

3.坚决拒绝易感染艾滋病行为，抵制同伴压力，远离第一支烟、第一口酒、第一次毒，不好奇尝试。充分权衡利弊并预判后果，选择所做的每一个行为都是安全、无吸毒、无感染艾滋病风险的正确决定。

4.不能通过外表判断一个人是否感染了艾滋病病毒，只有通过检测才能判断。如发生过易感染艾滋病行为，要尽早告诉监护人，主动进行艾滋病检测与咨询，早发现、早诊断。



5.发生易感染艾滋病行为后，要尽快告诉监护人，及时到指定医院咨询，必要时可采取药物预防，减少艾滋病病毒感染的风险，2小时内服用预防药物效果最佳，72小时内服用有效。感染艾滋病病毒后应及早接受抗病毒治疗。

6.学习掌握相关法律法规知识，运用法律武器减少感染艾滋病风险和保护自身安全。与十四周岁以下未成年人发生性关系，不

管对方是否自愿都是犯罪行为；故意传播艾滋病要承担法律责任；吸毒是违法行为，要受到法律惩处。

四、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，也可以到二级以上医疗机构进行HIV抗体检测。

五、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。

朝阳区疾病预防控制中心VCT门诊

咨询电话：67773520

地址：北京市朝阳区华威里25号（朝阳区疾病预防控制中心性病艾滋病防治科）



（初中生篇）



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。因发生无保护性行为或者被性侵的未成年人感染艾滋病案例时有发生。

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。

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、艾滋病的高危行为

艾滋病的高危行为是指容易感染艾滋病的行为。发生性行为时不使用安全套、多性伴、性乱、静脉注射吸毒时与他人共用注射器、使用未经严格消毒的注射、针灸、美容等进入人体的器械等，都能增加感染艾滋病的风险。

三、初中生如何预防艾滋病

1.识别人际交往当中的性骚扰、性侵害，凡是引起自己反感、压抑或恐慌的带有性含义的语言、表情、动作、文字、图像、视频、语音、链接或者其他任何方式都是性骚扰，引诱、胁迫发生的性行为就是性侵害。如遇到性骚扰和性侵害，要及时报告给可信赖的成年人。

2.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。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。

