

Simplified Chinese (Mandarin)

网站简介

性健康涉及一系列问题，可能会影响您的身心健康与幸福。问题涉及两性关系、性征、与他人的性接触、怀孕等方面。在澳大利亚，人们以积极的眼光看待性健康，并可对其进行公开讨论。两性关系应该是愉悦的，不应有恐惧、羞耻感，也不是用暴力强迫您做您不想做的活动。

本网站由留学生设计创建，专为留学生提供服务。本网站包括帮助您解决性健康问题的服务信息，也包括帮助您了解更多有关性健康知识的信息。

“享受并做到安全！”

两性关系

两性关系是健康生活的一部分，可以给我们的生活带来巨大的好处。每个人都有权拥有安全健康的两性关系。

有些因素可以使两性关系保持健康、愉快，或导致两性关系不健康、不安全。“尊重”是保持健康的两性关系的基础，是坦诚沟通和行为端正的保证。在健康的两性关系中，双方都能表达自己的感情，尊重对方的性需求和性界限。

但是，有时两性关系会变得不健康。如果在你们的性关系中，您觉得害怕、不舒服、受到控制或不愉快，这时则需要考虑这种性关系对您来说是否合适了。如果您的伴侣对您不好，这不是您的错，您不应该责怪自己，但并非只有您是这样。您可以在校园里获得支持，讨论您的两性关系问题。

家庭暴力是在一段亲密关系内一个人控制和支配另一个人的一种虐待行为。它可能包括身体伤害、心理虐待（威胁要杀死或伤害您或您的孩子或家人）、社会陋习（威胁要打电话给移民局撤销您的签证）、经济虐待——（扣留买食物或学费的钱）或情感虐待（侮辱或用脏话骂人）。

家庭暴力热线（Domestic Violence Line）**1800 656 463** 可提供24小时服务（他们可以为您安排一名翻译）。这项服务是免费和保密的。

安全性行为和性传播感染

性爱本来是一种令人享受的体验，但其也具有感染风险，从而影响您的健康。

安全性行为是指防止与他人的性接触造成感染而保护您的健康的行为。在性交时使用避孕套（男用或女用）有助于防止性传播感染和意外怀孕。

好消息是，如果您认为可能遭受性传播感染，您可以获得医疗服务，进行测试和治疗。这些服务是保密的，不会给您的学习带来困扰。

为了拥有良好的性健康，在下列情形下，建议每12个月：

- 进行一次测试：
- 更换性伴侣
- 性交时没有使用避孕套
- 性交时安全套破裂

校园里有免费的避孕套。

在澳大利亚如何获得性健康服务

新南威尔士州的性健康服务是保密的，有些服务是免费的。大多数服务提供了申请翻译服务的选项。

University Health Centres 提供关于大部分性传播感染和其他性健康问题免费和永久性保密检测和治疗服务，包括避孕、妇女健康检查、妊娠检查和咨询等等。如需获得这些服务，您需要通过电话或前往卫生服务中心与接待人员预约。当您到卫生中心看诊时，需要随身携带您的保健卡。

Family Planning NSW 位于艾士菲和纽卡斯尔，提供保密和非评判性的生殖健康和性健康服务，如性传播感染的检查和治疗、避孕、妊娠检查和咨询、妇女健康检查等。如需获得这项服务，您需要通过电话预约，或前往卫生中心与接待人员预约，也可以通过电子邮件或在他们的网站预约。

Sydney Sexual Health Service提供保密和非评判性的性健康检查服务。您无需预约就可获得此项服务。

避孕

避孕是指预防男女之间由于性交而怀孕的方法。

在澳大利亚有许多不同的避孕方法可供选择。

避孕可以让性伴侣享受性生活而不会有怀孕的风险。选择一种最能满足您的需要和情形的避孕方法是很重要的。向University Health Service或社区医疗中心的医生咨询，就可以帮助您选择最适合您的避孕方法。

意外怀孕

生活有时候不按计划出牌。对意外怀孕做出处理决定是个人性质的事情。澳大利亚的健康服务中心提供保密和非评判性支持，帮助妇女选择最适合她们的方法。

Marie Stopes 或 Family Planning NSW 对怀孕处理的选择方法有详细的介绍。您也可以与 Callaghan 或 Ourimbah 的University Health Service预约，与医生讨论您可以做出的选择。

性与互联网

互联网提供了与他人相互沟通及交流的社交方式，包括提供恋爱和发展两性关系的机会。如今，很多人使用约会网站、约会应用程序或“约炮应用程序”，而且具体服务取决于您要寻找什么样的关系。这包括长期的、短期的、异性恋或同性恋关系等等。当您使用约会/约炮应用程序时，保持安全和明智很重要。以下是一些小秘诀，可以确保您和您的伴侣有一个积极的体验：

1. **定期进行性健康检查。**了解自己的性健康很重要，这样您就能保护自己和您的伴侣。
2. **保护您的个人信息。**确保您从不向不认识的人透露电话号码、地址、位置、银行信息或工作场所细节等。
3. **与人们见面之前先要了解他们切勿仓促行事，这很重要。**要意识到人们有时不一定说真话。如果感觉不对劲，那就跟随自己的直觉走。
4. **谨记要在公共场所见面。**最好先在周围有其他人的公共场合见面。这样可以确保您的安全。确保在任何约会的往返路上都有自己的交通工具，以防约会失败。
5. **告诉一位朋友您要去的地点。**如果您要与某个人见面，如果有人知道您在哪里，有助于保证您的安全。如果您不想把这个信息透露给任何人，没关系，但是如果您安排朋友查问一下您，如果您感觉不舒服时可将此作为借口，乘机离开。
6. **保持清醒。**如果您遇到一个您不太了解的人，除非您确定他们没有伪造身份，否则千万不要喝酒。千万不要从自己不太熟悉的人手里接受药品。时刻保持警惕很重要。

