



# 女同性戀者/男同性戀者/ 雙性戀者/跨性別者/ 同性戀者 (LGBTQ) 的健康

許多被認為是 LGBTQ 的人經常會避免日常醫療護理。一些人在過去有過不好的醫療保健經歷，或他們害怕他們的主治醫生 (PCP) 會評論自己。在三藩市有許多對 LGBTQ 友好的醫療保健醫生。他們會很樂意為您看病。

尤其重要的是 LGBTQ 人群與醫療保健醫生談論的這些話題：

1. 您的情緒：您現在感覺怎如何？  
您最近感覺怎如何？
2. 心臟健康
3. 安全的性行為及性傳播感染
4. 健身及飲食搭配
5. 毒品、酒精和煙草的使用
6. 人際關係及家庭暴力
7. 癌症篩選：
  - a. 這因人而異，可能包括：乳腺癌、婦科病、前列腺癌、睪丸癌、肛癌和結腸癌
  - b. 與您的醫生討論適合您和您身體的篩選方法
8. 對於跨性別者：
  - a. 荷爾蒙
  - b. 您是否適合進行外科手術或手術
9. 健康史，尤其是在您近幾年都沒有看過醫療保健醫生的情況下



記住，您無需告訴您的醫療保健醫生有關 LGBTQ 的問題。

這裡有一些他們可以聯絡的資源，包括：

- 聯絡網址：[www.project-health.org/transline](http://www.project-health.org/transline)
- UCSF LGBT 資源中心：[www.lgbt.ucsf.edu/lgbt-health-and-research-resources-ucsf](http://www.lgbt.ucsf.edu/lgbt-health-and-research-resources-ucsf)
- 美國國家 LGBT 健康教育中心：  
[www.lgbthealtheducation.org](http://www.lgbthealtheducation.org)

您應該獲得尊重。若您遭受歧視，您可以致電 SFHP Customer Service 提起申訴，電話是 **1(415) 547-7800**。

瞭解更多資訊，請致電 Customer Service，電話是 **1(415) 547-7800** 或造訪網站 [www.sfhf.org](http://www.sfhf.org)。

**24/7 免費護士幫助專線 1(877) 977-3397。**



## LGBTQ 青少年和年輕人

### 對於家長：

一些家長會因為有一個 LGBTQ 的子女感到傷心不安。在某些情況下，家長會將子女趕出家門，或是青少年因為在家感受到壓力或衝突而離家出走。

最好的辦法就是您與子女進行交談：

- 詢問問題。
- 給出真誠的回答。
- 一開始會很難，但如果您能夠與自己的子女坦誠討論美好的事情，談論艱難話題也會變得更簡單。
- 如果您需要，有一些人和組織能夠為您提供支持：
  - 您的醫療保健醫生。
  - 三藩市 LGBT Center 可以提供一些項目和資源。撥打 **1(415) 865-5661** 瞭解更多資訊。
  - 女同性戀者和男同性戀者的家長和朋友 (PFLAG) 可以給予支持和教育。這也包括給予跨性別者和質疑人群的資訊。請造訪 <http://www.pflagsf.org>。

### 對於青少年和年輕人：

為什麼去看醫生或去診所？

- 見 PCP 對於您是一個很好的機會，可以談論許多事情。並不僅僅為了健康檢查。
- PCP 會對您所說的所有事情保密。法律規定不可保密的內容 (包括對您自己或他人的傷害) 除外。
- 如果您不想讓您的家庭醫生提供治療，另有可以不經過您家長同意的青少年診所和其他醫療診所獲取治療。如果您擔心此次造訪的保密問題，請立即詢問您的 PCP。

- 可以幫助您結識一位朋友。如果您不理解一些問題，可以再次詢問。工作人員也可以幫助您查詢附近的能夠為您提供社會支持的地方。
- 如果您需要馬上與某人進行交談，可致電 Trevor Project：這是一條 LGBTQ 青少年 24/7 預防自殺與危機生命熱線。這是免費並且保密的：**1(866) 488-7386**。

專門提供給青少年的其他資源：

- LYRIC：[www.lyric.org](http://www.lyric.org)
- Dimensions 診所：[www.dimensionsclinic.org](http://www.dimensionsclinic.org)
- SF LGBT Center Youth Programs：[www.sfcenter.org/programs/youth](http://www.sfcenter.org/programs/youth)

在三藩市，還有許多其他的 LGBTQ 資源，這裡列出其中幾個：

- Asian & Pacific Islander Wellness Center：[www.apowellness.org](http://www.apowellness.org)
- Lyon-Martin Health Services：[www.lyon-martin.org](http://www.lyon-martin.org)
- Transgender Law Center：[www.transgenderlawcenter.org](http://www.transgenderlawcenter.org)
- Department of Public Health's Transgender Health Services：[www.sfdph.org/dph/comupg/oprograms/THS/default2.asp](http://www.sfdph.org/dph/comupg/oprograms/THS/default2.asp)
- Alliance Health Project (AHP)：[www.ucsf-ahp.org](http://www.ucsf-ahp.org)

資料來源：

Gay and Lesbian Medical Association：[www.glma.org](http://www.glma.org)

The Trevor Project：[www.thetrevorproject.org](http://www.thetrevorproject.org)

Centers for Disease Control：[www.cdc.gov/lgbthealth/about.htm](http://www.cdc.gov/lgbthealth/about.htm)



瞭解更多資訊，請致電 Customer Service，電話是 **1(415) 547-7800** 或造訪網站 [www.sfhph.org](http://www.sfhph.org)。

**24/7 免費護士幫助專線 1(877) 977-3397。**