生福利部新營醫院 臺南市新營區奇美街173號 (06)635-1131轉1103、2102	✓	✓	✓
奇美醫療財團法人奇美醫院 臺南市永康區中華路901號 (06)281-2811轉54190	✓	✓	✓
奇美醫療財團法人奇美醫院(樹林院區) 臺南市南區樹林二段442號 (06)222-8116轉58114、58115、58701、58702	✓	✓	✓
奇美醫療財團法人極品奇美醫院 臺南市柳營區太康里太康201號 (06)622-6999轉72917	✓	✓	✓
臺南市立醫院(委託秀傳醫療社團法人經營) 臺南市東區康樂路670號 (06)260-9926轉28991	✓	✓	✓
臺南市立安南醫院(委託中國醫藥大學興建經營) 臺南市安南區長和路二段66號 (06)355-3111轉3184	✓	✓	✓
臺南市郭綜合醫院 臺南中西區民生路二段22號 (06)222-1111轉1145	✓	✓	✓
財團法人台灣省私立台南仁愛之家附設仁醫醫院 臺南市新化區中山路20號 (06)590-2330轉33	✓	✓	✓
心緒診所 臺南市東區國慶路39號 (06)238-3636	✓	✓	✓
仁享診所 臺南市永康區高強路一段20號 (06)271-9351	✓	✓	✓

教育部臺南市第一聯絡處 書函

地址：702006臺南市福吉一街18巷27號
承辦人：溫耀旭
電話：(06)-2288585
傳真：(06)-2280242
電子信箱：ab3chinet@gmail.com

受文者：國立成功大學附設高級工業職業進修學校

發文日期：中華民國111年12月20日

發文字號：南市軍訓字第1110500079號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：如說明二（函轉臺南市政府衛生局製作「愛你愛我，要愛不藥害！」衛教單張，請學校廣為宣傳運用，請查照。1_0500079A00_ATTCH1.pdf）

主旨：函轉臺南市政府衛生局製作「愛你愛我，要愛不藥害！」衛教單張，請學校廣為宣傳運用，請查照。

說明：

一、依臺南市政府衛生局111年12月15日南市衛心字第1110225257號函辦理。

二、檢附旨揭衛教單張電子檔，或可逕至網址：<https://gov.tw/LfB>下載，請協助於學校大廳、所屬網站首頁及臉書等電子媒體推廣。

正本：臺南市各國私立高級中等學校

副本：教育部臺南市第一聯絡處

