**致大学生的一封信**

随着时代的发展，当代大学生作为时代的先锋者，在积极学习成长，享受新中国快速发展带来便利的同时，需对周围潜在的危险有所认知、防范。大学生艾滋病感染率的上升，不仅危害大学生的健康发展，而且影响我国人口结构和整体素质。当代大学生学会正确有效地预防艾滋病，这是当前较为关键的任务。

我国的艾滋病疫情已经从高危人群开始向普通人群蔓延，青少年已成为受艾滋病影响的主要人群。当代大学生的生理处于活跃时期，心理发展还未完全成熟，知识尚不完整，性观念又比较趋于开放，自我保护意识不强，缺乏相关的经验和知识来抗击艾滋病，而免于艾滋病的侵袭。

艾滋病医学全名为获得性免疫缺陷综合征（英文缩写AIDS）。它是由艾滋病病毒感染而引起的一种传染性疾病。艾滋病病毒侵入人体后，破坏人体的免疫系统，使感染者逐渐丧失对各种疾病的抵抗力，造成各种机会性感染、肿瘤等，最终死亡。目前还没有针对艾滋病的疫苗和可治愈艾滋病的药物，但是现有的抗病毒治疗可以有效抑制病毒复制，延缓疾病进程，提高患者生活质量。

艾滋病病毒（HIV）的传播途径只有三个：（1）、性传播：异性、男男同性性行为都会导致HIV的传播。（2）、血液传播：与别人共用注射器吸毒；使用未经严格消毒的注射器、针头；使用未经检测的血液或血制品；器官移植等。（3）、母婴传播：感染HIV病毒的女性怀孕、生产和哺乳都可能造成孩子感染艾滋病病毒。

日常生活接触如共同生活学习、打喷嚏、咳嗽、握手、拥抱等不会感染艾滋病，蚊虫叮咬也不会传播艾滋病。

艾滋病的传播在很大程度上取决于人们的行为和习惯，因此，预防艾滋病是完全可能的，而且是可以做得到的。对个人预防来说，除掌握有关艾滋病知识外，尚须做到：

（一）洁身自爱 减少性伴，不要轻易发生性性行为，不要轻率地进出某些娱乐场所；任何场合都应保持强烈的预防艾滋病意识；不要存在任何侥幸心理；不要因好奇而尝试吸毒。

（二）生病时要到正规的诊所、医院求治，注意输血安全，不到不正规的个体诊所与美容机构打针、拔牙、针炙、手术；不用未消毒的器具穿耳孔、文身、美容。

（三）不与他人共享剃须刀、牙刷等，尽量避免接触他人体液、血液，对被他人污染过的物品要及时消毒。

（四）发生高危行为可到各级疾病预防控制中心和各级卫生行政部门指定的医疗机构，得到免费咨询和艾滋病病毒抗体筛查检测。

生命以它独有的美，浸润了生活的点点滴滴；美丽的生命，源于对生活的珍视。生命不能承受之轻，是对生命健康责任的轻视。拥有健康的生命，我们才能孝爱父母、呵护家庭、贡献国家；拥有健康的生命，我们才能体会爱与被爱的精彩。人的生命只有一次，拥有健康的生命，我们的人生才会美丽如花。

生命行走在你我掌心，请小心珍视呵护

青春承载太多的美丽，请让她健康绽放

景德镇市疾病预防控制中心