

认识艾滋病

● 什么是艾滋病？

艾滋病，学名“获得性免疫缺陷综合征”（AIDS），是由艾滋病病毒（HIV）引起的一种严重传染病。



HIV：是一种病毒，它会攻击并破坏人体免疫系统中最重要CD4T淋巴细胞。

AIDS：是感染HIV后的最终阶段。此时人体免疫系统被严重破坏，无法抵抗其他疾病，从而发生多种机会性感染和肿瘤。

● 艾滋病病毒（HIV）的特点

病毒在体外很脆弱，常用消毒剂（如酒精、含氯消毒剂）和高温均可将其杀灭。

病毒在人体内潜伏期长，可达8-10年。感染者在此期间可能没有明显症状，但具有传染性。

传播与预防

● 艾滋病如何传播？（仅三种途径）

性接触传播：这是最主要的传播途径。在没有保护措施（不使用安全套）的性行为（阴道交、肛交、口交）中，病毒可通过体液（精液、阴道分



泌物）交换传播。

血液传播：

- 共用被污染的针具、注射器（吸毒）。
- 输入被污染的血液或血制品。
- 使用未经严格消毒的医疗器械、纹身、穿耳器等。

母婴传播：感染HIV的母亲可能在怀孕、分娩或哺乳过程中将病毒传给胎儿/婴儿。

● 日常接触不会传播艾滋病！

请放心！以下行为不会传播艾滋病：

- 握手、拥抱、礼节性亲吻
- 一起吃饭、共用餐具、喝水杯
- 共用办公用品、学习用具、卫生间、游泳池
- 蚊虫叮咬
- 打喷嚏、咳嗽



● 如何有效预防？

ABC原则：

A：禁欲（Abstinence）

B：忠诚（Befairthful）：与唯一的、未感染的性伴侣保持相互忠诚的关系。

C：安全套（Condom）：坚持每次、正确使用质量合格的安全套，是预防性传播艾滋病的最有效手段。

拒绝毒品，不共用针具。

到正规医疗机构进行输血、献血、就医、纹身等。

感染HIV的孕产妇应及时进行母婴阻断，可极大降低将病毒传给孩子的风险。

传播与预防

● 怀疑感染，怎么办？——主动检测

有过高危行为后，会存在“窗口期”（通常为3个月），此时病毒抗体可能检测不到。

建议在高危行为4周后进行检测。如果结果为阴性，可以在3个月后进行复查以最终确认。



本地检测地点：

上海市崇明区疾病预防控制中心（上海市卫生健康监督所）

地址：上海市崇明区城桥镇一江山路567号2号楼302室

咨询电话：69611813

（此外，也可前往崇明区各社区卫生服务中心进行咨询检测）

检测是保密的、自愿的。早发现、早诊断，才能更好地保护自己和家人。

● 感染了艾滋病，等于末日吗？——不！

艾滋病已是可管理的慢性病！

虽然目前无法彻底治愈，但通过有效的抗病毒治疗（ART），感染者体内的病毒可以被抑制到“检测不到”的水平。

治疗越早，效果越好。请务必遵从医嘱，坚持服药。

关爱与支持

● 反对歧视，关爱同行

艾滋病感染者是我们的朋友、家人，他们需要的是帮助和理解，而不是歧视和排斥。

歧视会让他们因害怕而隐藏病情，不愿接受检测和治疗，反而会增加艾滋病的传播风险。



● 崇明区艾滋病自愿咨询检测（VCT）门诊服务信息

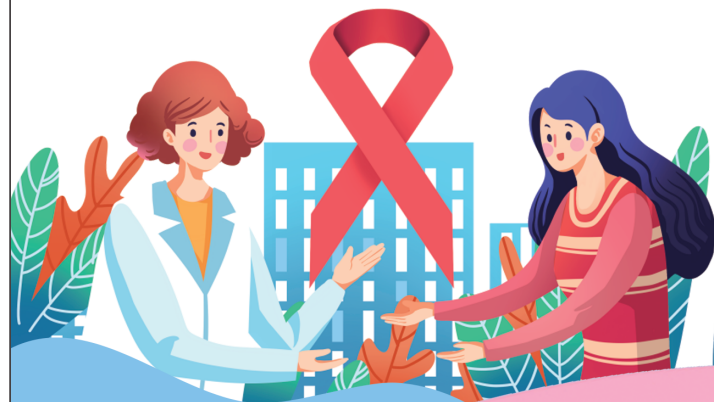
门诊机构	门诊地址	联系电话	工作时间 (节假日除外)
崇明区疾病预防控制中心	崇明区城桥镇一江山路567号东小楼301室	021-69611813	周一、周二、周四 上午 8:00-11:00
东平镇社区卫生服务中心	崇明区东平镇平悦路550号东平镇社区卫生服务中心2幢二楼208	021-59666319 -8052	周一、周三、周五 上午 8:00-11:00
新海镇社区卫生服务中心	崇明区新海镇北沿公路3338号新海社区卫生服务中心一楼健康小屋	18916990220	周二、周四、周五 上午 8:00-11:00
