健康科普--传染病防控之艾滋病篇

近年来青年学生中持续发现艾滋病病毒感染者，我国艾滋病传播途径也由血液传播为主转变为性传播为主，传播方式更加隐蔽，防治难度加大。艾滋病是一个复杂的社会问题，全社会要共同参与，社会各方力量要凝心聚力，目标一致，共同抗击艾滋病，维护大家身体健康和生命安全。

一、危害性认识

1.艾滋病是一种危害大、病死率高的重大传染病，目前既不可治愈，也没有疫苗。

艾滋病，即获得性免疫缺陷综合征（AIDS），是人体感染人类免疫缺陷病毒（艾滋病病毒，HIV）而引起的，以人体CD4+T淋巴细胞减少为特征的进行性免疫功能缺陷，疾病后期可继发各种机会性感染、恶性肿瘤和中枢神经系统病变的综合性疾患。传染源是艾滋病病毒感染者和艾滋病病人。

艾滋病有三种传播途径：血液传播、性传播和母婴传播。人们对艾滋病普遍易感，可通过接触带有病毒的血液、精液、阴道分泌液、乳汁而传染。

2.目前我国青年学生中艾滋病主要传播方式为性传播，特别是男性同性性行为传播。

近年来每年发现的青年学生艾滋病病毒感染者中，超过80%通过男性同性性行为感染。

3.不能通过外表判断一个人是否感染了艾滋病病毒，只有通过检测才能判断。

艾滋病病毒感染阶段分为急性期、无症状期和艾滋病期。急性期和无症状期的感染者没有特殊的体征和症状，不能从外表判断是否感染了艾滋病,只能通过检测出体内病毒的核酸、抗原或者抗体来判断。急性期和无症状期的感染者虽然外表看不出来，但具有传染性。

二、预防知识

1.学习掌握性健康知识，提高自我保护意识与技能，做自己健康的第一责任人。

每一个人都是自己健康的第一责任人。青年学生应主动接受性健康教育，建立正确的人生观、价值观，丰富课余生活，提高自制力。未成年人避免发生性行为，青少年尽量推迟首次性行为时间。

保持单一性伴侣，培养积极向上的生活方式，知晓性责任，拒绝和预防不安全性行为，提倡负责任、安全的性行为。

拒绝不安全性行为，正确使用安全套。

青年学生容易感染艾滋病的不安全性行为包括：无保护（不使用安全套）的男性同性性行为、与不知道感染状况的人发生无保护性行为、与多人发生性行为、吸毒或醉酒后发生性行为等。其中，无保护的男性同性性行为是青年学生最常见的感染方式。

发生性行为时应全程正确使用合格的安全套，这是预防艾滋病、性病的最有效措施。

3.使用毒品会增加感染艾滋病病毒的风险。

与艾滋病病毒感染者共用针具吸毒会使病毒通过污染的针具传播。

使用新型毒品（冰毒、摇头丸、K粉等）或者醉酒可刺激或抑制中枢神经活动，降低自己的风险意识，导致多性伴和无保护性行为的增加，也会间接地增大感染艾滋病病毒和性病的风险。

4.性病可增加感染艾滋病病毒的风险，必须及时到正规医疗机构诊治。

性病病人感染艾滋病的风险更高。特别是梅毒、生殖器疱疹等以生殖器溃疡为特征的性病，使艾滋病病毒更容易通过溃疡入侵。

5.使用消毒不严格的被艾滋病病毒污染的工具纹眉、打耳洞、拔牙等也有造成艾滋病传播的可能。

如个人确实需要纹眉、打耳洞、拔牙等，一定要到正规医疗机构进行，使用一次性或严格消毒的工具。

6.日常学习和生活接触不会传播艾滋病。

日常学习和生活接触，包括共用学习用品、共同进餐、共用卫生间、握手、拥抱等不会传播艾滋病病毒。

蚊虫叮咬也不会传播艾滋病。

7.发生易感染艾滋病危险行为后，必要时可采取药物阻断，减少艾滋病病毒感染的风险。

一旦发生不安全性行为等易感染艾滋病高危行为后，应及时到指定医院咨询和检测，并在医生指导下进行暴露后预防（PEP）用药。

暴露后预防用药可以有效降低感染艾滋病病毒的风险。用药时间越早越好，在暴露后2小时内服用效果最佳，72小时内服用有较高的阻断成功率。

三、检测与治疗

1.发生高危行为后，应该主动进行艾滋病检测与咨询，早发现、早诊断。

发生高危行为后，应尽早主动到疾控中心或相关医疗机构寻求艾滋病咨询和检测，也可以使用药监局批准的自我检测试剂进行筛查检测。筛查检测结果呈阳性不能确定是否感染，还应尽快进行确诊检测，以便尽早治疗。

进行艾滋病检测时应避开检测窗口期（指从感染艾滋病病毒到血液中检测到病毒核酸、抗原或抗体的时期），不同个体的检测窗口期长短存在差异。一般情况下，艾滋病病毒抗体检测的窗口期约为3周，病毒抗原和抗体联合检测的窗口期约为2周，病毒核酸检测的窗口期约为1周。

2.疾控中心、医院等机构均能提供保密的艾滋病咨询和检测服务。

各地疾控中心自愿咨询检测门诊（VCT）提供免费艾滋病咨询和检测服务。各地县级以上医院、妇幼保健机构及部分基层医疗机构（如社区卫生服务中心、乡镇卫生院）也提供检测服务。个人还可以购买自我检测试剂进行检测，如果检测阳性，要及时到医疗机构、疾控中心确诊。

有关法律法规规定，医疗机构及其医务人员应当对患者的隐私保密。全国艾滋病咨询检测点信息详见：

[http://ncaids.chinacdc.cn/fazl/jcjg\_10287/zyzxjcmz/](https://link.zhihu.com/?target=https://go.115.com/?http%3A%2F%2Fncaids%40%40%40chinacdc%40%40%40cn%2Ffazl%2Fjcjg_10287%2Fzyzxjcmz%2F" \t "https://zhuanlan.zhihu.com/p/_blank)

3.感染艾滋病病毒后应及早接受抗病毒治疗。

一旦感染艾滋病病毒，体内病毒复制就已经开始，会逐渐损害全身多个器官，及早治疗能够抑制病毒复制，恢复免疫功能，保持较好的身体状况。

四、法律法规

1.艾滋病病毒感染者和艾滋病病人应得到理解和关怀，反对歧视艾滋病病毒感染者和艾滋病病人。

艾滋病病毒感染者和艾滋病病人的各项权利受到法律保护。《传染病防治法》规定，“任何单位和个人不得歧视传染病病人、病原携带者和疑似传染病病人”。《艾滋病防治条例》规定，“任何单位和个人不得歧视艾滋病病毒感染者、艾滋病病人及其家属。艾滋病病毒感染者、艾滋病病人及其家属享有的婚姻、就业、就医、入学等合法权益受法律保护”。

2.故意传播艾滋病要承担法律责任。

艾滋病病毒感染者和艾滋病病人在得知感染艾滋病病毒后应主动告知性伴或配偶。故意传播艾滋病违反国家法律法规，需要承担相应的法律责任。