

Traditional Chinese (Cantonese)

網站簡介

性健康涉及一系列事件，可能影響您的身體與感情的健康幸福。包括雙方關係、性問題、與他人性接觸、懷孕等多種事項。在澳洲，性健康被以正面的方式看待，且得到公開討論。性關係應該是令人感到愉快，免受恐懼、免於感到羞恥，且不會被迫參與不想參與的活動。

該網站由國際學生設計，且專為國際學生而設。其中所含資訊，乃關於在出現性健康問題或您希望了解更多資訊時可提供的服務。

「享受愉悅且保證安全！」

伴侶間關係

伴侶間關係是健康生活的一部分，可為我們的生活帶來極大好處。每個人應該有一段安全且健康的關係。

部分因素可使性關係健康愉快，或是不健康且有不安全的可能。尊重是健康性關係的基礎。這是誠信溝通與行事的承諾。在一段健康的性關係中，伴侶雙方均可表達自己的感受，並尊重雙方需要以及性界限。

有些時候性關係可能變得不那麼健康。如果您在您的關係中感到恐懼、不舒服、受到控制或不愉快，那麼您要考慮適合您的關係了。倘若您的伴侶對您不好，並不是您的過錯，您不需要責怪，您也並不孤單。您可在校園內尋求協助並討論您的關係事宜。

家庭暴力是一個人利用親密關係控制及支配另一個人的有害行為。可能包括人身攻擊、心理虐待（威脅或殺害您本人、您的子女或家人）、社會虐待（威脅向移民局報告讓您的簽證失效）、經濟虐待（扣留伙食費或學費）或情感虐待（侮辱您或叫喚您的名字）。

家暴熱線 1800 656 463 為 24 小時服務熱線（可為您安排傳譯）。該服務免費且保密。

安全性行為與性接觸感染

性行為被認為是一種愉快的體驗，然而，其中帶有感染的風險，會影響您的健康。

安全性行為意味著保護您的健康，且在與他人進行性行為時免受疾病傳染。在性行為（陰交、肛交與口交）期間使用安全套（男性或女性）可有助預防性接觸傳染以及意外懷孕。

有個好消息是，假如您認為可能受到性接觸傳染，您可使用健康服務進行測試及治療。這些服務保密，且不會與您的學習有所連結。

為了良好的性健康，建議您進行一次測試：

- 每 12 個月
- 改變性伴侶時
- 倘若您在性交過程中沒有使用安全套
- 倘若性交期間安全套破裂

校園內有免費安全套提供。

如何在澳洲獲得性健康服務

新南威爾士州 Sexual Health Services 為保密服務，部分服務免費。大多數服務有提供翻譯服務。

University Health Centres 設有基本免費且通常保密的針對性接觸傳染的測試與治療，包括避孕、女性健康檢查、懷孕測試與輔導等多種服務項目。要獲取這些服務，您需要撥打電話或前往健康中心進行預約，並告知接待人員。在造訪健康中心時，您需要帶上您的健保卡。

位於艾士非與紐卡素的 Family Planning NSW 提供保密且不作診斷的生殖與性健康服務，例如性接觸傳播感染測試與治療、避孕、懷孕測試與輔導、女性健康檢查等多項服務。要獲取這些服務，您需要撥打電話或前往健康中心、傳送電郵或瀏覽該機構網站進行預約，並告知接待人員。

Sydney Sexual Health Service 提供保密且不作診斷的性健康檢查。獲取這些服務無需預約。

避孕

避孕是指預防因男女之間性交而引致懷孕。

在澳洲，設有多種不同的服務項目。

避孕可讓性伴侶免受懷孕風險而享受性歡愉。重要的是，選擇能夠最大程度滿足您的需要及與情況的事項。與 University Health Service 或社區醫療中心的醫生商談，可有助找出最適合您的避孕方案。

意外懷孕

有時候，新生命會在計劃以外出現。對計劃外懷孕作好決定是個人事項。在澳洲，設有提供保密且不作診斷的支援健康服務，協助女士找出最適合她們的事項。

可前往 Marie Stopes 或 Family Planning NSW 獲取懷孕事項的詳細資訊。您可在位於 Callaghan 或 Ourimbah 的 University Health Service 進行預約，與醫生商討您的事項。

性與互聯網

互聯網提供了相互交流溝通的方式，包括進入熱戀與性關係的機會。今日，很多人使用約會網站、約會手機程式或「性邀約程式」，其因您所尋找的關係而提供專門服務。這些關係包括長期、短期、異性戀或同性戀關係，以及更多服務。重要的是，在使用約會/性邀約手機程式時確保自己安全且保持理智。以下是確保您與您的伴侶擁有正面體驗的貼士：

1. **定期進行性健康檢查。** 重要的是，您知悉您自己的性健康狀況從而保護您與您的性伴侶。
2. **保護您的個人資料。** 確保您從未向不認識的人披露您的電話號碼、地址、身處位置、銀行資料或工作場所資料。
3. **在與他人見面前事先了解。** 重要的是，不要對任何事情操之過急。對心口不一的人保持警惕。如對某種事情感覺不妥，請遵照您的直覺行事。
4. **保持首先在公共場所見面。** 在公共場所見面時好選擇，因為周圍有其他人在場。這可保證您時刻處於安全狀態。確保您有自己的交通方式往返見面地點，以防約會不成功。
5. **將您的行程告知親友。** 倘若您要與某人見面，有人知道您將要前往的地方將可讓您保持安全。如果您不想向任何人透露這些訊息，是沒有問題的——然而安排一位親友對這事項關注，您可在感覺不舒服的情況下以這個為藉口離開。
6. **保持清醒。** 如果您要與某個認識不深的人見面，千萬不要接受他的飲品，除非您確認他們沒有在其中做手腳。切勿接受您認識不深的人提供的藥物。時刻保持警惕十分重要。

