

🚫 怎样预防艾滋病?

在预防艾滋病“ABC”原则的基础上, 基于我国艾滋病防治政策策略和全球艾滋病防治实践, 我们提倡预防艾滋病“1A、2B、3C、4D”原则。

1A: Abstinence

Abstinence (禁欲): 具体含义由不发生性行为调整为: 未成年人不要发生性行为, 青少年要尽可能延迟第一次性行为的时间。

2B: Be faithful, Be responsible

Be faithful (忠诚): 指夫妻双方或者性伙伴双方要互相忠诚, 不与对方外的第三者发生性行为, 坚决抵制卖淫嫖娼、聚众淫乱活动。

Be responsible (负责任): 指对发生的性行为能够负责, 发生的性行为对身体和心理、现在和未来、他人和社会都不会造成伤害, 既要考虑双方的感受, 又要考虑对周围的影响。

3C: Concept, Condom, Consulting and Testing

Concept (观念): 要树立自己是健康第一责任人的观念, 认识到艾滋病目前不可治愈、无疫苗预防; 每一个人、每一个家庭都受到艾滋病的威胁, 要对自己健康负责; 主动学习掌握预防艾滋病知识、拒绝易感染艾滋病的危险行为, 做好自身防护。

Condom (安全套): 如果没有生育需求, 发生性行为时要使用安全套。如果与夫妻或固定性伴外的第三方发生性行为, 坚持每次都全程正确使用安全套, 确保性行为安全。

Consulting and Testing (咨询和检测): 发生易感染危险行为后主动到疾病控制机构、医院进行咨询, 对发生的行为进行评估, 主动要求进行艾滋病检测或开展自我检测。

“4D”: Disease treatment, Drug post-exposure prophylaxis, Drug pre-exposure prophylaxis, Drug Antiretroviral therapy

Disease treatment (治疗性病等疾病): 是指如果患有性病或其他生殖器损伤溃疡类疾病, 要及时去正规医疗机构诊治, 性病可增加感染艾滋病病毒的风险。

Drug post-exposure prophylaxis (暴露后药物预防): 指尚未感染艾滋病病毒的人发生有可能感染艾滋病病毒的危险行为后, 要在医生指导下, 72小时内尽早使用阻断药, 遵医嘱服药。

Drug pre-exposure prophylaxis (暴露前药物预防): 指尚未感染艾滋病病毒的人在发生易感染艾滋病病毒行为之前, 遵从医嘱服用特定的抗病毒药物, 预防艾滋病感染。

Drug Antiretroviral therapy (抗病毒药物治疗): 指感染艾滋病病毒后及早接受抗病毒治疗, 根据医嘱坚持服用抗病毒治疗药物, 可提高生活质量, 减少艾滋病病毒传播。国家目前提供免费抗病毒治疗药物, 实施应治尽治的防治政策。



东营区疾控中心VCT门诊
免费进行艾滋、梅毒、丙肝检测

HIV暴露后预防门诊
东营区人民医院皮肤科: 0546-8551090
可购买HIV阻断药



珍惜爱
明白“艾”

社会共治 终结艾滋 共享健康
东营区疾病预防控制中心宣

艾滋病是什么？

艾滋病（AIDS）是一种危害性极大的传染病，由感染人类免疫缺陷病毒（又称艾滋病毒，英文缩写HIV）引起。HIV是一种能攻击人体免疫系统的病毒，它把人体免疫系统中重要的CD4淋巴细胞作为主要攻击目标，大量破坏该细胞，使人体免疫系统逐渐被削弱，然后人体易于感染各种疾病和发生恶性肿瘤，并最终导致死亡。



艾滋病危害大、死亡率高，不可治愈。感染艾滋病病毒的患者需终身规律服药，若不坚持规范治疗，发病后病情发展迅速。艾滋病可防可治但不能治愈，**关键是早发现！早检测！早治疗！**

什么是窗口期

窗口期是指从艾滋病病毒侵入机体到血清抗体、抗原或核酸等感染标志物能被检出之前的时期。抗体检测的窗口期一般为4-12周，核酸检测的窗口期为1-4周。目前，最常用的检测方法是抗体检测，建议在高危行为后4周检测抗体，大多数感染者4周可以检测到抗体。如果4周结果阴性可以等到8周或12周再检测。一般情况下，如果12周之内没有再发生高危行为，也没有检测到抗体，就可以排除艾滋病感染。



