

目录

一、危害性认识

1、什么是艾滋病	1
2、青年学生的艾滋病流行形势	2
3、艾滋病的危害	3
4、外表不能判断是否感染艾滋病（附实际感染案例）	4
5、艾滋病的传播途径.....	11
6、艾滋病的不传播途径	12

二、预防措施

7、预防艾滋病的根本措施	14
8、了解性健康知识，培养健康生活方式.....	15
9、避免艾滋病经性途径感染.....	15
10、性病可增加感染艾滋病的风险	16
11、有效预防艾滋病 / 性病的感染与传播	17

顺义区青少年预防艾滋病基本知识读本

12、远离毒品，远离艾滋.....	18
13、预防艾滋病经血传播.....	20

三、检测与治疗

14、发生高危行为应进行艾滋病检测咨询	22
15、提供艾滋病检测和咨询服务的机构	23
16、顺义区到哪里进行艾滋病咨询和检测	24
17、感染艾滋病后及早接受抗病毒治疗	25
18、艾滋病感染者和病人是疾病的受害者	25
19、青少年要主动学习预防艾滋病的知识	27

四、法律法规

20、艾滋病感染者的权利和义务	28
21、国家的“四免一关怀”政策	30

青少年艾滋病知识知晓率调查问卷

1、艾滋病可以治愈吗?

- ①可以 ②不可以 ③不知道

2、目前我国青年学生中艾滋病流行呈快速增长趋势,该人群主要传播方式为男性同性性行为,其次为异性性行为吗?

- ①是 ②不是 ③不知道

3、一个感染了艾滋病病毒的人能从外表上看出来吗?

- ①能 ②不能 ③不知道

4、与艾滋病病毒感染者或病人一起吃饭会感染艾滋病吗?

- ①会 ②不会 ③不知道

5、正确使用安全套可以减少艾滋病的传播吗?

- ①可以 ②不可以 ③不知道

6、使用新型毒品会增加经性途径感染艾滋病病毒的风险吗?

- ①会 ②不会 ③不知道

7、发生不安全性行为后,应该主动寻求艾滋病检测与咨询服务吗?

- ①是 ②不是 ③不知道

8、艾滋病病毒感染者或病人的结婚/就业/入学等权益受法律保护吗?

- ①是 ②不是 ③不知道

正确答案:

第1、3、4题为②,第2、5、6、7、8题为①。

危害性认识

1、艾滋病是一种危害大、死亡率高的严重传染病，不可治愈。

艾滋病的医学全称为“获得性免疫缺陷综合征”（英文缩写 AIDS）。

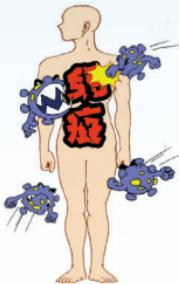
艾滋病由艾滋病病毒引起，该病毒的医学全称为“人类免疫缺陷病毒”（英文缩写 HIV）。