向化镇社区卫生服务中心	崇明区向化镇向化大街195号向化社区卫生服务中心门诊防保科	021-59475128	周一、周三、周五 上午 8:00-11:00
中兴镇社区卫生服务中心	崇明区中兴镇陈防公路2490号中兴镇社区卫生服务中心门诊2楼	021-69441176	周一、周二、周四 下午 13:00-16:00
陈家镇社区卫生服务中心	崇明区陈家镇安寿路102号陈家镇社区卫生服务中心裕安分中心门诊二楼218室	021-59430246	周一、周二、周四 上午 8:00-11:00
新村社区卫生服务中心	崇明区新村乡星村公路2118号新村社区卫生服务中心一楼全科门诊内健康小屋	18621520537	周一、周三、周五 上午 8:00-11:00
绿华镇社区卫生服务中心	崇明区绿华镇东福路502号绿华镇社区卫生服务中心一楼预防保健科	18017206003	周一、周二、周三 下午 13:00-15:00
竖新镇社区卫生服务中心	崇明区竖新镇响椿路98号竖新镇社区卫生服务中心后三楼315室	021-59491829 -8014	周一上午 8:00-11:00， 周三全天
庙镇社区卫生服务中心	崇明区宏海公路112号庙镇社区卫生服务中心门诊西边底楼健康小屋	021-69366317	周一、周三、周五 上午 8:00-11:00
港沿镇社区卫生服务中心	崇明区港沿镇港沿公路1151号港沿社区卫生服务中心预防保健科（一）	021-59463874	周三全天、周六上午 8:00-11:00

门诊机构	门诊地址	联系电话	工作时间 (节假日除外)
崇明区疾病预防控制中心	崇明区城桥镇一江山路567号东小楼301室	021-69611813	周一、周二、周四 上午 8:00-11:00
建设镇社区卫生服务中心	崇明区建设镇白铜村1269号建设社区卫生服务中心一楼健康小屋	021-59331643 -8011	周一、周二、周四 上午 8:00-11:00
港西镇社区卫生服务中心	崇明区三双公路1581弄126号港西社区卫生服务中心妇幼保健室	021-39627659	周一、周二、周三 上午 8:00-11:00
堡镇社区卫生服务中心	崇明区堡镇达山路377号堡镇社区卫生服务中心门诊A223室	021-59423184 -8037	周一、周三、周五 上午 8:00-11:00
三星镇社区卫生服务中心	崇明区三星镇宏海公路4235-4237号三星社区卫生服务中心二楼203室	021-59601074	周一、周二、周四 下午 13:00-16:00
城桥镇社区卫生服务中心	崇明区城桥镇社区卫生服务中心门诊二楼A211-2	021-69620370	周二、周三、周四 上午 8:00-11:00
新河镇社区卫生服务中心	崇明区新河镇康复路219号新河镇社区卫生服务中心二楼202室	021-59683244	周一、周二、周四 上午 8:00-11:00
长兴镇社区卫生服务中心	崇明区长兴镇凤南路59号长兴镇社区卫生服务中心2号楼二楼1207室	021-66700001	周一、周二、周三 下午 13:00-16:00
横沙乡社区卫生服务中心	崇明区横沙乡民东路1573号横沙乡社区卫生服务中心门诊二楼203室	021-56890395	周二、周三、周四 上午 8:00-11:00
崇明区妇保所	崇明区城桥镇一江山路616号	021-59622692	周一至周五 8:00-11:00， 13:00-16:00



携手抗艾 为爱前行

——艾滋病防治核心知识



上海市崇明区疾病预防控制中心
(上海市崇明区卫生健康监督所)