7. **保持尊重。**重要的是，您希望他人以怎樣的方式對待您，就要以怎樣的方式對待他人。尊重他人的界限，切勿騷擾、糾纏他人，或迫使他人做任何他們不想做的事情。性騷擾乃屬嚴重罪行，雙方同意很重要。
8. **緊急時要出手。**如您有即時危險，請撥打電話三個零（000）。毋須對使用約會或性邀約程式感到羞恥，警察將根據您的性別身份及性別認同為您提供協助。

性與法律

澳洲有針對性的法律。這些法律在於確保人們處於安全狀態，免受侵害。了解這些法律很重要，因其與您自己的國家的法律有所不同。

性行為

在澳洲，您有選擇是否與他人進行性行為的權利。沒有任何人有權強迫您去做不想做的事情。未經他人同意而與他人進行性行為乃屬違法。同意意味您可自主選擇與他人進行性行為。未經他人同意的性行為為性侵害，乃屬違法行為。

性侵害

倘若您或某個您認識的人遭受性侵害，您不應獨立處理這件事。大學將提供支援及資訊以協助您。舉報性侵害或獲取與性侵害相關的支援並不影響您的學業。

在大學校園內，Campus Care 可為您服務，協助您獲得傳譯服務。Campus Care 的服務時間為星期一至星期五。該服務保密，您的舉報並不影響您的學業。

新南威爾士州主要醫院亦設有Sexual Assault Services (SAS)，為遭受性侵害人士提供每日 24 小時服務。這些醫院提供醫療輔助及輔導服務，並可為您提供法律援助與警方建議。該服務保密。Sexual Assault Services 亦會為您提供傳譯服務。

倘若您不想報告，則毋須向警方報告性侵害事件。報告性侵害事件或前往向警方求助，不會影響您的簽證、居留狀態或大學修課。

新南威爾士州 Rape Crisis Centre 可提供新南威爾士州範圍內可提供的支援與服務。

性騷擾

性騷擾及/或不想要的性行為是不請自來的，例如您不希望受到的接觸、被叫性相關的名稱或聽到性笑話，或是遇上反復向您要求約會的性要求，您都要直接說不。針對某人性別角色或性別認同的騷擾行為同樣屬性騷擾。

性工作

性場所（紅燈區）以及獲取金錢的性工作（性服務），在澳洲，對 18 歲以上人士為合法。倘若您獲取該等服務，或是在這一行業工作，了解這些法律十分重要。

女同性戀者、男同性戀者、雙性戀者、跨性別人士、雙性人與酷兒（LGBTIQ）

在 University of Newcastle，您有權表達您是誰，以及在性相關事件中的舒適感與安全感。澳洲有多項支援服務以及社區小組，為 LGBTIQ 學生的健康與福利提供支援。

University of Newcastle 為 ALLY Network 成員，該網絡為 LGBTIQ 職員與學生及其相關事項提供支援，並讓他們更受關注及了解。

University of Newcastle 學生會與研究生會同時為學生提供 LGBTIQ 事務支援。

社區內 LGBTIQ 組織

Q Life 為 LGBTIQ 人士提供輔導及資源服務。可撥打熱線 1800 184 527 獲取保密電話服務

社區組織 ACON 設有多個項目，旨在降低男同性戀者及男異性戀者中間的 HIV 交叉感染，以支援 HIV 帶菌者，並改善女同性戀者、男同性戀者、雙性戀者、跨性別人士以及雙性人的健康與福利。該組織為亞洲人與講阿拉伯語人士設有專門項目，並可提供其他語言的資訊。

Gender Centre 為跨性別人士或性別存疑人士提供案件管理及輔導。

海外學生健康保障 (OSHC)

學生簽證要求國際學生參加海外學生健康保障 (OSHC)，以讓您可負擔在澳洲逗留期間可能需要的醫療或醫院護理服務費用。

在您逗留期間，OSHC 將承保您求醫就診、部分醫院治療服務、部分救護保險項目以及限定藥房藥物的費用。該項包括性健康檢查。

Allianz Global Assist 為大學在 UON 的首選健康保險服務提供者，同時 Allianz 有代表工作人員派駐校園，為學生提供查詢、保險卡申請服務，或協助進行索賠。

對於其他保險公司提供的 OSHC 服務，最好查閱其公司網站了解詳細資訊。

查看您相關政策的保障範圍

查閱您相關政策的細則，以了解獲承保的費用。

有時您會被要求支付「差額」金額。當醫療費用僅有部分或健康保險承保時，會出現這種狀況。保險未承保部分稱為差額，該部分為您所需支付金額。

您將需要持有 OSHC 保險卡，以在每次向醫生求診或接受緊急治療時出示。在 University Health Service，國際學生可按照其享有的 OSHC 類別直接支付其就診費用。University Health Service

其他醫療服務可能有差額費用，費用其餘部分為 OSHC 直接支付。部分醫療中心可能在您向醫生求診時要求您全額支付費用，而您可在其後向 OSCH 申請報銷該部分費用。
搜尋講英語或其他語言的醫生

您可親身或透過網上方式要求報銷就診費用。倘若您未有隨身攜帶 OSHC 保險卡，您在求診獲取治療時仍可接受治療，然而，您須全額支付診療費用，並在其後親身向 OSHC 申請報銷。Allianz OSHC 已推出手機程式 My OSHC Assistant - Health Cover on the Go