

亲爱的大学生朋友：

恭贺你们考入大学,成为一名光荣的大学生。目前艾滋病的流行已经成为公共社会问题。现代的大学生无论愿意或者不愿意,都直接或间接地面临艾滋病的相关问题,为此,我们编写了此宣传读本,介绍一些艾滋病防治等有关知识,希望大学生对艾滋病有所了解,知道怎样避免感染艾滋病病毒,切实保护好自己。如果大学生愿意参加到预防艾滋病的队伍中来,我们非常欢迎。祝愿大学生在完成大学学业时,都能以智慧的头脑,健康的身体,饱满的精力和高尚的情操,走向社会,成为祖国的栋梁。

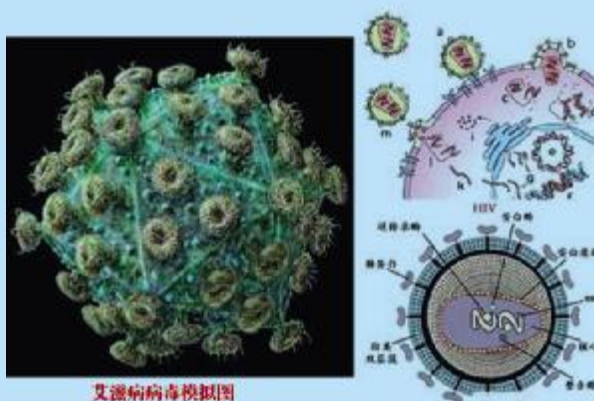
# 一、艾滋病基本知识

关注艾滋病，携手红丝带



## 什么是艾滋病?

艾滋病的医学名称叫“获得性免疫缺陷综合征”是由人类免疫缺陷病毒引起的一种严重传染病。艾滋病病毒侵入人体后,破坏人体的免疫功能,使人体发生多种难以治愈的感染和肿瘤,最终导致死亡。艾滋病是新出现的疾病,由于它流行范围广,传播速度快,死亡率极高,目前还没有发现能够治愈的药物,也没有疫苗可以预防,因而引起各国政府的高度重视。



## 艾滋病的主要症状?

急性感染期:在艾滋病病毒进入人体后 1—4 周,感染者可能出现类似流感的表现,如发热、淋巴结肿大等。无症状感染期:在急性期后的一段时间(一般为 2~10 年)感染者进入无明显自觉症状的潜伏期。艾滋病期:主要表现为:长期低热;短期内体重减轻 10%;消瘦、慢性腹泻、咳嗽、全身淋巴结肿大;智力减退、并发肺炎、肿瘤等。

## 一般的生活接触 容易感染艾滋病吗？

在工作和生活中与艾滋病病人和艾滋病病毒感染者的一般接触（如握手、拥抱、共同进餐、共用工具、办公用品等）不会感染艾滋病。艾滋病不会经马桶圈、电话机、餐饮具、卧具、游泳池或公共浴池等公共设施传播。咳嗽和打喷嚏不传播艾滋病。蚊虫叮咬不传播艾滋病。



## 艾滋病是如何传播的？

艾滋病主要通过性接触、血液和母婴三种途径传播。

艾滋病可通过性交的方式在男性之间、男女之间传播。性伴越多,感染艾滋病的危险就越大。

共用注射器吸毒是经血传播艾滋病的重要危险行为。输入或注射被艾滋病病毒污染的血液或血液制品就会感染艾滋病。使用被艾滋病病毒污染而又未经消毒的注射器、针灸针及其它刺入人体的器械会传播艾滋病。