感染艾滋病会
给学习、生活带来
巨大影响。对于家
庭、父母心存愧疚；
需要终身规律服药；
精神压力增大。

艾滋病病毒侵入人体后，会在体内不断

复制，逐渐破坏人体免疫系统，使人体抵御疾病的能力下降，若不坚持规范治疗，发病后病情发展迅速。易发生多种感染和肿瘤，最终导致死亡。



发病后的常见症状包括：

皮肤、黏膜出现感染，出现单纯疱疹、带状疱疹、血疱、淤血斑、持续性发热、肺炎、肺结核、呼吸困难、持续性腹泻、便血、肝脾肿大、并发恶性肿瘤等。

2、目前我国青年学生中艾滋病流行呈快速增长趋势，主要传播方式为男性同性性行为，其次为异性性行为。

2014 年我国报告新发现艾滋病病毒感染者 / 艾滋病病人 10.4 万例，其中性传播比例

顺义区青少年预防艾滋病基本知识读本



超过 90%。平均每小时新发现 12 位艾滋病病毒感染者 / 艾滋病病人。

2008 年 -2014 年，报告青年学生感染者人数占全部青年人群感染者人数的比例由 5.77% 上升到 16.58%。

青年学生艾滋病疫情呈显著上升趋势，新发现的学生感染者和病人以性传播为主，特别是男性同性性传播。

3、艾滋病需要终生治疗，会给家庭和个人造成严重负担。

当人感染艾滋病病毒后，体内免疫系统就会持续遭到破坏，由此可能会增加机会性感

染、肿瘤等发生的机率。因此，艾滋病病毒感染者 / 艾滋病病人需要终生治疗，由此产生的治疗费用较高，同时也会给艾滋病病毒感染者 / 病人带来沉重的精神压力。

4、不能通过外表判断一个人是否感染了艾滋病病毒

艾滋病病毒进入人体后，一般经过 2 ~ 12 周才能从血液中检测出艾滋病病毒抗体，这段时间叫做“窗口期”。窗口期虽然检测不出抗体，但感染者体内已有病毒存在，具有传染性。

艾滋病病毒对人体免疫系统的破坏是一个渐进的过程，艾滋病病毒感染者在潜伏期期间



顺义区青少年预防艾滋病基本知识读本

外表上看不出来，可以没有任何症状，但能通过易感染艾滋病的危险行为将病毒传染给他人。

当艾滋病病毒感染者免疫系统受到严重破坏、不能维持最低抗病能力时，就进入了“发病期”，成为艾滋病病人，可出现长期低热、体重下降、慢性腹泻、咳嗽、皮疹等症状。

目前还没有可治愈艾滋病的药物，但规范化抗病毒治疗可有效抑制病毒复制，延缓发病，延长寿命，提高生活质量，降低传播危险。

艾滋病存在较长时间的潜伏期，艾滋病病毒感染者在发病前外表与正常人无异，决



不能从一个人外表是否健康来判断其是否感染艾滋病病毒。

一些学生由于自控力不强，疾病预防知识匮乏，无法抵御异性或同性的引诱、哄骗，与外表健康的人发生性行为，感染艾滋病病毒。

也有极个别的艾滋病病毒感染者，出于各种原因，蓄意与他人发生无保护性行为，传播疾病，需要引起高度警惕。



实际感染案例

案例一：育杨（化名）在一次高中同学聚会上碰到了自己暗恋多年的女同学兰兰（化

顺义区青少年预防艾滋病基本知识读本

名），大家抛却了当年的羞涩，借着酒力育杨向兰兰表明了自己的心意，让他没想到的是兰兰居然也对自己有好感。年轻的冲动和好奇促使他们在聚会结束后到酒店开房，那一夜他们尽情释放，因为明天兰兰就要回到另一个城市继续读书了。自从那一夜后育杨对兰兰朝思暮想，可是就在半年后，他开始没有缘由的低热，乏力，浑身酸痛。开始他以为是感冒就自己吃了几天药，发现于事无补。这才想起去医院检查，医生结合他的情



况建议他进行 HIV 检测，育杨怎么也想不到结果居然是阳性，他怎么也不敢相信自己就这一次居然感染了。现在回想起来他还是有些后悔，后悔自己不该那么冲动，不该在没采取任何保护措施的情况下发生性行为。

案例二：小立是 2010 年从偏远山村来到北京上大学的，第一次走出山沟沟的他对外

界充满了好奇，他无比向往大都市那种丰富多彩的夜生活，可是迫于经济压力他从来没有去过酒吧、KTV 一类的娱乐场所。突然有一天班

上一个条件很好的男同学主动邀请他去酒吧喝酒，说是因为自己来了几个同学大家凑一起热闹热闹。小立很爽快的答应了，到了酒吧开始他有点拘谨，后来在大家的劝说下他



顺义区青少年预防艾滋病基本知识读本



渐渐适应了那个环境，并和大家喝的很高兴，由于不胜酒力小立到后面就彻底醉了，等第二天他醒来的时候

发现自己孤零零的躺在 KTV 的包房里，肛门处伴有出血疼痛感，后来他才知道自己喝醉后被迫发生了肛交。每当提起这件事的时候小立都后悔不已，不该和陌生人外出喝酒，才发生这样的悲剧。

案例三：小周自幼父母离异，跟母亲共同生活。高二年级时，她结识了不少“朋友”，开始混迹



舞厅、网吧，再也不想读书了。辍学后，小周先后当过售楼小姐和酒吧服务员，收入不菲。可长期工作在灯红酒绿的环境下，她感

觉生活压力很大，看到一些同龄女孩子吃了摇头丸后，如痴如醉地狂跳，好像一点生活压力也没

有，她的好奇心油然而生。有一次，一个女孩往小周嘴里塞了半粒摇头丸，在毒品的作用下，她也加入了疯狂跳舞的人群中，从此就迷上了这种放松的方式，直到被性侵，被检测出感染 HIV，她才对自己的行为追悔莫及。

慎重交友
学会说 不!!