传播途径

艾滋病病毒存在于感染者的血液、精液、阴道分泌物、乳汁和伤口渗出液这几种体液中，主要有以下三种传播途径：

01 性传播

这是世界上最主要的艾滋病传播途径。性伴侣越多，感染艾滋病的机会越大。

02 母婴传播

感染了艾滋病病毒的妇女通过怀孕、生孩子过程和喂奶也可能把艾滋病病毒传给胎儿或婴儿。

03 血液传播

输入感染了HIV的血液或血液制品；静脉药瘾者共用受HIV污染的、未消毒的针头及注射器；共用其他医疗器械或生活用具（如与感染者共用牙刷、剃刀）也可能经破损处传染，但罕见。



哪些方式不传播艾滋病？

以下方式目前未发现会传播艾滋病：

- 1.食物、饮水、客气。
- 2.公共场所的一般接触，如：同在一个教室上课，各种公共交通工具的座位、扶手，办公室的办公用品，工厂车间的工具，在影剧院、商场、游泳池等场所的一般活动。
- 3.礼节性亲吻、拥抱、咳嗽、打喷嚏、谈话、共同进餐、同住、握手。
- 4.公用马桶、浴缸、共用一个浴池。
- 5.蚊虫叮咬。
- 6.纸巾、硬币、票证。



什么是HIV感染高危行为

高危行为也就是有较高造成HIV病毒传播风险的行为，如：

- 无保护性交
- 共用注射器静脉吸毒

- 非法采血点卖血或输血
- 不正规机构经未消毒的纹身、穿耳洞等
- 医护人员的职业暴露等

何时服用阻断药能预防感染？

发生高危行为后，可在72小时内（越早越好）去医院就诊，服用阻断药，阻止HIV病毒的感染。

阻断药成功率：

- 2小时内阻断效果最佳
- 24小时内服用，阻断希望也很大
- 72小时内服用仍有希望成功
- 超过72小时则没有阻断效果了。

艾滋病分哪几个阶段

根据感染后的临床表现，HIV 感染的全过程可分三个期，即急性期、无症状期和 AIDS 期。

急性期

通常为发生 HIV 感染后的 6 个月内。部分感染者在急性期出现 HIV 病毒血症和免疫系统急性损伤相关的临床表现。临床表现以发热最为常见（80%的患者有发热），可伴有咽痛、腹泻、皮疹、关节疼痛、淋巴结肿大及神经系统症状。大多数患者临床症状轻微，持续 1~3 周后自行缓解。



无症状期

可从急性期进入此期，或无明显的急性期症状而直接进入此期。持续时间一般为 4~8 年。其时间长短与感染病毒的数量和型别、感染途径、机体免疫状况的个体差异、营养条件及生活习惯等因素有关。

AIDS 期

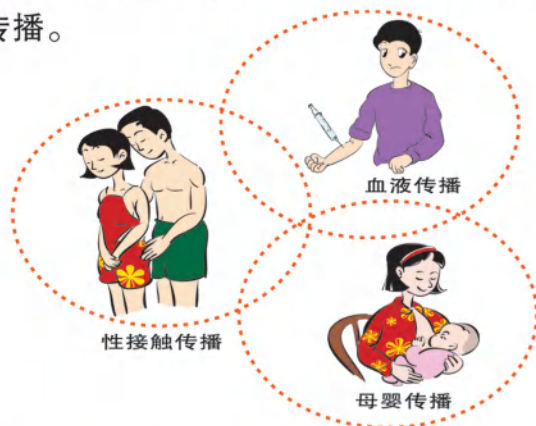
为感染 HIV 后的疾病终末阶段。患者 CD4+T 淋巴细胞计数多<200/ μ L。此期主要临床表现为 HIV 相关症状、体征及多种机会性感染和肿瘤。

性病的传播方式?

1.日常生活接触传染的机会一般是偶然的，大可不必过于担心。但应避免接触被污染的公用物品及卫生器具和不健康的生活方式造成的性乱。

2.母婴传播：患病的母亲通过胎盘感染胎儿，或分娩时胎儿通过产道时感染，或通过母乳喂养感染婴儿。

3.医源性传播：通过输血、血液制品、手术、注射器、牙科等物品或器械而传播。



如何预防性病?