感染了艾滋病病毒的妇女会通过妊娠、分娩和哺乳把艾滋病传染给婴幼儿。

## 什么是“窗口期”？

从感染艾滋病病毒到血液中能检测出艾滋病病毒抗体这段时期,在医学上称之为“窗口期”。在“窗口期”内,感染者仍然可以把病毒传染给其他人。“窗口期”一般为3-6个月。

如果怀疑自己得了艾滋病,应在“窗口期”后到当地卫生机构进行血液的艾滋病病毒抗体检测。

## 怎样预防艾滋病？

(1)预防性传播:洁身自爱,不搞卖淫嫖娼,不搞性乱;不要参与同性肛交、口交等非常容易传染艾滋病病毒的活动;正确使用安全套可以减少传染艾滋病性病的机会。

(2)预防血液传播:使用经检测合格的血液及血制品。不吸毒。有毒瘾者要戒毒,戒毒前不要共用注射器注射毒品。不去消毒得不到保证的医院、诊所打针、拔牙或做手术;不到不消毒的理发摊、店和美容院去理发、美容;刮脸刀、电动剃须刀、牙刷必须自备,不可借用;

(3)预防母婴传播:受艾滋病病毒感染的女性应避免怀孕。





## 怀疑自己感染了 艾滋病该怎么办？

如果怀疑自己得了艾滋病，目前唯一的办法就是到当地卫生机构进行血液的艾滋病病毒抗体检测。由于有“窗口期”就应该考虑从可能感染的行为发生到检测相隔的时间，如果这段时间不到三个月，应该在三个月以后检查抗体。如果医生判断检查结果为阳性，便表示已经受艾滋病病毒的感染。如果检查结果阴性，便表示未受艾滋病病毒的感染。

## 什么是安全性行为？

安全性行为是指能避免或减少疾病的性行为。更进一步说就是，要么能保证双方都没有携带致病的细菌、病毒等，要么在性行为过程中避免双方身体分泌液的交换从而避免疾病传播。安全性行为的具体内容要点是：

两个没有感染疾病的人相互间保持唯一的性关系；避免与不了解的人发生性关系。如果不了解或不肯定性伴的情况，在性活动中要避免接触身体分泌液（精液、阴道宫颈分泌液、血液），可以用拥抱、接吻、爱抚、手淫等方式。

如果无法以避免与不了解的人发生性交，每次都要坚持正确使用质量可靠的安全套。

最好避免肛交。因为肛交最容易造成损伤，传染疾病的危险很大，而且一般的安全套在肛交时可能发生破裂，如果无法避免肛交时，要使用质量好的安全套，同时要使用水性润滑剂。

## 安全套能预防性病、艾滋病吗？

世界很多国家的经验表明,正确使用质量可靠的安全套,可以大大降低感染性病艾滋病的机会。



## 正确使用安全套的方法？

- 1、检查安全套是否过期,不要使用过期的安全套。
- 2、一定要在性接触前带上安全套。
- 3、撕开安全套包装时,避免剪刀、指甲将安全套弄破。
- 4、捏住安全套末端小囊排出空气,为存精液留出空间。
- 5、将安全套展开套在勃起的阴茎上,复盖整个阴茎一直套到阴茎根部。
- 6、套上安全套后再涂些水质的润滑剂可以防止破裂,不能使用油质润滑剂如雪花膏、凡士林等,也不能用唾液。
- 7、在射精以后、阴茎还没有疲软之前将阴茎退出,退出时要用手把持安全套以防滑脱。
- 8、将安全套口打结防止精液流出。然后丢弃到垃圾桶内。
- 9、安全套不能重复使用。
- 10、不能使用双层安全套,因为双层安全套之间的相互摩擦更易使其破损。

## 艾滋病离大学生有多远？

根据 2009 年 11 月底卫生部公布的数据,近三年,全国艾滋病疫情报告职业为大学生的艾滋病病毒感染者和病人数呈逐年上升趋势。我们沈阳市近几年进行的免费艾滋病咨询检测中,每年都有近百个是高校的学生,与异性或同性之间发生性行为,怀疑自己被艾滋病感染,来此咨询检测的。还有许多碍着面子不敢来。他们之间不当的性行为存在被艾滋病感染的风险。而且每年都有感染艾滋病的大学生被检测出来。尤其是有男男同性恋行为的大学生。现在艾滋病主要通过性行为传播,大学生群体是一个艾滋病的脆弱群体。