顺义区青少年预防艾滋病基本知识读本

5、艾滋病通过性接触、血液和母婴三种途径传播

艾滋病病毒主要存在于人体的血液、精液、阴道分泌物和乳汁中，通过带病毒的体液交换传播。

艾滋病可以通过性接触在男女之间或男男之间传播。性伴侣越多，感染的危险越大。



性



血液

共用注射器静脉
注射毒品，是经血液
传播艾滋病的高危险
行为。

输入被艾滋病病

毒污染的血液或血制品，
使用被艾滋病病毒污染、
且未经严格消毒的、可刺
入人体的针具和医疗器械
等都可能感染艾滋病病
毒。



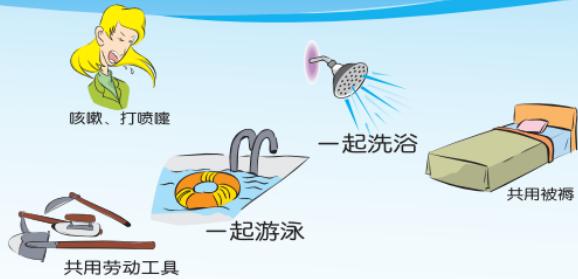
感染艾滋病病毒的
妇女可通过怀孕、分娩、哺乳把病毒传染给
孩子。

6、艾滋病不会通过日常生活和一般接触传播

艾滋病病毒是一种非常脆弱的病毒，离
开人体后会很快死亡。



顺义区青少年预防艾滋病基本知识读本



唾液、泪液、汗液、尿液中病毒含量极低，不足以引起传播。目前还没有发现通过这些体液感染艾滋病的病例。

与艾滋病病毒感染者和病人的日常生活和一般接触不会感染艾滋病。如：

握手、拥抱、礼节性接吻，一起进餐、乘车、学习、郊游、玩耍，共用学习用具、餐饮具、卫生间、游泳池、卧具、生活用品。

艾滋病病毒不会通过飞沫传播，咳嗽或打喷嚏都不会传播艾滋病。

蚊虫叮咬不会传播艾滋病。艾滋病病毒

在蚊子体内既不发育也不会复制，蚊子嘴上残留的血液量微乎其微，远不足以引起传染。目前还没有有关蚊子或昆虫叮咬而感染艾滋病的报道。



预防措施

7、艾滋病目前没有疫苗可以预防，拒绝毒品、自尊自爱、遵守性道德是预防艾滋病的根本措施

目前尚没有能够预防艾滋病的有效疫苗。掌握预防知识、拒绝危险行为，做好自身防护才是最有效的预防手段。

8、学习掌握性健康知识，提高自我保护意识与技能，培养积极向上的生活方式

掌握科学的性知识，树立正确的性观念，保证安全的性行为。性既不神秘、肮脏，也并非自由、放纵。性冲动是一种正常的生理现象，是成长的必经过程。

青年学生应积极接受健康性教育，丰富课余生活，提高自制力。



9、艾滋病病毒经性途径感染的危险是可以降低和避免的

学会识别正确、健康的性知识来源，不要从黄色书刊或低级网站上获得相关的性知

识。

青少年要把握异性交往的尺度，要自尊、自爱，增强自我保护意识。

恋人之间应彼此忠诚，要对自己健康和生命负责，对他人健康和生命负责，避免发生婚前性行为。发生婚前性行为对彼此身心健康都有不利影响。

坚决抵制卖淫、嫖娼等违法行为。



10、性病可增加感染艾滋病病毒的风险，必须及时到正规医疗机构诊治

性病病人感染艾滋病的危险更高。特别是像梅毒、生殖器疱疹和软下疳等以生殖器溃疡为特征的性病，溃疡使艾滋病病毒更容易侵入人体。

11、每次坚持正确使用安全套，可有效预防艾滋病 / 性病的感染与传播

选择质量合格的安全套，确保使用方法正确。

使用安全套不意味着可以放纵个人的性行为。

正确使用安全套需要注意以下几点：

使用前应特别留意安全套的出厂日期和有效期，确保安全套不过期；要将安全套前端的小囊捏瘪，排出空气；

每一次性行为都要使用新的安全套，不重复使用。



全程都要使用安全套：即在阴茎接触阴道、肛门或口腔之前，就要戴上安全套；

良好的润滑对防止安全套破裂是很重要的；只能使用水性的润滑剂，油性润滑剂容易造成安全套破裂；

射精后应立即抽出，注意安全套有无破损。如有破损，应考虑去相关机构进行咨询检测。



12、注射吸毒会增加经血液感染艾滋病病毒的风险，使用新型毒品 / 醉酒会增加经性途径感染艾滋病病毒的风险

