

全民动员共防艾 健康中国我行动



# 艾滋病

## AIDS

### 防治知识读本

FANGZHIZHISHIDUBEN

多一份理解和关怀 少一份歧视和冷漠

**全民动员共防艾  
健康中国我行动**



绛县疾病预防控制中心

# 目 录

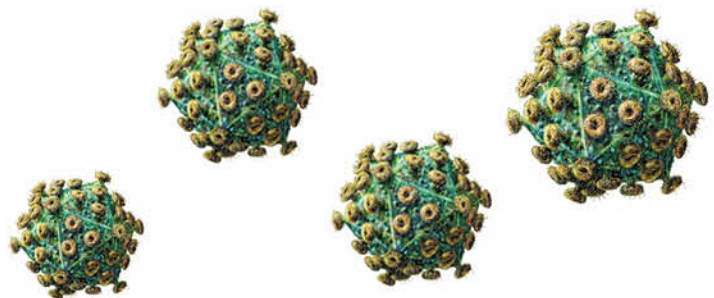
|                                    |    |
|------------------------------------|----|
| 艾滋病预防知识.....                       | 2  |
| （一）什么是艾滋病.....                     | 2  |
| （二）感染艾滋病病毒后什么时候发病.....             | 4  |
| （三）艾滋病有哪些临床表现.....                 | 4  |
| （四）哪些途径传播艾滋病.....                  | 5  |
| （五）与感染者病人的日常接触及蚊虫叮咬不传播艾<br>滋病..... | 5  |
| （六）哪些行为容易感染上艾滋病病毒.....             | 7  |
| （七）如何预防艾滋病.....                    | 9  |
| （八）遇到以下问题怎么办.....                  | 12 |
| （九）艾滋病自愿咨询检测.....                  | 13 |
| （十）什么是国家“四免一关怀”政策.....             | 14 |
| （十一）预防艾滋病的社会责任.....                | 16 |



## 艾滋病预防知识

### (一) 什么是艾滋病

1、艾滋病（AIDS）是由艾滋病病毒（HIV）引起的一种病死率很高的严重传染病，目前尚无有效的疫苗和治愈方法，但完全可以预防。



2、不要认为艾滋病离自己很远。目前艾滋病在我国迅速蔓延，通过不安全性行为感染的人越来越多，女性感染比例逐渐上升。



3、感染艾滋病病毒后，就成为病毒携带者，在很长时间内不发病，从外表上也看不出来，但可以传染给其他人。所以，如果有不安全性行为，就存在感染的可能性。



## （二）感染艾滋病病毒后什么时候发病

艾滋病病毒进入人体后，并不会马上使人发病，感染艾滋病病毒的人平均 7-10 年左右才会出现艾滋病症状，从不小心感染艾滋病病毒到出现症状这段时间叫做艾滋病潜伏期。潜伏期虽然没有症状，但可以传染他人。



## （三）艾滋病有哪些临床表现

1、感染艾滋病病毒初期一般无明显症状，只有一部分人在感染后 1-6 周可出现发热、浑身无力、肌肉酸痛、恶心、腹泻等类似病毒性感冒的症状，部分感染者上身可能出现皮疹，这些表现常在出现后 1-4 周内自然消失。



2、感染艾滋病病毒后一般要经过平均 7-10 年的潜伏期才会发病，病人将会出现不明原因的持续不规

则低烧、慢性腹泻、渐进性消瘦、乏力等，最后死于各种感染性疾病和肿瘤。

## （四）哪些途径传播艾滋病

1、**性接触** 同性及异性之间无保护措施性接触。包括阴道性交、肛交、口交等，特别是肛交有着更大的传染危险。

2、**血液传播** 输入未经艾滋病病毒抗体检测的血液或血制品，共用注射器吸毒，使用未经消毒或消毒不严的各种医疗器械及能够刺破皮肤的工具。

3、**母婴传播** 感染了艾滋病病毒的妇女可以在妊娠、分娩和哺乳时将病毒传染给婴儿。

## （五）与感染者病人的日常接触及蚊虫叮咬不传播艾滋病

### 1、与感染者病人的日常接触不传播

在日常生活接触时，如握手、拥抱、礼节性接吻、咳嗽、打喷嚏、共用电话、钱币、马桶、一起工作、

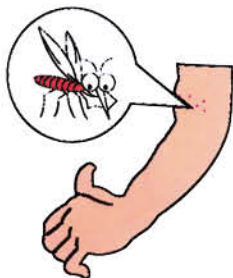


就餐、洗浴、游泳等不传播艾滋病。因此不必担心和恐惧，更不要疏远和歧视艾滋病病毒感染者和病人。他们是疾病的受害者，我们有义务关心和帮助他们。



## 2、蚊虫叮咬不传播

研究表明，艾滋病病毒在蚊子体内不繁殖。蚊子在吸血时不会将已吸进体内的血液再注入被叮咬的人而是注入唾液以便吸血。另外蚊子嘴中残留血液内的艾滋病病毒数量极少，远不足以引起感染。