## 二、远离毒品 拒绝艾滋病



## 什么是毒品？

毒品是指不是用来治病,而多次使用就能使人上瘾、难以摆脱的药品,通常指鸦片、吗啡、海洛因、大麻、可卡因、苯丙胺类毒品(如“冰”毒、摇头丸等)。毒品的种类繁多,初步统计,受各种国际公约、条约管制的达 400 多种。兴奋剂是毒品家族中新兴的一员,兴奋剂对青少年的危害尤为严重。目前较为流行的兴奋剂有可卡因、“冰毒”及摇头丸等。它们具有上瘾速度快、致幻作用强、损害人的大脑,表现出精神病状态,甚至中毒死亡的特点。常常发生服用者自杀的事件。



## 毒品为什么能够害人？

毒品的主要危害在于它的成瘾性。任何人只要沾染上毒品,都会无一幸免地产生对毒品的双重依赖;一种是吸毒者停止使用毒品后,会出现生理功能紊乱的反应,甚至造成致命的损伤,其痛苦之剧烈令人难以忍受,此现象被称为身体依赖;另一种是吸食毒品后,使人产生一种欣快感,它诱使吸毒者产生强烈的再次使用毒品的欲望,以期获得满足和避免难以忍受的痛苦,此现象被称为心理依赖。

## 毒品对青年身心健康有哪些危害？

青年正处在生长发育的关键时期，一旦染上毒瘾，会对身心健康造成不可弥补的严重损害。不同的毒品摄入人体内，都会产生毒副作用及戒断症状，对健康构成直接的严重损害，甚至导致死亡。此外，由于滥用毒品会导致体内重要系统及器官受损，一些疾病也会乘虚而入，如急慢性肝炎、肺炎、败血症、心脏和肾脏的功能衰竭、各种皮肤病、脑损害、中毒性精神病、性病及艾滋病等。毒品不仅对青少年身体有极大的损害，而且还使人在精神上越来越堕落，成为毒品的奴隶。



## 为什么说吸毒是艾滋病的温床？

吸毒是传播艾滋病的温床。这是因为吸毒者常常共用针管、针头,毒瘾上来,几个人甚至十几个人凑在一起共用一副注射器,一个用完另一个接着用,如果其中一个人感染有艾滋病病毒,注射器就会被污染,那么艾滋病病毒就会在其他吸毒者中传播。其次,吸毒者的性行为是很混乱的。美国曾做过调查,与男性吸毒者有性接触的妇女,其艾滋病的发病率比一般人群高 30 倍。艾滋病主要传播途径是经血液传播、性传播和母婴传播。静脉吸毒者不洁注射器易造成血液传播,吸毒者的不良性行为又可造成性传播,这样,三个传播途径中吸毒者就占了两个。此外,毒品使吸毒者的体质下降,也为艾滋病病毒的感染和发病大开绿灯。

## 为什么要拒绝毒品？

吸毒是一种违法行为,共用注射器吸毒是传播艾滋病的重要途径,因此要拒绝毒品,珍爱生命。吸毒不仅严重危害吸毒者自己的健康和生命也危害家庭和社会。远离毒品可以最大限度地避免因吸毒感染艾滋病。



### 三、同性恋与艾滋病



即使机会微乎其微，  
但是很可能你就是下一个！

## 何为同性恋？

同性恋是同性别人之间的性爱关系，这种关系可存在于内隐的心理或外显的行为之中。如果一个人终生或一生中大部分时间和同性别的人建立心理上或行为上的性爱关系，就可以称为同性恋者。同性恋包括男性同性恋和女性同性恋。作为一种社会现象，同性恋已经存在了几千年。从上世纪 70 年代起，许多国家不再将同性恋作为精神疾病。在近期的科学研究报告上，有人发现影响同性恋的基因，似乎位于人的 x 染色体上，与母系遗传有很大的关系。2001 年 4 月，我国新版《中国精神障碍分类与诊断标准》对同性恋有了更人性和更科学的描述，即同性恋与异性恋的区别仅为性取向的不同。中国男性同性恋者，约占处于性活跃期的男性人群的 2% ~ 4%，也就是说，中国有 500 万至 1000 万男性同性恋者。



