

同性恋青少年男女的健康问题

性活动

大多数青少年，不管是男同性恋、女同性恋、双性恋或异性恋，还没有处于性活跃状态。事实上，没有性交是完全预防性传播感染（STI）的唯一办法。但如果您选择有性交，确保您知道其中的风险和如何确保安全。

- **总是使用避孕套。** HIV、AIDS 和其他多种疾病通过肛门、阴道或口腔性交传播。男同性恋和双性恋尤其要多加小心，应该总是使用乳胶避孕套，做好这些疾病的预防工作。女同性恋应使用乳胶牙坝，帮助预防 STI。
- **避免有风险的行为。** 在性交前使用酒精和药物，有未知的性伴侣，或者在不熟悉或公共场所有性交，可传播 STI 和其他严重的健康问题或导致意外怀孕。
- **看医生。** 定期检查对您确保自己一直健康很重要。您若有任何关于 STI 或其他健康问题的疑问或担忧，这些检查也是您与儿科医师讨论这些问题的好机会。如果您感觉在电话或视频电话上交谈更舒适，询问他们是否可以提供远程医疗问诊。
- **确保您有按照计划安排接种所有疫苗。** 确保您已经接种了 3 剂乙肝疫苗。乙肝是一种会使您病得很重的病毒。这种病毒可通过体液接触传播。

用药精神障碍

避免利用药物或酒精来释放压力、焦虑以及缓解自卑。这么做可导致成瘾问题。使用药物和酒精还可导致有不安全的性交。

心理健康

孤立、拒绝、嘲笑、骚扰、抑郁和自杀想法—任何青少年都可能在一些时候有这些感觉。不过，同性恋青年男女尝试自杀的可能性比异性恋青少年高两倍。尝试自杀的人中大约有 30% 的人的确死亡。

如果您对自己的性认同感到困惑，咨询可能会有帮助。不过，应避免任何声称能够改变您的性取向的治疗或把同性恋看作是一种疾病的治疗想法。

歧视和暴力

同性恋青年男女成为暴力的受害者的风险很高。研究发现，30%到70%的男同性恋青年曾在学校遭受言语或身体攻击。他们还可能被嘲笑辱骂，被人骚扰或被朋友家人拒绝。

您可以为避免成为，尤其是在学校成为暴力受害者做一些事情。

- 与您信任的人交谈。应该将任何您在学校遭受的骚扰或暴力告知可以信任的学校辅导员、管理人员或教师。您有权在一个安全的学校上学，有一个没有歧视、骚扰、暴力和虐待的环境。
- 参与您学校的同性恋/异性恋联盟（或帮助成立一个）。这些团体可帮助促进同性恋、异性恋和双性恋青年以及其他学生和教师之间有更好的理解。
- 加入您社区内的同性恋青年支持团体。
- 鼓励您的父母加入支持团体。