## (六) 哪些行为容易感染上艾滋病病毒



1、无保护的异性间的多伴侣性行为；



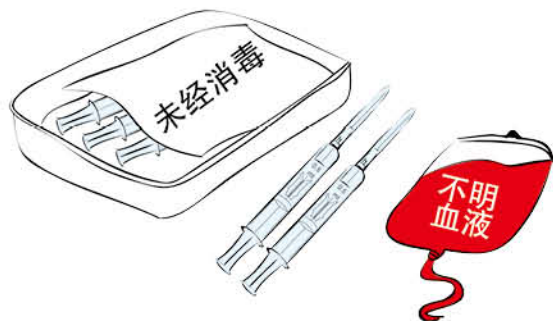
2、男男性接触者无保护性行为；

3、共用注射针具静脉吸毒；



4、使用未经消毒或消毒不彻底的注射针具及医疗器械等；





5、输入未经检测或来源不明的血液及血液制品；



6、到非法采血点卖血。

## (七) 如何预防艾滋病

- 1、遵守性道德，保持单一没有感染艾滋病病毒的性伴侣；
- 2、发生婚外性行为时正确使用安全套；



3、避免不必要的注射、输血和使用血液制品；

4、感染艾滋病病毒的妇女避免怀孕；



5、大力倡导无偿献血，杜绝非法采、供血；



6、不与他人共用针具或其他可能引起出血的个人用品；



7、得了性病及时到正规医院进行彻底治疗。

### 8、安全套能预防艾滋病

正确使用质量合格的安全套不仅可以避孕，而且还可以有效减少因性接触而感染上艾滋病病毒或性病的风险。

妇女有权主动要求对方在性交时使用安全套。

已经采取上环或结扎等避孕措施的妇女，为了预防性病及艾滋病仍然需要丈夫使用安全套。

### 安全套的正确使用方法



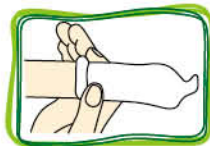
1) 查看有效期和型号



2) 小心拆封



3) 挤掉顶囊空气、分清内外



4) 未疲软前抽出



5) 打结后丢入垃圾桶

- 选择合适的型号。
  - 取出安全套时应小心，防止安全套被划破。
  - 用拇指和食指握住安全套前端，以排除空气。
  - 待阴茎勃起后，用手将安全套套在阴茎上并从上往下撸。
  - 射精后，在阴茎变软前紧握安全套将阴茎抽出，不让精液流出。
  - 安全套使用后扔在垃圾箱内。
- 应坚持每次性生活都用安全套！

## (八) 遇到以下问题怎么办

### 1、一次婚外性行为会感染艾滋病吗？

完全可能。艾滋病病毒感染者有 7-10 年无症状期，和健康人无两样。如与艾滋病病毒感染者发生性关系，完全可能感染上艾滋病。有人因存在侥幸心理，而为此付出惨痛代价。因此，哪怕是有一次婚外性行为也应当全程使用质量可靠的安全套，预防感染艾滋病。



### 2、远离毒品

不要因为好奇或朋友诱惑而去尝试吸毒，一旦吸食，终生难戒。如暂时无法戒断的吸毒者，可以选择美沙酮维持治疗或不与他人共用注射器和针具。



### 3、长期外出务工时如何释放和转移性冲动？

应选择健康的生活方式，如：看书、听音乐、参加体育活动等来充实工作之余的时间。

### 4、孕产妇感染艾滋病病毒怎么办？

应及时采取抗病毒药物干预、剖宫产、避免母乳喂养等预防措施，以降低胎儿、婴儿感染的可能性。

### 5、担心自己感染了艾滋病病毒怎么办？

当怀疑自己可能感染艾滋病病毒，应及时主动地到当地疾病预防控制中心寻求咨询和检测，可以尽早诊断、及时治疗，得到心理支持和预防指导。

### 6、已经感染了艾滋病病毒怎么办？

保持良好的心态，不恶意传播病毒，积极配合医疗机构，定期到疾病预防控制中心或指定医疗机构进行检测观察，在符合治疗条件时及时进行抗病毒治疗。



## (九) 艾滋病自愿咨询检测

国家实施免费艾滋病自愿咨询检测，人人都可享受免费、保密的艾滋病咨询和初筛检测服务。需做检测的人群：

有过不安全性行为者（如婚外性行为、多性伴、男男同性性行为等）；与他人共用注射器静脉注射吸毒者；怀疑接受过不洁输血、使用过未经严格消毒的针具注射的人；破损的皮肤粘膜不慎接触到被艾滋病病毒污染的血液、体液的人；感染艾滋病毒的母亲所生的婴儿；

艾滋病感染者和病人的配偶子女及生活密切接触者；其他自愿接受咨询检测的人员。



## （十）什么是国家“四免一关怀”政策

### “四免”

1、向农村和城镇经济困难的艾滋病病人免费提供抗艾滋病病毒治疗药品，适当减免抗机会性感染治疗药品的费用。

2、向接受艾滋病咨询、检测的人员免费提供咨询

和初筛检测。

3、向感染艾滋病病毒的孕产妇免费提供预防艾滋病母婴传播的治疗和咨询。

4、生活困难的艾滋病病人遗留的孤儿和感染艾滋病病毒的未成年人接受义务教育的，免收杂费、书本费；接受学前教育和高中阶段教育的，减免学费等相关费用。

### “一关怀”

对生活困难并符合社会救助条件的艾滋病病毒感染者和病人及其家属给予生活救助；扶持有劳动能力的艾滋病病毒感染者和病人从事力所能及的生产自救。关心、帮助、不歧视艾滋病病毒感染者和病人。

艾滋病威胁着每一个人和每一个家庭，影响着社会的发展和稳定，预防艾滋病是全社会的责任！



## （十一）预防艾滋病的社会责任

### 献出你的爱心

关心、帮助和不歧视艾滋病患者及艾滋病病毒感染者是预防与控制艾滋病的重要方面。

艾滋病病毒感染者和艾滋病患者，应该得到人道主义的同情和帮助，家庭和社区要为艾滋病病毒感染者及艾滋病患者营造一个友善、理解、健康的生活和工作环境。

红丝带是一个世界性的标志，代表对艾滋病病毒感染者和艾滋病患者的关怀。

### 预防艾滋病男士责无旁贷

男性有更大的感染艾滋病的危险性，男士也更容易将艾滋病病毒传染给妇女。

男士有责任采取更积极的行动以控制艾滋病的流行。

