

等)后2-4周要及时进行艾滋病检测。

- “不要”发生不安全性行为：无保护性行为、多性伴及卖淫嫖娼行为都是感染艾滋病的高风险行为，老年人预防艾滋病要避免发生这些行为。

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）



（老年人篇）



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。

性传播目前我国艾滋病最主要的传播方式。男男同性性接触传播是北京地区最主要的传播方式。

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、老年人如何预防艾滋病

老年人是艾滋病防治的重点人群，老年人预防艾滋病应牢记防艾“四要”、“一不要”：

● **“要”有风险意识：**老年人离艾滋病并不遥远。近年来，每年新发现的艾滋病病毒感染者中，100例中就有20多例为60岁及以上老年人。性途径是老年人最主要的感染方式。艾滋病目前不可治愈，感染后会给家人带来严重的精神和经济负担。

● **“要”保持健康生活方式：**老年人要积极参与社区文化活动，培养兴趣爱好，充实老年生活。



● **“要”采取防护措施：**安全套俗称“避孕套”，佩戴安全套是预防艾滋病经性传播最简单、有效的方法。发生性行为时要全程正确使用安全套进行防护。

● **“要”及时检测：**发生高危行为（比如嫖娼、多性伴、无保护的男男同性性行为