吸毒是一种违法行为，不但因成瘾而严重损害身心健康，而且使人丧失理智，危害家庭和社会。

顺义区青少年预防艾滋病基本知识读本

与艾滋病病毒感染者共用针具吸毒会使病毒通过污染的针具传播。



交友不慎、好奇、不相信毒品的严重危害、不重视自己生命的价值，是导致青少年吸毒的重要原因。要坚决拒绝尝试毒品，在诱惑面前说“不”。

口服毒品一段时间后，很容易发展成为静脉注射毒品。毒品会减低人的自制力和自我控制能力，容易从事危险的性行为。

使用新型毒品或者醉酒可刺激或抑制中



枢神经活动，刺激性行为发生或导致性暴力侵害。

与怀疑有贩毒或吸毒行为的人交往会增加沾染毒品的危险；在娱乐场所或其他公共场所交友，要三思而后行。

13、避免不安全注射或输血，预防艾滋病经血传播

不安全和不必要的注射是引起艾滋病传播的原因之一，因此能通过吃药治疗的疾病就不要打针，能打针治疗的就不要输液，避免不必要的输血。

要到正规医院就医，不轻信街头广告，不去无行医执照的个体诊所打针、输液、补牙等。



顺义区青少年预防艾滋病基本知识读本

就医时，应当选择使用一次性针具以及严格消毒的医疗器械。



不要到非正规的美容、整形机构去做纹眉、纹身、穿耳眼、矫正畸形等刺破皮肤的手术。

不与他人共用牙刷、剃须刀及有可能刺破皮肤的日常生活用品。

必要时使用检测合格的血液和血液制品，以及血浆代用品或自身血液。



避免医源性传播，提倡安全注射和输血

要到国家指定的正规血站献血。无偿献血既有利于保证临床用血安全，又不会对献血者的健康产生

影响。

帮助他人止血时，应做好自我防护，避免徒手接触血液和伤口，要用干净的手绢、纸巾或乳胶手套等物品进行应急处理，然后再去医院就诊。

检测与治疗

14、发生高危行为后（共用针具吸毒 / 无保护性行为等），应该主动进行艾滋病检测与咨询，早发现、早诊断、早治疗

急性感染期传染性较强。常出现的症状有发热、头痛、皮疹、腹泻等流行性感冒样症状。但是这些症状是否出现因人而异。



顺义区青少年预防艾滋病基本知识读本

艾滋病病毒抗体的初筛检测结果呈阳性不能确定是否感染，应尽快到具备诊断资格的医疗卫生机构进行确诊。

个体刚刚感染的一段时间内，虽然感染者体内有艾滋病病毒，但血清中尚不能检测到抗体。因此，需要注意自己检测的时间要在窗口期过后。具体可咨询当地的自愿咨询检测门诊。

15、疾控中心、医院等机构均能提供保密的艾滋病检测和咨询服务

国务院《艾滋病防治条例》规定，国家对个人接受自愿咨询检测的信息完全保密。



可以求助于最近的自愿咨询检测门诊（VCT 门诊）。卫生部门指定的自愿咨询检测门诊所提供的咨询和检测服务都是完全免费的。

16、到哪里进行艾滋病咨询和检测

顺义区免费艾滋病自愿咨询检测点：

顺义区疾病预防控制中心

咨询电话：010-69420461

地址：顺义区光明南街 1 号

北京儿童医院顺义妇儿医院

咨询电话：010-89449200-6314

地址：顺义区燕京桥东 500 米顺平路南侧

北京市顺义区医院

咨询电话：010-69423220-3174、3274

地址：顺义区光明南街 3 号

17、感染艾滋病病毒后及早接受抗病毒治疗可提高患者的生活质量

一旦感染艾滋病病毒，体内病毒复制就已经开始，会逐渐损害全身多个器官，及早治疗能够降低上述损害的发生机会，使免疫功能恢复并保持正常水平，保持较好的身体状况。

18、艾滋病病毒感染者和病人是疾病的受害者，应该得到理解和关心

感染艾滋病病毒的人拥有上学、工作、就医的权利，他们的合法权利受法律保护。

