

健康定海

共抗艾滋
共享健康□记者倪妮
通讯员顾松君

今年12月1日是第35个“世界艾滋病日”，我国今年宣传活动主题“共抗艾滋 共享健康”，旨在进一步推动新时代艾滋病防治工作的高质量发展，全面营造全社会参与艾滋病防治工作的良好氛围。那么，什么是艾滋病？有哪些传播途径？我们应该怎么预防？记者日前采访了区疾病预防控制中心相关工作人员。

艾滋病相关知识

什么是艾滋病？

艾滋病是由艾滋病病毒(HIV)引起的一种病死率极高的严重传染病，全称是获得性免疫缺陷综合征。艾滋病属于乙类传染病，艾滋病病毒侵入人体后，破坏人体的免疫功能，使人体发生多种难以治愈的感染和肿瘤，最终导致死亡。目前尚无有效治愈办法，也没有疫苗，但可以预防。

艾滋病是一种慢性进展性疾病，患者在初次感染2—4周后会进入急性期，可能出现感冒样症状、皮疹、淋巴结肿大等症状。之后，患者进入无症状期，患者无症状持续时间为6—8年左右，特别注意的是这个时期不是静止期，也不是安全期，具有传染性；艾滋病期是艾滋病感染的终末阶段，此期具有三个基本特点：严重的细胞免疫缺陷、发生各种机会性感染和恶性肿瘤。

艾滋病病毒大量存在于人体血液、组织液、淋巴液、精液、阴道分泌物中。乳汁中也含有一定量的艾滋病病毒。

艾滋病病毒传播有哪些途径？

艾滋病的传染源为HIV感染者及艾滋病患者，艾滋病的传播途径包括：血液传播、性传播、母婴传播。

血液传播包括：输入污染了HIV的血液或血液制品；静脉药瘾者共用受HIV污

染的、未消毒的针头及注射器；共用其它医疗器械或生活用具(如与感染者共用牙刷、剃刀)也可能经破损处传染，但罕见；注射器和针头消毒不彻底或不消毒，特别是儿童预防注射未做到一人一针一管，危险更大。

性传播是指在采取保护措施前提下，与已感染艾滋病病毒的同性或异性发生性行为，并伴有体液的交换，性传播是艾滋病病毒的主要传播方式。目前，全球三分之二以上的感染者是通过性接触而感染的。性伴的数量、性伴的地区分布、性伴中有无静脉吸毒或双性恋、性行为的频率及安全套使用等情况，都对性传播艾滋病病毒有显著影响。

母婴传播也称围产期传播，即感染了HIV的母亲在产前、分娩过程中及产后不久将HIV传染给了胎儿或婴儿。可通过胎盘，或分娩时通过产道，也可通过哺乳传染。

什么叫“窗口期”？

健康人感染艾滋病病毒后不能马上检查出来(即体内查不出抗体)，一般在2周至3个月后才可检查出来。从受到艾滋病病毒感染到可以检查出来的这一段时间称为“窗口期”。在“窗口期”虽然检查不出抗体，但在血液、精液、阴道分泌物等体液中已含有大量的艾滋病病毒，有很强的传染性，此时，必须防止传播给他人。

哪些是艾滋病高危人群？

高危人群主要包括静脉吸毒者、卖淫者、同性恋者、性混乱者或多个性伴侣者、感染HIV母亲所生婴儿、接受HIV污染的血液或血制品者等。

哪些人需要主动检测？

发生无保护性行为、拥有多个性伴、伴侣或配偶HIV阳性、卖淫嫖娼、男男同性性行为、共用注射器吸毒、吸食新型毒品、性病患者等，性伴感染状况不明、多次发生危险行为应定期检测，建议每3个月检测一次。艾滋病可防可控。策略就掌握在我们每个人的手中：“应检尽检、应治尽治、早检早治”。

什么是HIV暴露后预防？

HIV暴露后预防是尚未感染HIV的人员，在暴露于高感染风险后(如与HIV感染者或感染状态不明者发生体液交换行为)及早(不超过72小时)服用特定的抗病毒药物，降低HIV感染风险的方法。

暴露后72小时内尽早使用阻断药可减少艾滋病病毒感染的风险。一旦发生高危行为，应立即到定点医院咨询补救措施，医务人员会进行专业评估，并给予暴露后预防阻断用药建议，同时定期检测。越早服用阻断药，越大概率上不会造成感染。

关于艾滋病的五大误区

●**误区一：日常接触会传播艾滋病。**日常生活中，不少人会担心自己在不知情的情况下感染艾滋病病毒。艾滋病虽然很可怕，但其实这种病毒的传播力并不是很强，它不会通过我们日常的活动来传播，也就是说，我们不会经浅吻、握手、拥抱、共餐、共用办公用品、共用厕所、共用游泳池、共用电话、打喷嚏、蚊虫叮咬而感染，甚至照料HIV感染者或艾滋病患者都没有关系。

●**误区二：感染HIV后很快就会死亡。**人们之所以对艾滋病这么恐惧，很大程度上源于它的高死亡率。然而不同艾滋病病毒感染者的潜伏期并不同，有些会在短短数月内发病。而有些人却能携带HIV生活数十年，甚至达到预期寿命。准确地说，艾滋病不经治疗

死亡率是百分之百，但目前抗病毒治疗大大降低了艾滋病的死亡率，延长了患者的生命。

●**误区三：同性恋一定会患艾滋病。**由于很多艾滋病患者都是同性恋群体，导致人们将同性恋和艾滋病相提并论。客观讲，艾滋病确实部分男同性恋中比较流行，原因是男性间的性行为更易导致黏膜破损和病毒传播。但同性恋本身与艾滋病的传播并无关联，对于同性恋的过分恐惧和排斥反而会加大同性恋者的隐蔽性，增加防治艾滋病的难度。

●**误区四：感染HIV就变成了艾滋病患者。**在很多人的认知里，一旦感染HIV，这个人就变成了艾滋病患者，其实不是这样。

HIV指的是艾滋病病毒，而艾滋病(AIDS)指的是艾滋病病毒感染的最后阶段。人体在感染艾滋病病毒2—10年，甚至更久以后，免疫系统受到毁灭性破坏时才会发展为艾滋病，出现感染、肿瘤等体征。

●**误区五：感染HIV后一定会有症状。**众所周知，感染艾滋病病毒后会出现如低烧、淋巴结肿大、四肢无力等症状。其实并不是所有人在感染病毒后一定有症状产生。感染HIV病毒后，可能会有一个长时间的无症状感染期。这个时期可持续约2—10年，这期间没有任何不适症状，而病毒携带者虽然已经被感染甚至可传染他人，但还没有发病时，可以像正常人一样生活几年甚至几十年。

怀疑自己得了艾滋病怎么办？

如果有过高危行为，并担心自己得了艾滋病的话，可以在最后一次高危行为3个月后，到当地疾控中心或卫生行政部门指定的医疗机构自愿咨询检测门诊进行免费的自愿咨询检测。对于咨询信息，卫生健康部门予以保密。

定海区疾病预防控制中心：环南街道东山路289号公共卫生大楼802室，咨询电话0580-8123250。

暴露后预防门诊：舟山市妇女儿童医院感染性疾病二科。门诊电话：0580-2065531或0580-2065532

红色保护