

让艾远离



让爱靠近

咨询电话：

颍州区疾病预防控制中心0558-2188824

太和县疾病预防控制中心0558-8650076

颍东区疾病预防控制中心0558-2292055

阜南县疾病预防控制中心0558-6765533

颍泉区疾病预防控制中心0558-2627718

颍上县疾病预防控制中心0558-4420570

临泉县疾病预防控制中心0558-5398781

界首市疾病预防控制中心0558-2859696



阜阳市疾控中心

阜阳市疾病预防控制中心 0558-2568857

让我们在一起 / 向零艾滋迈进



青春无“艾” 健康同行

阜阳市疾病预防控制中心



“就那么一次”使他追悔莫及

今年2月，23岁的江浩(化名)，被确诊感染HIV病毒。

去年12月，阴雨绵绵的校园让江浩心情倍感压抑。

为了寻找安慰，他下载了一个交友软件，并在上面结识了一位同性朋友，对方非常主动提出约会请求。

“当时还是有些顾虑，感觉这样不太好，但那种刺激的感觉战胜了我的理智。”对方的主动邀约，让江浩找到了情感释放的空间。两人约会见面谈的很投机，随之发生了性行为。“这是我第一次尝试这种行为，虽然对艾滋病病毒有一些了解，但没想到，怎么可能一次就中招呢？”侥幸的心理使他追悔莫及。



一位90后艾滋病感染者的自述

在我拿到诊断结果的那一刻，世界突然变得灰暗，我看见医生的嘴巴一张一合，而我却听不见他在说什么，那一刻我说不出的话了……

今年我二十岁，花一样的年华，可我被查出感染了艾滋病。我知道艾滋病的传播途径有血液传播、性传播和母婴传播。回忆我自己的经历，一年前，

在网上认识了她，有了一段时间的亲密交往，除了与她的性行为之外，我再也找不到自己为何会患上艾滋病的其他理由了。

我以为我跟她之间的结合是因为爱情，却没曾想过她是感染者。在医院拿到检测结果之后，我浑浑噩噩的回到了学校。我害怕，可我不敢跟别人说。我常常在想，我的生命难道就要这么终结了吗？“艾滋病”对我来说就像一道“死亡令牌”。我总是做噩梦，在梦里我一直跑、一直跑，却始终跑不出那昏暗的范围，通常我会从梦中惊醒，而那一刻我的身上早已被汗水浸湿。接下来的日子，我逃避一切，以至于最后逃回了家。





一位90后艾滋病感染者的自述

我学会了勇敢，或许是父母心疼的眼神，或许是我那仅剩的自尊。

我开始主动查询一些关于艾滋病的文章。通过学校宣传并到宣传资料中提供的医院咨询，我知道了服用药物可有效抑制艾滋病毒，也可以正常生活和学习。

不久之后，我再次去了医院，没有了初次检测时的惶恐和不安。我知道，医生会尽全力帮助我。

我没有勇气向他人坦白，不是否认自己得了病，不说的原因是我害怕别人的怜悯，害怕他们对我投来的目光中带有歧视。

我开始去做一些志愿者工作，我还想好好的活着，为这个世界多做一份贡献。回想过往，真的觉得自己太无知以致酿成大错!如果之前能很好地了解艾滋病知识，认识艾滋病的风险，学会预防并远离危险行为就不会有现在的懊悔!

今天，我战胜了自己，但战胜自己的历程是多么艰辛啊!希望我们每一个人，都能关爱自己、关爱他人，都能拥有健康的身体，去创造更加美好的生活



艾滋病离我们并不遥远

艾滋病和身在象牙塔中的学子们似乎有很远的距离，但我们绝不能漠视艾滋病的存在，因为“恶魔”已经悄悄潜入我们身边，危险时刻都在。近年来，青年学生(15-24岁)报告感染者人数呈增长趋势。

江浩追求的激情刺激和那位90后大学生的经历告诉我们，如果他们明白一些基本的防艾知识，树立防艾意识，“艾滋”又怎么会乘虚而入呢!只要我们了解和掌握防艾知识，识别感染风险，避免危险行为，艾滋病是完全可以预防的。



