

要提高对新型“换装”毒品的辨识力，毒品可能化身成“可乐”、“奶茶”、“糖豆豆”，要增强对毒品的警惕性，远离毒品，保持身心健康。

4.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风险更高。特别是梅毒、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。

正规的医疗机构才能提供规范化性病诊治服务，减少误诊、漏诊，避免延误治疗时机，防止产生并发症。

5.使用消毒不严格的被艾滋病病毒污染的工具纹眉、打耳洞、拔牙等也有造成艾滋病传播的可能。

纹眉、打耳洞、拔牙等工具因与体液接触，如消毒不严格，可能携带艾滋病病毒。如个人确实需要纹眉、打耳洞、拔牙等，一定要到正规医疗机构进行，使用一次性或严格消毒的工具。

6.发生易感染艾滋病危险行为后，必要时可采取药物阻断，减少艾滋病病毒感染的风险。

一旦发生不安全性行为等易感染艾滋病高危行为后，应及时到指定医院咨询和检测，并在医生指导下进行暴露后预防（PEP）用药。

暴露后预防用药可以有效降低感染艾滋病病毒的风险。用药时间越早越好，在暴露后2小时内服用效果最佳，72小时内服用有较高的阻断成功率。

三、在哪里做检测

如果担心自己感染了HIV，可以到各地的疾病预防控制中心自愿咨询检测门诊（VCT门诊）接受免费、保密的咨询和检测，或到二级以上医疗机构进行HIV抗体检测，也可以使用药监局批准的自我检测试剂进行筛查检测。

四、如何进行暴露后预防

未感染HIV的人，发生高危行为后，只要在72小时之内，都可以到当地艾滋病暴露后预防门诊，进行预防用药咨询和风险评估，符合用药标准者立即启动服药阻断流程。北京地坛医院、北京佑安医院、北京协和医院、中国人民解放军总医院第五医学中心北院区都设有暴露后预防门诊。



（青年学生篇）



北京市朝阳区卫生健康委员会
北京市朝阳区疾病预防控制中心
北京市朝阳区疾病预防控制中心

艾滋病（AIDS）是“获得性免疫缺陷综合征”的简称。它是人类免疫缺陷病毒（艾滋病病毒，HIV）侵入人体后引起的全身性致死性传染病。HIV主要侵犯人体的免疫系统，未经治疗的感染者在疾病晚期易于并发各种严重感染和恶性肿瘤，最终导致死亡。艾滋病目前既不可治愈，也没有疫苗，一旦感染艾滋病，需要终身规律服药。

一、艾滋病的传播途径

HIV感染者和艾滋病病人的血液、精液、阴道分泌物、乳汁具有传染性，这决定了HIV主要通过以下几种途径传播：

1.性传播：异性或同性之间性交时，生殖器部位的皮肤、粘膜会轻微擦伤，若有一方感染了HIV，在没有使用安全套（避孕套）的情况下，另一方接触到含HIV的精液、阴道分泌物后可以造成感染。

目前我国青年学生中艾滋病主要传播方式为性传播，特别是男性同性性行为传播。

2.血液传播：静脉注射毒品时与HIV感染者/艾滋病病人共用未经过消毒的注射器，输用未经检测的被HIV污染的血液或血制品，以及类似情况下的骨髓和器官移植等，可以造成HIV经血液传播。

3.母婴传播：已被HIV感染的孕妇孕期通过胎盘，或分娩时通过产道，或产后通过哺乳，可以将病毒传染给婴儿。

感染头几个月的急性感染期及艾滋病期血浆病毒量高，传染性强。



性接触



血液



母婴

日常生活接触（如咳嗽、打喷嚏、握手、拥抱、礼节性接吻、共用电话和办公用品、餐具、钱币、被褥、马桶、游泳池或蚊虫叮咬等）不会传播艾滋病。

二、青年学生如何预防艾滋病

1.学习掌握性健康知识，提高自我保护意识与技能，做自己健康的第一责任人。

青年学生应主动接受性健康教育，建立正确的人生观、价值观，丰富课余生活，提高自制力。未成年人避免发生性行为，青少年尽量推迟首次性行为时间。保持单一性伴侣，培养积极向上的生活方式，知晓性责任，拒绝和预防不安全性行为，提倡负责

任、安全的性行为。

2.拒绝不安全性行为，正确使用安全套。

青年学生容易感染艾滋病的不安全性行为包括：无保护（不使用安全套）的男性同性性行为、与不知道感染状况的人发生无保护性行为、与多人发生性行为、吸毒或醉酒后发生性行为等。其中，无保护的男性同性性行为是青年学生最常见的感染方式。

发生性行为时应全程正确使用合格的安全套，这是预防艾滋病、性病的最有效措施。



3.拒绝毒品就是远离艾滋病。

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，导致多性伴和无保护性行为的增加，也会间接地增大感染艾滋病病毒和性病的风险。