引起性病流行的原因主要是不健康的生活方式造成的性乱。所以预防性病首先要从这方面着手。人人自觉遵守国家严禁卖淫嫖娼的法律，自觉遵守不要有婚前和婚外性行为的社会公德，洁身自爱，这是预防性病最有效的方法。如果社会上每一个人都能这样做，性病的流行最终就会停止。戴避孕套性交，理论上可以起到避孕

和预防性病的效果。但不是绝对保险的，因为在使用过程中还有多种因素的影响，诸如：避孕套的质量是否符合要求，使用者是否掌握了正确的用法，以及有否重复使用同一个避孕套或一套多用等事实上，戴避孕套仅能减少染上性病的危险性。但绝对不是安全的“保险套”。所以都会有机会感染的。

其次要注意卫生，一般日常生活不会传染性病，但应做好家庭内部的清洁消毒，在公共场所尽量不要使用公共用品。牙刷、刮脸刀、剃须刀都应每人自备，不可互相借用。不到不消毒或消毒不彻底的理发店去理发。最好家庭自备理发工具，家庭成员互相理发。穿耳和纹眉等用的针具必须消毒。不要因好奇而纹身（在皮肤上刺花、刺字）。打预防针必须一人一针一管。每副彻底消毒的注射器针管和针头只能用于一个人。拔牙、打针、针灸治疗都要到重视消毒的医院和诊所去进行。不要因好奇而尝试吸毒，静脉注射毒品有可能传染多种性病。还应及时到正规医疗卫生机构进行诊治，正确认识病情，配合治疗。



洁身自好 远离 性病



东营区疾病预防控制中心宣

什么是性传播疾病？

性传播疾病（STD）指主要通过性接触、类似性行为及间接接触传染的一组疾病。

常见的性传播疾病有哪些？

我国规定梅毒、淋病、艾滋病、软下疳、性病性淋巴肉芽肿、非淋菌性尿道炎、尖锐湿疣和生殖器疱疹等几种疾病作为我国的性病监测病种。

性病是如何传播的？

性行为是性病的最主要传播途径，但不是唯一传播途径，性病还可以通过母婴、血液、间接接触传播。工作场所与公共场所的一般接触，如握手、拥抱、共同进餐等不传播。



可疑性病有哪些主要症状？

1. 皮肤粘膜（主要在阴部，如阴茎、尿道口、肛周、大小阴唇、子宫颈等）出现一些丘疹、红斑、溃疡、小水泡等。也可全身广泛出现皮疹，不痛不痒。
2. 尿频、尿急、尿痛、尿道有异样分泌物。
3. 阴道分泌物发黄、增多，有异常气味。
4. 生殖器部位出现赘生物（疣状红色丘疹，逐渐增大、增多，如菜花状、丝状等）。

如发现有上述症状，请及时就医，不要自行治疗。

性病主要有哪些危害？

性病对于个人、家庭和社会的危害都十分严重。大多数性病在急性期会给病人造成许多痛苦，而且有的还会产生后果严

重的远期损害。如淋病和非淋菌性尿道炎，在男性，除可引起尿道炎症外，还可损害输精管，造成男性不育症；而在女性除了引起尿道炎、子宫颈炎外，还会破坏输卵管和子宫内膜，造成不孕症或宫外孕。梅毒如果没有在早期治愈，就会损害心脏和神经系统并危及生命。

引起尖锐湿疣和生殖器疱疹的病毒不可能从病人体内彻底消失，所以容易复发，还会造成男性阴茎癌和女性宫颈癌等生殖系统的癌症。性病还会祸及下一代。患淋病的孕妇生产时可将淋球菌传染给婴儿，引起新生儿淋球菌性眼结膜炎，造成失明；非淋菌性尿道炎的病原微生物衣原体可以引起新生儿肺炎，严重时造成死亡。患有梅毒的孕妇会发生流产、早产、死产，以及引起胎传梅毒，使下一代患先天性梅毒，造成发育不良、骨膜炎、耳聋，以及神经系统疾病。患性病的人更容易染上艾滋病病毒。多种性病能够在家庭内传播，殃及配偶和子女，破坏家庭幸福。



你需要知道的“后悔药”



HIV暴露后预防

“后悔药”

话说千金难买“后悔药”世上没有后悔药可吃。但是预防艾滋病的“后悔药”世上还真有，它就是人们常说的“**艾滋病阻断药**”。

艾滋病“后悔药”指的是HIV暴露后阻断，又称艾滋病暴露后预防(PEP)，是指尚未感染HIV的人在与HIV感染者或感染状况不明者发生易感染HIV的行为后，及早规范服用特定的抗病毒药物，降低HIV感染风险的办法，因此被人形象地称为“后悔药”，起到“事前未加防范，事后及时补救”的作用。



