

积极检测
积极治疗

积极治疗
健康你我

“积极检测，积极治疗”宣传手册



前言

在艾滋病新发感染者中，“男同”人群所占比例不断攀升，这需要引起我们的足够重视。本手册通过深入浅出的文字和同志特色的漫画呈现出来，希望对于普及艾滋病防治常识，保护同志社群自身健康起到积极的作用。

艾滋病的自然病程，一般分为三个阶段：



1

HIV 急性感染期

感染后，少部分感染者会出现类似流行性感冒的症状，如发热、咽喉炎、皮疹、淋巴结肿大等，这些症状一般持续 2-4 周会自然缓解。



03

2

无症状期

约占整个阶段 80% 的时间。这时的病人被叫作 HIV 感染者，表面上大多数感染者是健康的，与健康者没有区别，只是其体内的免疫系统正在与病毒进行着无形的斗争。

感染者的无症状期持续的时间平均为 8-10 年，其长短与感染途径、病毒型别、机体免疫状态、感染病毒量、急性期病毒载量以及是否接受抗病毒治疗等因素有关。

04

3

艾滋病期

当感染者体内的免疫细胞已无法与 HIV 抗衡时，就进入了艾滋病期。这时，感染者被叫作艾滋病病人。他们非常容易受到其他疾病的感染，一些平时可能不会对人的生命产生威胁的普通疾病，如肺炎等，对于艾滋病病人来讲可能是致命的，艾滋病病人如果不及时进行抗病毒治疗，一般会在发病后 6- -24 个月内死亡。

因此，及时发现、积极治疗对于控制病程的发展和提高生存质量至关重要。

“积极治疗”有多重要？

实现治疗目标需要患者非常认真地坚持并遵守治疗方案。与其他慢性疾病相比，患者积极、正确的治疗更为重要。

治疗的成功与失败也许只在一念之间。一旦患者漏服了 5% 以上的常规药量就会增加发生病毒耐药的可能性，显著地影响药物的抑制作用，患者的免疫系统持续遭到破坏，并存在死亡的危险。

同时，如果发现病情较晚，药物服用延迟，将容易导致患者的病情加重，治疗难度增大，危机生命。

吃药会花很多钱吗？

对于艾滋病病毒感染者和病人，长春市免费提供抗病毒治疗药物，以及CD4和病毒载量检测，患者可到现在住址所在地的疾控中心申请免费治疗和检测。



07

好多病友口中说的“小四”是什么？

“小四”是病友对CD4的简称。CD4细胞是免疫系统的组成部分，并且是受HIV直接攻击的靶细胞。CD4数量是免疫系统健康状况的指标。也就是说，你的CD4越多，免疫系统就越强大。

建议在查出HIV阳性后，就立即进行CD4检测，了解自身免疫状况，以后需要定期检查，定期CD4的检测也是免费的，与现住址所在地疾控中心保持畅通的联系是必要的。



08

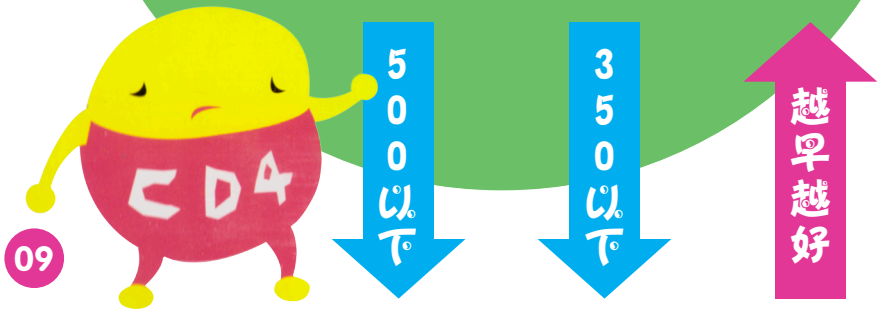
什么时候开始服药比较好？

如果血液中的 CD4 计数降至 350 个 / 立方毫米左右，那么你应该立即开始治疗。

世卫组织 2013 年最新公布的治疗指南中已经将治疗时机提高到 CD4 细胞计数等于或低于 500 个 / 立方毫米。

随着医学的发展，治疗的时机在指南中不断更新提早，越来越多的研究表明：早期治疗有利于免疫功能的恢复，可预防 HIV 相关疾病，有助于延缓疾病进展，提高生存率，降低药物毒副作用。

而一旦治疗开始，就不应擅自停止或更改治疗方案



是不是越晚服药越好？ 如果因为早服药，产生耐药怎么办？

并不是越晚服药越好。每个人的病情不一，服药应根据具体情况具体分析，一味为了减少治疗负担，或为避免产生耐药性而拖延服药，会导致病情加重。

是否产生耐药性与早服药或晚服药无关，最关键的是要对症服药，并且保持良好的服药依从性。



总听说服药“依从性”的叫法，不太懂哎！

服药依从性就是按医生的要求服药。

良好的依从性包括：遵守医生的建议，病人自愿用药，按时、按量用药，不漏服不擅自换药停药，健康的生活习惯。

请积极寻找各种方式，比如使用闹钟功能，或者请朋友提醒等方式帮助您按时按量的服药。

病人服药的依从性对于治疗效果具有决定性的作用，如果不规律或不按时服药，产生耐药性的危险就很高，会威胁病人的生命安全，所以，一定不要掉以轻心啊！



除了按时吃药外，还有什么需要注意的？

不要害怕与人交往。要抱积极的人生态度，不自我孤立，尽可能与可信任的人讨论自己遇到的问题，寻求帮助。

为避免 HIV 的再次感染，就要改变以往的危险行为，最重要的就是坚持使用安全套。

保持乐观的情绪，注意饮食营养，锻炼身体。戒烟，戒酒，戒毒，过健康有规律的生活。力争增强自身的抵抗力。



既然感染了，是不是与他人做爱就不用戴安全套了？

不是。感染者和非感染者一样，都应该避免和他人进行无保护性交（口交、肛交或阴道交）。

即使你已感染 HIV，但在与人无套性交后若再次感染另一种病毒株，将会导致交叉感染、双重感染，会增加你的治疗难度，加快病程发展。

通过性途径传播的疾病还包括：乙肝、丙肝、梅毒、尖锐湿疣等，这些疾病一样会增加你的身体负担。

生命无儿戏，一定要珍惜啊！

长春市艾滋病随访管理责任机构 地址及电话：

机构名称	机构地址	电话
长春市传染病医院	长吉南线三道段 2699 号	0431-85888315
南关区疾病预防控制中心	长春市东五马路 190 号	0431-88722656
宽城区疾病预防控制中心	长春市宽城区天津路 17 号	0431-86702723
朝阳区疾病预防控制中心	长春市朝阳区隆礼路 668 号	0431-85675187
长春市疾控中心 HIV 自愿咨询检测门诊	长春市朝阳区建设街与工农大路交汇	0431-82738320
二道区疾病预防控制中心	长春市二道区临河街 14 号	0431-84920229
绿园区疾病预防控制中心	长春市绿园区静安路 1055 号	0431-87951300
双阳区疾病预防控制中心	双阳区常青路 69 号	0431-84251138
农安县疾病预防控制中心	农安县宝安路东段	0431-86844725
九台市疾病预防控制中心	九台市九台办事处前进十社	0431-82350182
榆树市疾病预防控制中心	榆树市向阳路 120 号	0431-83660971
德惠市疾病预防控制中心	德惠市西十道街	0431-87268894