01 危害性认识

青年学生防艾要点

🦠 艾滋病是一种危害大、死亡率高的严重传染病，目前不可治愈

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。病毒会缓慢破坏人的免疫系统，若不坚持规范治疗，发病后病情发展迅速。



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。

🦠 目前我国青年学生中艾滋病主要传播方式为男性同性性行为

截至2024年底，我国报告现存活艾滋病病毒感染者/艾滋病病人135.5万例，报告死亡49.1万例。2024年报告艾滋病病毒感染者/艾滋病病人约10.2万例。2024年报告死亡约3.2万例。（数据来源：2024年12月全国艾滋病性病疫情[J].中国艾滋病性病,2025,31(03):225.）

近年来每年发现的青年学生艾滋病病毒感染者中，超过80%通过男性同性性行为感染。每12位男性同性性行为者中就有1位是艾滋病病毒感染者。

部分地区青年学生中艾滋病疫情向低龄化发展。

让艾远离 让爱靠近

阜阳市疾病预防控制中心

🦠 不能通过外表判断一个人是否感染了艾滋病病毒

艾滋病病毒感染者在发病前外表与正常人无异，绝不能从一个人外表是否健康来判断其是否感染艾滋病。

一些学生由于疾病预防知识匮乏、感染风险意识淡薄，易受外界影响，发生不安全性行为。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，青年学生需要引起高度警惕。



男男同性性行为
感染艾滋病的危险特别大



(一) 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性健康教育, 丰富课余时间, 提高自制力。

(二) 艾滋病目前没有疫苗可以预防, 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

坚持每次正确使用安全套, 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。

使用安全套并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:



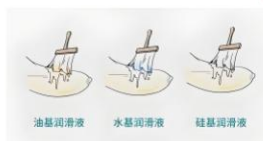
使用前应特别注意安全套的出厂日期和有效期, 确保安全套不过期; 要将安全套前端的小袋捏瘪, 排出空气;



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;



每一次性行为都要使用新的安全套, 不重复使用。



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阻断和咨询检测。



(三) 艾滋病通过含有艾滋病病毒的血液和体液(精液/阴道分泌物等)传播, 日常学习和生活接触不传播

艾滋病病毒在下面这些体液中存在量大, 具有很强的传染性:

- 血液;
- 精液;
- 阴道分泌物;
- 乳汁;
- 伤口渗液



可以归纳为血液传播、性传播、母婴传播。

日常学习和生活接触不会传播艾滋病病毒, 包括共用学习用品、共同进餐、共用卫生间、握手、拥抱等日常活动均不会传播艾滋病病毒。蚊虫叮咬不会传播艾滋病病毒。

(四) 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

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。使用新型毒品(冰毒、摇头丸、K粉等)或者醉酒可刺激或抑制中枢神经活动,降低自己的风险意识,性伴数量和不安全性行为的频率会增加,也会间接地增大艾滋病病毒和性病传染的风险。



(五) 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、生殖器疱疹等以生殖器溃疡为特征的性病,使艾滋病病毒更容易通过溃疡入侵。



(六) 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

发生暴露后,比如同艾滋病病毒感染者发生了无保护的性行为,可以使用药物进行阻断。暴露后预防用药可以有效降低感染艾滋病病毒的风险。

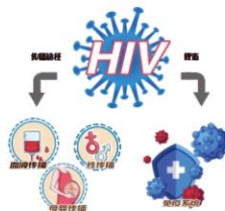
服药周期:28天。

服药种类:艾滋病病毒感染者抗病毒治疗的药物根据当地药品的可及性及医生评估后开具用药



方案。

服药效果:服药时间越早,保护效果越好。首次服药不超过暴露后72小时。



(1)发生高危行为后(如无保护性行为),应该主动进行艾滋病检测与咨询,早发现、早诊断、早治疗

发生高危行为后,应及时进行艾滋病检测,但艾滋病检测有窗口期,窗口期是指从艾滋病病毒感染人体到感染者血清中的艾滋病病毒抗体、抗原或核酸等感染标志物能被检测出之前的时期。目前常用的艾滋病病毒抗体检测的窗口期为3-12周,艾滋病检测的适宜时间为发生高危行为3周后及早进行,如果检测为阴性,在发生高危行为12周后再进行一次检测。艾滋病病毒抗体初筛检测结果呈阳性不能确定是否感染,应尽快进行确诊检测,以便早诊断,早治疗,达到较好的治疗效果。

