尊敬的东乡区广大市民：

第32个“12.1世界艾滋病宣传日”即将来临之际东乡区疾控中心提醒您艾滋病离我们的生活并不遥远。艾滋病是一种危害大、死亡率高的严重传染病，目前不可治愈、无疫苗预防。2018年我国报告新发现艾滋病病毒感染者/艾滋病病人14.9万例，其中性传播比例超过90%。平均每小时新发现17例艾滋病病毒感染者/艾滋病病人。一旦感染要终身服药，会给您带来巨大的心理压力。

但也不必恐慌，我们来教您如何保护自己及您的家人。艾滋病病毒通过性接触、血液和母婴三种途径传播。性接触是艾滋病最主要的传播途径。艾滋病病毒可通过性交（包括阴道交、口交、肛交）的方式在男女之间或男男之间传播，并且梅毒等性病还有吸毒可增加感染艾滋病病毒的风险。而日常生活接触是不会传播艾滋病病毒的，艾滋病不会经马桶圈、电话机、餐饮具、卧具、游泳池或浴池等公共设施传播。咳嗽和打喷嚏不传播艾滋病。 蚊虫叮咬不会感染艾滋病。

掌握预防知识、拒绝危险行为，做好自身防护是预防艾滋病最有效的手段。 卖淫、嫖娼、吸毒等活动是艾滋病传播的重要危险行为。多性伴且没有保护的性行为可极大地增加感染、传播艾滋病和性病的危险。坚持每次正确使用安全套及忠贞于一个性伴可有效预防艾滋病/性病的经性途径传播。如果您担心自己是否被感染，可以去各个医疗机构及区疾控中心进行HIV抗体检测，这是及早发现是否感染的重要措施。我们还开设了咨询电话0794-4232671。并且对每一个咨询检测者的信息完全保密。

艾滋病威胁着每一个人和每一个家庭，预防艾滋病是全社会的责任！在此我们呼吁大家积极参与到预防控制艾滋病的宣传教育工作中来，学习和掌握预防艾滋病的基本知识，避免危险行为，加强自我保护，并把了解到的知识告诉他人！

 东乡区疾病预防控制中心

 2019年11月