## 同性恋与艾滋病的关系

由于艾滋病在全世界的蔓延,同性恋问题引起人们的关注。虽然同性恋者是最早感染艾滋病毒的人群,但这并不能因此认为同性恋者就是艾滋病毒的传播者。应该明确的是,艾滋病的病原是艾滋病毒(HIV),同性恋者和异性恋者都可能有某些不安全的性行为,助长了艾滋病毒在人群中的传播。为预防和控制艾滋病的传播而“禁止”同性恋既是错误的,也是不可能的。其实从根本上说,造成艾滋病传播的不是同性恋,而是性乱。

虽然同性恋不能等同于艾滋病,但同性恋者确定是容易感染艾滋病病毒的高危群体。同性恋行为容易传播艾滋病的主要原因有两个,首先是性行为没有得到社会认可,不能建立如同一夫一妻相对稳定的性关系,多性伴现象严重。

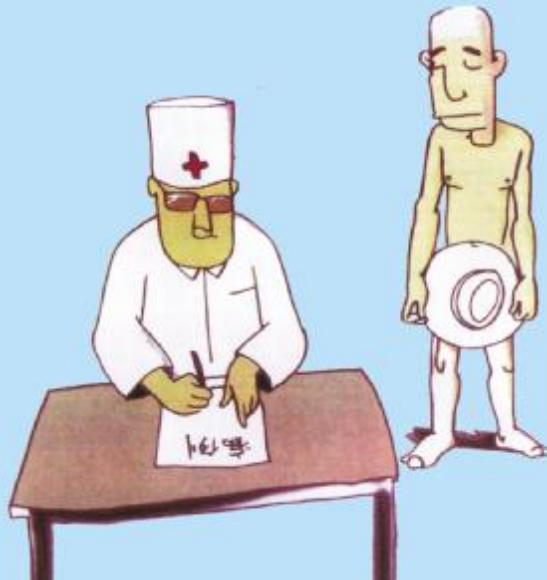
第二个原因是大多数男同性恋特殊的性行为方式。男性同性性行为中插入性的肛交对直肠粘膜损伤很大,很容易发生血液与体液的交换,这样 HIV 病毒就容易造成传播。

由于女性同性恋性活动中体液交换较少,患艾滋病危险性很低。



## 我国男同性恋人群 艾滋病感染情况：

在中国感染艾滋病的高危人群当中，男性同性恋艾滋病感染率已经上升到第二位，仅次于吸毒人群。2009年11月24日中国卫生部部长陈竺表示，性传播已经成为我国艾滋病传播的主要途径，其中，同性性行为所引起的艾滋病传播已经占到传播总数的32%，异性性行为导致的艾滋病传播达到40%。卫生部疾病预防控制局副局长郝阳也透露，2008年专业人员对中国61个城市的同性恋群体进行了调查，发现平均有4.8%的同性恋者患有艾滋病，其中最高的一个城市高达18%。由于中国的同性恋者大多处于地下状态，这个数据可能还比较保守。另外，中国有500万男同性恋者，中国男男性行为者感染HIV的几率较一般人高出45倍之多。





## 在同性恋人群开展 艾滋病知识宣传教育

国内外专家一致的观点是，性传播已经成为我国艾滋病疫情蔓延的最重要渠道。

从疾病防治角度出发，尤其需要对同性恋人群给予特别的关注。因为长久以来，由于公众对同性间的性行为多持排斥态度，我国同性恋人群一直处于隐蔽状态，很多人不了解艾滋病预防知识，有的染上了艾滋病病毒，甚至已经发病，还不知道就医，以致造成自身病情的迅速发展和艾滋病病毒的进一步传播。

同性恋人群的艾滋病问题直接影响到我国人群的艾滋病流行水平，预防控制艾滋病在这一人群的传播蔓延，已刻不容缓。专家们建议，迅速行动起来，将性病艾滋病预防知识传递到同性恋人群。而且要特别重视国外艾滋病防治中“同伴教育”的成功经验，注意发动这一人群的自我教育和积极参与到防病知识的宣传中来。