窗口期感染者处于急性感染期,传染性较强。急性感染期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。



(2)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保密。



各地疾控中心自愿咨询检测门诊(VCT)提供免费艾滋病咨询和检测服务;各地县级以上医院、妇幼保健机构及部分基层医疗机构(如社区卫生服务中心、乡镇卫生院)也提供检测服务。个人还可以购买自我检测试剂进行检测,如果检测阳性,要及时

到医疗机构、疾控中心确诊。

(3)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,同时减少艾滋病病毒传播

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,及早治疗能够抑制病毒复制,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,减少艾滋病病毒传播。



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”。



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。故意隐瞒和传播艾滋病是一种极其不道德的行为，同时也违反了国家法律关于故意传播传染性疾病的规定，需要承担相应的法律责任。《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”。

根据最高人民法院、最高人民检察院、公安部和司法部下发的《关于严厉打击传播艾滋病病毒等违法犯罪行为的指导意见》(公通字[2019]23号)，依法严厉打击，对明知自己感染艾滋病病毒或患有艾滋病而卖淫、嫖娼或者故意不采取防范措施与他人发生性关系致人感染艾滋病病毒的，依照刑法第二百三十四条第二款的规定，以故意伤害罪定罪；未致人感染艾滋病病毒的，依照刑法第三百六十条规定，以传播性病罪定罪，并从重处罚；明知他人感染艾滋病病毒或患有艾滋病而隐瞒情况，介绍与他人发生性关系，致人感染艾滋病病毒的，以故意伤害罪的同犯论处；明知他人感染艾滋病病毒或患有艾滋病，介绍其卖淫，同时构成卖淫罪、故意伤害罪的，依照处罚较重的规定从重处罚。



哪些人需要检测呢?

(不限于以下情形,有HIV需求的人都可以进行预约检测)

- 1、有多个性伴、一夜情、同性性行为等;
- 2、与HIV阳性者发生性行为;
- 3、与他人共用针具吸毒者;
- 4、在非正规医疗单位拔牙、纹身等;
- 5、梅毒、淋病、尖锐湿疣等性病患者;
- 6、HIV阳性母亲生的宝宝。



为啥需要检测?

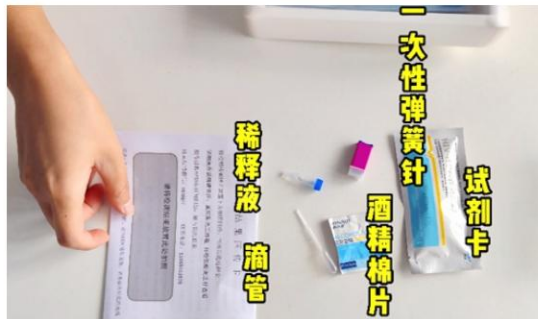
1、艾滋病离我们并不远,截至2024年12月31日,全国31个省(自治区、直辖市)(不包含港澳台)报告现存活艾滋病病毒(HIV)感染者/AIDS患者1355017例,报告死亡491437例。现存活HIV感染者749839例,AIDS患者605178例。(数据来源:2024年12月全国艾滋病性病疫情[J].中国艾滋病性病,2025,31(03):225.DOI:10.13419/j.cnki.aids.2025.03.01.)