什么人需要服用“后悔药”？

未感染HIV，并且在过去72小时内与艾滋病患者或疑似艾滋病感染者发生没有安全措施性行为；

开放的伤口或黏膜组织接触到艾滋病患者的血液；

被艾滋病患者咬伤等情况下，需及早服用抗病毒药物进行艾滋病暴露后预防。



吃“后悔药”有哪些注意事项？

艾滋病阻断药服用最佳时间是在**暴露后2个小时内**，最好不要超过**24小时**，有研究表明72小时之内，阻断也有一定的成功率。首次服药距离HIV**暴露时间越短**，**阻断成功率越高**。艾滋病阻断药需连续服用**28天**，不可**间断或提前终止**，少于28天阻断成功率降低，多于28天则没有必要。

服用HIV阻断药期间，**最好避免性生活**，若发生性生活，需要使用安全套。另外，服药期间**不可以再有新的高危暴露**，一旦有新的高危行为，非常可能导致现有**阻断失败**。

“后悔药”的不良反应

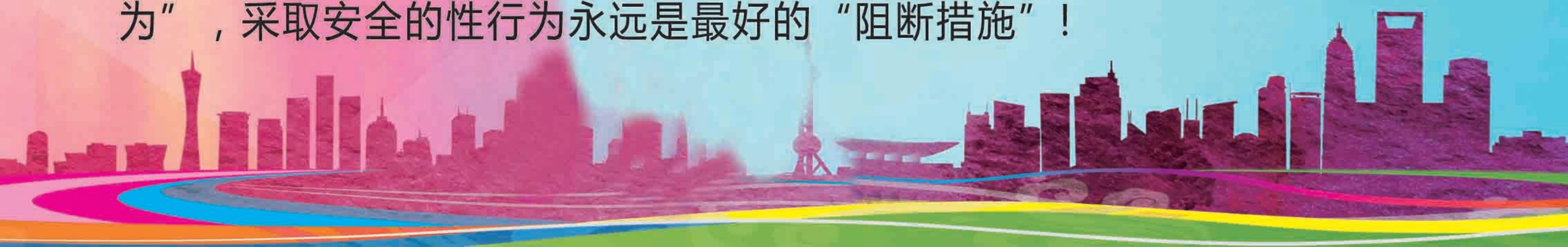
服用艾滋病阻断药，副作用因人而异，可能会出现短期轻微的胃肠道症状(如腹泻、恶心、食欲降低、腹部疼痛或胃肠胀气)和头晕、头痛等症状。症状较轻微的可不用过度担忧，一般可自行改善;症状较严重的，需要到正规医院找专业医生对症处理。此外，个别用药患者的肾脏功能可能会受到影响，如出现这种情况应立即联系医生，不要自主停药或盲目服药。

有了后悔药”以后就可以“放飞自我”啦？

这样的想法是**大错特错的**!艾滋病暴露后预防是一种高危行为后的补救措施，**不能作为“无敌神光”使用**。

规范使用艾滋病阻断药确实能降低HIV感染的风险，但并不是万无一失的，预防效果不能达到100%!避免患艾滋病最有效、最稳妥的方法是正确使用安全套，拒绝任何形式的毒品，不吸毒，不共用针具。

凡事要记得提前预防，不要总想着吃“后悔药”。不发生“高危行为”，采取安全的性行为永远是最好的“阻断措施”！



携手抗艾

重在预防

与艾滋病病人及艾滋病病毒感染者的日常生活 和工作接触不会感染艾滋病

- ★ 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、办公用具等）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。



及早治疗并治愈性病可减少感染艾滋病的危险

- 性病患者比没有性病的人容易感染艾滋病。患有生殖器脓疮、溃疡、炎症的人更容易感染艾滋病，并且也容易将病毒传染给别人。因此，迅速治愈各种生殖器感染可以减少感染和传播艾滋病。
- 正确使用安全套可减少感染艾滋病的机会。

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

吸毒是一种违法行为，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。

不共用注射器、使用清洁注射器或消毒过的注射器，可以有效地减少吸毒传播艾滋病的危害。



爱心呵护生命
行动抵御艾滋



关于艾滋病，

这些法律知识

你必须了解！

AIDS

艾滋病是一种危害大、死亡率高的严重传染病，目前还没有有效的疫苗和治疗的药物，但已有较好的治疗方法，能有效地延长病人的生命，提高其生活质量。它离我们的生活并不遥远，今天跟大家好好聊聊，与艾滋病相关的法律知识！