### 沈阳市艾滋病免费 自愿咨询检测(VCT)门



艾滋病自愿咨询检测是指人们在经过咨询后能够使他们对于艾滋病检测做出明智选择的过程。这一决定必须完全是求询者自己的选择，并且这一过程是完全保密的。以下是沈阳市艾滋病免费自愿咨询检测(VCT)门诊。

沈阳市疾病预防控制中心 / 地址：皇姑区岐山中路 37 号 / 电话：86861220

大东区疾病预防控制中心 / 地址：大东区小东路 200 号 / 电话：24330021

铁西区疾病预防控制中心地址：铁西区齐贤南街 14 号 / 电话：25845350

沈河区疾病预防控制中心 / 地址：沈河区大南街华岩寺巷 14 号 / 电话：31001551

和平区疾病预防控制中心 / 地址:和平区南五马路 182 号 / 电话:23508245  
皇姑区疾病预防控制中心 / 地址:皇姑区黑龙江街 28 号 / 电话:86224072  
东陵区疾病预防控制中心 / 地址:东陵区文化东路丰乐一街 13 号 / 电话:24231298  
于洪区疾病预防控制中心 / 地址:于洪区黄海路 8-1 号 / 电话:25304122  
苏家屯区疾病预防控制中心 / 地址:苏家屯区枫杨路 86 号 / 电话:29816277  
沈北新区疾病预防控制中心 / 地址:沈北新区金星街 30 号 / 电话:89862118  
辽中县疾病预防控制中心 / 地址:辽中县辽中镇北一东路 75 号 / 电话:27888651  
法库县疾病预防控制中心 / 地址:法库镇团结街 / 电话:87124547  
新民市疾病预防控制中心 / 地址:新民市辽河大街 137 号 / 电话:87850004  
康平县疾病预防控制中心 / 地址:康平县康平镇 103 号 / 电话:87344727  
和平区中心医院 / 地址:和平区同泽南街 79 号 / 电话:23862346  
和平区妇幼保健所 / 地址:和平区西安街 83 号 / 电话:23501280  
沈河区妇幼保健所 / 地址:沈河区团结路 103 号 / 电话:88530060-809  
沈阳市红十字会医院 / 地址:沈河区中山路 389 号 / 电话:22907969  
铁西区妇婴医院 / 地址:铁西区国工二街富盈巷 1 号 / 电话:25852076  
铁西区中心医院 / 地址:铁西区云峰南街 5 号 / 电话:25609884  
大东区妇幼保健所 / 地址:大东区滂江街 113 号 / 电话:24312545  
大东区人民医院 / 地址:大东区津桥路 19 号 / 电话:88738920  
中国医科大学附属第四医院 / 地址:皇姑区崇山东路 19 号 / 电话:62043120  
于洪区人民医院 / 地址:于洪区沈大路 112 号 / 电话:25306170  
东陵区(浑南新区)妇幼保健所 / 地址:沈河区方家栏路 76 号 / 电话:24261232  
东陵区中心医院 / 地址:沈河区泉园二路 87 号 / 电话:24821064  
沈北新区中心医院 / 地址:沈北新区青州路 16 号 / 电话:89605025  
苏家屯区中心医院 / 地址:苏家屯区海棠街 31 号 / 电话:89811446-8082  
苏家屯区妇婴医院 / 地址:苏家屯区海棠街 68 号 / 电话:89812480-8427  
康平县人民医院 / 地址:康平县康平镇中心路 461 号 / 电话:87338058  
法库县中心医院 / 地址:法库县法库镇海南街 / 电话:87122938  
新民市人民医院 / 地址:新民市西城区康复街 20 号 / 电话:87520123  
辽中县人民医院 / 地址:辽中县辽中镇南二路 42 号 / 电话:87809924  
辽中县妇幼保健所 / 地址:辽中县辽中镇南一路 5 号 / 电话:27891801