

用安全套；

③与已知感染艾滋病的人发生性行为或艾滋病感染者的配偶或性伴；

④经常发生不安全性行为的性活跃者，建议每三个月检测一次；

(2) 有男男同性性行为史者，尤其是没有使用安全套的情况下；

(3) 与他人共用针具注射毒品者；

(4) 感染了艾滋病的妈妈生的宝宝；

(5) 梅毒、淋病、尖锐湿疣等性病患者。

除此之外，准备结婚的伴侣建议婚前检测；准备怀孕的夫妇建议做孕前检测；孕妇建议在刚发现怀孕时检测；结核病检测为阳性的人士；曾经从事买卖血的人士；在非正规医疗单位拔牙、纹身者（过程中可能使用了没有严格消毒的器具）均建议检测。



### 3、检测窗口期

目前常用方法是检测艾滋病抗体，抗体检测的窗口期一般是在4周到12周左右。因此，如果存在高危性行为，要在之后4周左右去进行抗体检测，这样可避开抗体检测的窗口期。

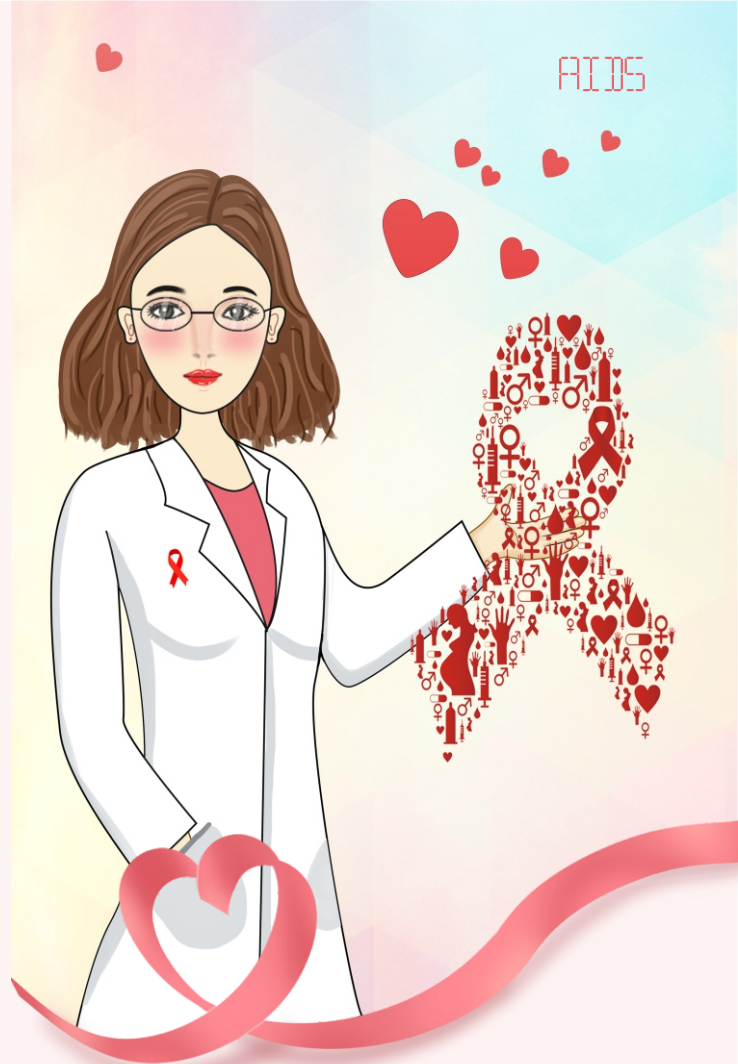
需要注意的是：“窗口期”尽管检测不出抗体，但有可能病毒核酸已经在体内复制，同样具有传染性。

对于发生高危行为后担心感染艾滋病的人，我市各级疾病预防控制中心的自愿

咨询检测门诊（VCT门诊），县级以上医院、妇幼保健机构和大部分社区卫生服务中心乡镇卫生院均可开展艾滋病抗体检测。传播的方法，可极大降低传播风险。

## 衡阳市及各县市区疾病预防控制中心 均可提供HIV免费咨询与检测

单位名称	地址	咨询电话
衡阳市疾病预防控制中心	雁峰区和平安南路17号	0734-8209152
雁峰区疾病预防控制中心	雁峰区黄青巷5号	0734-8517336
蒸湘区疾病预防控制中心	蒸湘区红湘北路6号	0734-2891515
石鼓区疾病预防控制中心	石鼓区古汉大道11号	0734-8172481
珠晖区疾病预防控制中心	珠晖区湖北路干子里3号	0734-8161142
南岳区疾病预防控制中心	南岳区南岳镇万福路66号	0734-5662347
衡阳县疾病预防控制中心	衡阳县西渡镇清江中路32号	0734-6650832
衡南县疾病预防控制中心	衡南县云集镇新塘路	0734-8983018
衡山县疾病预防控制中心	衡山县开云镇开云新城九龙大道	0734-5820551
衡东县疾病预防控制中心	衡东县洑水镇衡东大道79号城	0734-5219036
祁东县疾病预防控制中心	祁东县永昌街道办曙光路卫生综合服务大楼	0734-6257705
耒阳市疾病预防控制中心	耒阳市五一东路256号	0734-4334221
常宁市疾病预防控制中心	常宁市宜阳镇月塘巷12号	0734-7244928