2、全国艾滋病传播以性接触传播为主,发生不安全性行为,就有可能感染艾滋病。

3、通过检测可以尽早发现自己是否感染艾滋病,可以及早治疗,延长寿命,提高生活质量,保护性伴侣。



万孚抗体指尖血试纸操作教程



打开包装盒将检测用具摆放到桌面,检查是否齐全。检测用具包含试剂卡、稀释液、滴管、一次性弹簧针、酒精棉片,检查试剂卡是否在有效期内。



撕开铝箔袋将试剂卡平放于桌面,打开酒精棉片,擦拭准备采血的手指,对手指进行消毒。

① 万孚抗体指尖血试纸操作教程



拿起一次性弹簧针，将针头对准采血手指指尖部位，垂直下压，听见弹簧弹射声音后取下采血针。轻轻挤压手指，使血液冒出多一些。

拿起一次性弹簧针，将针帽旋转一圈后取下，将针头对准采血手指指尖部位，垂直下压，听见弹簧弹射声音后取下采血针。轻轻挤压手指，使血液冒出多一些。



用滴管吸取适量指尖血液



将血液分别滴入试剂卡的样本孔内各1-2滴

将血液分别滴入试剂卡的样本孔内各1-2滴。(请注意:样本过少可能会影响检测结果,请确保每项检测都要提取血液1-2大滴到样本孔内。)



打开稀释液盖,将稀释液分别滴入样本孔内各1-2滴

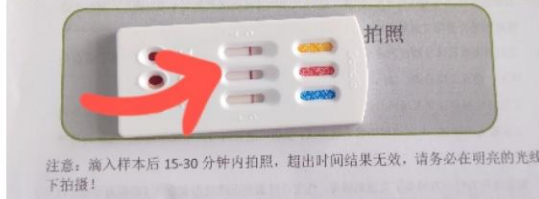
打开稀释液盖,将稀释液分别滴入样本孔内各1-2滴。

万孚抗体指尖血试纸操作教程



根据试剂说明书要求，等待15-30分钟后读取结果

查看试剂卡检测区域的线条出现情况，如果只有C区出现一条线，代表除开窗口期，你本次检测的结果为阴性，未感染对应的疾病



查看试剂卡检测区域的线条出现情况，如果只有C区出现一条线，代表除开窗口期，你本次检测的结果为阴性，未感染对应的疾病！

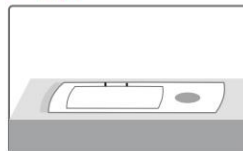
尿液自检试剂盒操作方法

1. 取样



采集尿液于尿杯中待检

2. 摆放



将检测卡平放于卡托上

3. 采集



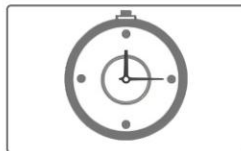
用一次性滴管吸取适量尿液

4. 加样



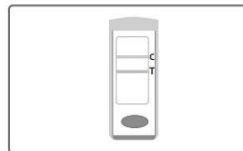
滴加三滴尿液于检测卡圆槽内

5. 等待

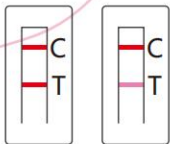


等待15分钟观察结果

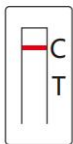
6. 结果



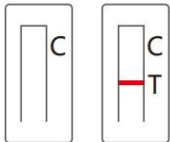
根据检测卡的条带判读结果



1. 阳性:提示可能感染。首先确认操作无误。应再次检测:如果再次检测后结果仍为阳性请尽快去医院、疾控中心等医疗卫生机构进行确诊诊断。



2. 阴性:提示没有感染。只有在极少数情况下,阳性样本会检测为阴性。首先确认操作无误,再结合有无高危行为综合考虑,如果近期有高危行为,不能排除“窗口期”,需要后续不定期复查。



3. 无效:初步检测结果若为无效,需要进行重复检测或更改检测方法。若结果仍为无效,建议去医院、疾控中心等权威卫生机构进行检测。



阜城高校免费安全套和艾滋病抗体自助检测试剂发放点

学校	自助发放机位置
阜阳幼儿师范高等专科学校	农业银行自助取款机南侧
	男生宿舍8号楼一楼电梯间北侧
阜阳科技职业学院	女生宿舍楼15栋和16栋中间小屋内
	男生宿舍楼13栋楼梯口对面
阜阳师范大学	清河路校区:校医院门口
	三里桥校区:8号楼学生公寓楼下楼梯口
	西湖校区:校医院北侧(7号学生公寓东侧)
阜阳现代职业学校	女生宿舍一楼东头
	女生宿舍一楼西头
	男生宿舍北头
	男生宿舍中间楼梯口
阜阳职业技术学院	男生公寓楼男生浴室旁
	女生公寓楼下
	士官公寓对面
	现代职教中心一楼西侧