7. **要尊重他人。**己所不欲, 勿施于人, 这非常重要。尊重他人的界限, 勿骚扰、纠缠或强迫他人做任何他们不愿做的事。性侵犯是严重的犯罪和违反“性行为同意”原则的事项。
8. **在紧急情况下请寻求援助。**如果您处于紧迫危险中, 请拨打000。
如果您使用约会或约炮应用程序, 这没有什么可羞耻的, 无论您的性取向或性别认同是什么, 警察都会为您提供帮助。

性与法律

澳大利亚制定了性相关法律。这些法律旨在确保人们的安全及免受伤害。了解这些法律很重要, 因为它可能与您所在国家的法律有所不同。

性行为同意原则

在澳大利亚, 您有权选择是否与他人发生性关系。没有人有权强迫您做您不想做的事。未经他人**同意**而与他人发生性行为是违法的。**同意**意味着您可以自由选择与他人发生性行为。未经同意的性行为属于性侵犯, 是违法的。

性侵犯

如果您或您认识的人受到性侵犯, 您不必独自面对这件事。大学可以提供支持和帮助您信息。举报性侵犯或接受性侵犯服务不会连累您的学习。

在大学里, Campus Care 可以为您提供援助并帮助您获得口译服务。星期一到星期五有校园护理值班。这是一个机密服务, 并且您的举报不会连累您的学习。

新南威尔士州的大多数大医院都有提供性侵犯服务 (Sexual Assault Services, SAS), 一天 24 小时全天候为任何受到性侵犯的人提供服务。他们提供医疗援助和咨询, 他们可以给您转介法律服务和警察咨询。这是保密服务。Sexual Assault Services 可以为您提供翻译。

如果您不想, 您也可以选择不向警方报告性侵犯事项。举报性侵犯或报警不会影响您的签证、移民或大学入学。

NSW Rape Crisis Centre 有更多关于新南威尔士州各地支持和服务的信息。

性骚扰

性骚扰是指未经请求和/或不想接受的带性的行为，例如，在您不愿意的情况下触摸，用带性的语言骂人或讲黄色笑话或用性吸引注意力，比如在您拒绝的情况下反复邀请您约会。性骚扰也涉及在性别或性认同上骚扰某人。

性工作

年满 18 岁以上的人在性场所（妓院）及为挣钱进行性工作（卖淫）在澳大利亚是合法的。如果您使用这些服务或者在这个行业工作，理解这些法律是很重要的。

女同性恋、男同性恋、双性恋、变性人、阴阳人和酷儿（简称 LGBTIQ）

在纽卡斯尔大学，您有权表达自己是谁，并在您的性生活中感到舒适和安全。澳大利亚有许多支持服务和社会团体，支持 LGBTIQ 学生的性健康和幸福需求。

纽卡斯尔大学是 ALLY 网络的成员，可促进（LGBTIQ）人员和学生及其相关问题提高可视性、认知和人们对他们的支持力度。

纽卡斯尔大学学生会（Newcastle University Student's Association）和纽卡斯尔大学研究生协会（Newcastle University Postgraduate Student's Association）也对学生关于 LGBTIQ 的问题给予支持。

社区 LGBTIQ 组织

Q Life 是 LGBTIQ 群体咨询和资源服务中心。该中心提供保密电话服务：1800 184 527。

ACON 是一个社区组织，它提供了一个计划旨在减少男同性恋和同性恋活跃的男性中 HIV 的传播感染，支持艾滋病患者，改善女同性恋、男同性恋、双性恋和变性人的健康和福祉。他们有 Asian and Arabic Speaking Men 计划及其他语言资料。

Gender Centre 为变性或性别问题人士提供个案管理和辅导。

海外留学生健康保险（OSHC）

这是一个学生签证时的要求，留学生拥有海外学生健康保险（OSHC）则可以支付在澳大利亚可能需要的医疗或医院护理费用。

您在澳期间，OSHC 将覆盖您看门诊以及某些医院治疗费用，某些救护车费用及有限的药物费用。其中包括性健康检查。

Allianz Global Assist 是大学在 UON 健康保险的首选提供商，Allianz 代表可在校园帮助学生进行查询、申请卡或帮助他们提出索赔。

对于由其他公司提供的 OSHC，最好检查一下公司的网站信息。

检查您所投保的保单

检查您的保单内容，了解保险覆盖哪些费用。

有时您可能被要求支付“差额”。医疗费用仅由医疗保险部分覆盖时，就会发生这种情况。保险不包括的部分称为差额，这是您需要支付的金额。

您将需要取得 OSHC 卡，每次您去看医生或进行急救处理时，需要出示自己的 OSHC 卡。在 University Health Service 的留学生可以根据他们拥有的 OSHC 类型，直接由 OSHC 卡扣除咨询费用。University Health Service

其他医疗服务可能会要求预付一笔差额，其他费用直接用 OSHC 支付。一些医学中心可能要求在看医生时全额付款，您之后可要求 OSCH 提供报销。寻找说英语和其他语言的医生。

可以当面或在线提出索赔。如果您就医时没有带 OSHC 卡，您仍然可以得到治疗，但是您需要全额支付医药费，并将从 OSHC 获得报销。Allianz OSHC 已经制作了一款应用程序 My OSHC Assistant - Health Cover on the Go