# “ABC+2T” 艾滋病远离你



衡阳市疾病预防控制中心

咨询电话：0734-8209152





## 一、认识艾滋病的危害

艾滋病（AIDS）是由艾滋病病毒（HIV）引起的一种危害大、死亡率高的严重传染病。传染源为每一位病毒感染者或病人，他们血液和体液中含有的艾滋病病毒，能攻击人体免疫系统，若不及时检测发现或发现后不坚持规范治疗，易发生多种感染和肿瘤，最终导致死亡。

感染艾滋病不仅损害生理机能，还会带来严重的心理和精神压力，对生活产生巨大影响。

艾滋病病毒感染者没有特殊的外部体貌特征，决不能从一个人外表是否健康来判断其是否感染艾滋病。因此，与外表看似健康的感染者发生性行为仍然有感染艾滋病的风险。

到目前为止，全世界还没有发现治愈艾滋病的方法，也无预防艾滋病病毒感染的疫苗问世但已有较好的治疗方法可以延长生命，改善生命质量。

## 二、艾滋病毒的传播方式

1、同性、异性的性传播：艾滋病病毒可以通过性交的方式，在男女之间和男男之间传播，性伴侣越多，感染的风险越大；

2、血液传播：共用注射器静脉吸毒、使用不洁针具、输入含有艾滋病毒血液或血制品都可

以被感染；

3、母婴传播：女性感染者在怀孕、生产及哺乳喂养过程中将病毒传染给胎儿或婴儿。

### 以下途径不传播，日常接触很安全

\*普通的握手、拥抱、礼节性亲吻、咳嗽、打喷嚏等

\*共用卫生间、浴室、共同就餐、共用办公场所、交通工具、被褥、电话、钱币等

\*蚊虫叮咬、唾液传播艾滋病毒可能性非常小



接吻牵手拥抱



共用餐具



蚊虫叮咬

## 三、如何预防艾滋病毒感染？

衡阳市疾病预防控制中心温馨提示：

大众人群要具备健康意识，学习和掌握预防艾滋病的基本知识、拒绝危险行为，做好自身防护，**通过“ABC法则”和“两T原则”有效预防艾滋病性接触传播。**

“ABC法”中的A是禁欲（Abstinence），指进行性行为时要谨慎；B是忠诚（Be faithful），性伴侣要相互忠诚；C是安全套（Condom），性行为时一定要使用安全套。“两T原则”分别指检测（Test）和治疗（Treat）。

检测以及咨询是一种好的预防和干预艾滋病传播的方法，可极大降低传播风险。



### 暴露后的预防性用药，是类似“后悔药”

的补救措施。研究证据表明，如果存在感染风险但检测结果为阴性的人群若服用一些特定药物，能在一定程度上预防感染。发生暴露于艾滋病病毒危险行为后72小时内尽早使用阻断药可减少艾滋病病毒感染的风险，一般来说，最好在两个小时内服用药物，如果超过72小时，会降低预防效果。

## 四、防艾建议

### 1、检测是确认感染艾滋病病毒的唯一方法

当前，性接触是艾滋病最主要的传播途径，发生不安全性行为，就有可能感染艾滋病病毒。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。检测才是唯一方法。

对于有感染艾滋病危险行为的人应及时开展艾滋病检测或定期进行艾滋病检测，通过检测可以尽早发现自己是否感染艾滋病病毒，早发现才可以早治疗，延长生命，提高生命质量。早检测早发现，可以通过使用安全套的方式，保护性伴侣，避免艾滋病进一步传播。

国家实施免费的艾滋病病毒抗病毒治疗，衡阳市第三人民医院、衡山县、祁东县、耒阳市、衡东县均设立了抗病毒治疗门诊，艾滋病感染者还可以到当地的疾控中心获得免费、保密、专业咨询和心理支持服务，有生育意愿以及已怀孕的感染者，进一步至妇幼保健机构，咨询母婴传播信息，了解母婴阻断政策和策略。

### 2、哪些人需要检测？

（1）性伴侣不固定或同时交往多位性伴侣以及和艾滋病感染者发生性行为者；

①发生过商业性行为的男性或女性，无论是作为顾客还是性工作者；

②发生了一夜情，或通过手机摇一摇等交友软件，与不认识的人发生的性行为，尤其没有使