歧视或冷漠
感染艾滋病病毒的



人，不但不能减少艾滋病的传播，反而会引起社会的恐慌和不安定。

未经本人同意，公开艾滋病病毒感染者和病人的身份，对其个人状况乱加猜测、肆意散布，采取漠视甚至侮辱的态度和行为，都是歧视艾滋病病毒感染者和病人的表现。

青少年应当尊重和关心艾滋病病毒感染者、病人及受艾滋病影响的人们，尊重和关心她们，就是关心我们自己。

歧视艾滋病感染者和病人会导致他们隐藏和不愿暴露自己的感染状况，不去寻求或不接受医疗服务和救助，这样既不利于病人就医，也不利于预防病毒传播。



19、青少年要主动学习预防艾滋病的知识，并将掌握的知识告诉家人和朋友

艾滋病威胁着每一个家庭、每一个人，影响社会发展和稳定，预防艾滋病是大家共同的责任。

主动学习预防艾滋病的知识，全面了解相关信息，掌握自我保护技能，培养健康的生活方式。

将掌握的知识、方法和技能与家人和朋友分享，做艾滋病防治知识的传播者，为预防控制艾滋病作出自己的贡献。



如需了解更多相关信息，可到当地疾病预防控制中心咨询，或拨打艾滋病咨询电话。

法律法规

20、艾滋病病毒感染者也是艾滋病的受害者，应该得到理解和关心，但故意传播艾滋病的行为既不道德又要承担法律责任。

艾滋病病毒感染者和艾滋病病人的各项权利受到法律保护。《传染病防治法》规定，“任何单位和个人不得歧视传染病病人、病原携带者和疑似传染病病人”。《艾滋病防治条例》规定，“任何单位和个人不得歧视艾滋病病毒感染者、艾滋病病人及其家属。艾滋病病

毒感染者、艾滋病病人及其家属享有的婚姻、就业、就医、入学等合法权益受法律保护”。

消除艾滋病歧视：



顺义区青少年预防艾滋病基本知识读本

社会对于艾滋病病毒感染者和艾滋病病人的歧视，不利于控制艾滋病传播。

有感染风险的人群因担心受到歧视而

不愿检测，不了解自身感染状况，会妨碍其采取预防及治疗措施，增加传播艾滋病病毒的风险；艾滋病病毒感染者和艾滋病病人因受到歧视不能积极面对生活，甚至产生报复和危害社会的念头。

艾滋病病毒感染者和艾滋病病人在得知感染艾滋病病毒后应主动告知性伴或配偶，若继续同他人发生无保护性行为则为故意传播。《艾滋病防治条例》第38条规定，“艾滋病病毒感染者和艾滋病病人不得以任何方



式故意传播艾滋病”。《传染病防治法》第 77 条规定，“单位和个人违反本法规定，导致传染病传播、流行，给他人人身、财产造成损害的，应当依法承担民事责任”。

21、国家的“四免一关怀”政策

《艾滋病防治条例》第 44 条规定，县级以上人民政府应当采取下列艾滋病防治关怀、救助措施：



(一) 向农村艾滋病病人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；

(二) 对农村和城镇经济困难的艾滋病病毒感染者、艾滋病病

顺义区青少年预防艾滋病基本知识读本



人适当减免抗机会性感染治疗药品的费用；

(三) 向接受艾滋病咨询、检测的人员免费提供咨询和初筛检测；

(四) 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。

《艾滋病防治条例》第 45 条规定，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，应当免收杂费、书本费；接受学前教育和高中阶段教育的，应当减免学费等相关费用。

《艾滋病防治条例》第 46 条规定，县级以上地方人民政府应当对生活困难并符合社会救助条件的艾滋病病毒感染者、艾滋病病人及其家属给予生活救助。