一、艾滋病感染者和病人的哪些权利受到法律保护？

《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”。

二、艾滋病感染者和病人应当履行哪些义务？

- （一）接受疾病预防控制机构或者出入境检验检疫机构的流行病学调查和指导；
- （二）将感染或者发病的事实及时告知与其有性关系者；
- （三）就医时，将感染或者发病的事实如实告知接诊医生；
- （四）采取必要的防护措施，防止感染他人。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。

三、法律如何制裁故意传播艾滋病行为？

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侣或配偶。若继续同他人发生无保护性行为则为故意传播。

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》，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。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；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，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。

四、婚前配偶未告知患有艾滋病，可以请求撤销婚姻吗？

可以。民法典施行后，不仅将登记结婚前隐瞒重大病情作为无过错方可以撤销婚姻的情形之一，而且还赋予无过错方主张损害赔偿的权利。如果一方在结婚登记前如实告知对方，另一方仍愿意与其登记结婚的，民法典尊重婚姻自主，认定婚姻有效。

拒绝艾·拥抱爱

怀疑得了艾滋病怎么办

仅凭身体有无症状和体征不能判断是否传染了艾滋病，必须进行艾滋病病毒抗体检测才能确定。感染后，一般经过2—12周（窗口期）才能从血液中检测到艾滋病病毒抗体。

如果怀疑自己被感染：可到省、市（地）、县（区）各级疾病预防控制中心和各级卫生行政部门指定的医疗机构，接受艾滋病咨询和初筛检测，各级疾病预防控制中心提供免费的艾滋病自愿咨询检测，检测结果是保密的。

通过艾滋病自愿咨询检测，可得到更多关于艾滋病的医学指导、服务信息和心理支持与帮助，既有利于自己，又可采取积极措施，保护他人。

艾滋病目前已有较好的治疗方法，可以延缓发病、减轻症状、延长生命，但不能彻底治愈，因此最好的方法是主动采取有效的预防措施保护好自己。



防治艾滋病 国家有政策

我们国家现在对艾滋病感染者实行“四免一关怀”政策。

“四免”是指：免费提供抗病毒治疗药物、实施免费自愿咨询检测、对艾滋病患者的孤儿实行免费上学、免费母婴阻断，对已感染艾滋病病毒的孕妇提供健康咨询、产前指导和分娩服务，及时免费提供母婴阻断药物和婴儿检测试剂。

“一关怀”是指：将生活困难的艾滋病患者纳入政府救助范围，按国家有关规定给予必要的生活救济，并积极扶持有生产能力的艾滋病患者参加生产活动。按照国家政策要求，我市将艾滋病纳入门诊慢性病管理，患者就医可以按照相应的医保类型报销部分费用。

东营区自愿咨询检测门诊

东营区疾病预防控制中心 东营市东营区北二路426号 05468266986

东营区人民医院 东营市东营区济南路333号 05468990706

东营区妇幼保健院 东营市东营区北二路683号 05468221905

东营区HIV暴露后预防门诊

东营区人民医院 东营市东营区济南路333号 05468990706

上午8:00-12:00，下午14:00-17:00（冬季）/14:00-17:30（夏季）

东营区艾滋病筛查实验室及检测点

艾滋病筛查检测机构	机构名称	机构地址
筛查实验室	东营区疾病预防控制中心	东营市东营区北二路426号
	胜利油田中心医院	东营市东营区济南路31号
	东营区人民医院	东营市东营区济南路333号
	东营区妇幼保健院	东营区北二路683号
	东营区中心医院	东营市东营区德州路55号
	东营鸿港医院（东营新里程老年医院）	东营市东营区太行山路239号
	东营现河社区卫生服务中心	东营市东营区燕山路491号
检测点	六户镇卫生院	东营市东营区六户镇繁荣路
	史口中心卫生院	东营市东营区史口镇新镇区兴业路以北利民路以西
	龙居卫生院	东营市东营龙居镇区兴龙路
	东营区胜利第一医院	东营市东营区庐山路1020号
	文汇街道社区卫生服务中心	东营市东营区西三路文兴汇院内
	牛庄镇卫生院	东营市东营区牛庄镇镇前街136号
	黄河路街道社区卫生服务中心	东营市东营区章丘路17号惠都小区2号
	辛店街道社区卫生服务中心	东营市东营区淄博路285号
	东营市爱尔眼科医院	东营市东营区北二路675号

东营区HIV检测点及筛查实验室及自愿检测预约码

