



“艾”
让艾远离
让爱靠近

CHERISH LOVE AND UNDERSTAND AIDS

大学生预防艾滋病宣传手册



青春校园 携手防艾

珍爱生命 共享未来



“艾”
让艾远离
让爱靠近.

CHERISH LOVE AND UNDERSTAND AIDS

大学生预防艾滋病宣传手册

“AIDS（艾滋病）离你很远吗？能通过外表判断一个人是否感染了艾滋病病毒吗？……遏制艾滋病，预防是关键！”



一、危害性认识

(1) 艾滋病是一种危害大、死亡率高的严重传染病，不可治愈。

感染艾滋病会给学习、生活带来巨大影响。对于家庭、父母心存愧疚；需要终身规律服药；精神压力增大。

病毒会缓慢破坏人的免疫系统，若不坚持规范治疗，发病后病情发展迅速。

发病后的常见症状包括：皮肤、黏膜出现感染，出现单纯疱疹、带状疱疹、血疱、淤血斑、持续性发热、肺炎、肺结核、呼吸困难、持续性腹泻、便血、肝脾肿大、并发恶性肿瘤等。

(2) 目前我国青年学生中艾滋病主要传播方式为男性同性性行为，其次为异性性行为。

2018 年我国报告新发现艾滋病病毒感染者 / 艾滋病病人 14.9 万例，其中性传播比例超过 90%。平均每小时新发现 17 位艾滋病病毒感染者 / 艾滋病病人。

2011 年 -2018 年，报告青年学生感染者人数占全部青年人群（15-24 岁）感染者人数的比例由 10.4% 上升到 18.9%。新发现的学生感染者和病人以性传播为主，特别是同性性传播。

(3) 不能通过外表判断一个人是否感染了艾滋病病毒。

艾滋病病毒感染者在发病前外表与正常人无异，决不能从一个人外表是否健康来判断其是否感染艾滋病。

一些学生由于自控力不强 / 疾病预防知识匮乏，无法抵御异性或同性的引诱、哄骗，与自以为外表健康的人发生性行为，感染艾滋病病毒。也有极个别的艾滋病病毒感染者，出于各种原因，蓄意与他人发生无保护性行为，传播疾病，需要引起高度警惕。



二、 预防知识

(1) 学习掌握性健康知识，提高自我保护意识与技能，培养积极向上的生活方式。

掌握科学的性知识，树立正确的性观念，保证安全的性行为。性既不神秘、肮脏，也并非自由、放纵。性冲动是一种正常的生理现象，是成长的必经过程。青年学生应积极接受性健康教育，丰富课余生活，提高自制力。

(2) 艾滋病目前没有疫苗可以预防，掌握预防知识、拒绝危险行为，做好自身防护才是最有效的预防手段。

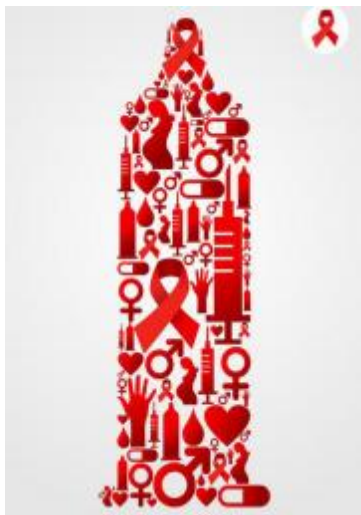
坚持每次正确使用安全套，可有效预防艾滋病 / 性病的感染与传播，选择质量合格的安全套，确保使用方法正确。

使用安全套并不意味着可以放纵个人的性行为。正确使用安全套需要注意以下几点：

1. 使用前应特别留意安全套的出厂日期和有效期，确保安全套不过期；要将安全套前端的小囊捏瘪，排出空气；

2. 每一次性行为都要使用新的安全套，不重复使用；全程都要使用安全套：即在阴茎接触阴道、肛门或口腔之前，就要戴上安全套；

3. 良好的润滑对防止安全套破裂是很重要的；只能使



用水性的润滑剂，油性润滑剂容易造成安全套破裂；

4. 射精后应立即抽出，注意安全套有无破损。如有破损，应考虑去相关机构进行咨询检测。

(3) 艾滋病通过含有艾滋病病毒的血液和体液（精液 / 阴道分泌物等）传播，共用学习用品、共同进餐、共用卫生间、握手、拥抱等日常接触不会传播。

艾滋病病毒在下面这些体液中存在量大，具有很强传染性：

1. 血液；
2. 精液；
3. 阴道分泌物；
4. 母乳；
5. 伤口渗出液

可以归纳为血液传播、性传播、母婴传播。

日常学习生活接触不会传播艾滋病病毒。

蚊虫叮咬不会传播艾滋病病毒。

(4) 注射吸毒会增加经血液感染艾滋病病毒的风险。使用新型合成毒品 / 醉酒会增加经性途径感染艾滋病病毒的风险。



与艾滋病病毒感染者共用针具吸毒会使病毒通过污染的针具传播。

使用新型合成毒品（冰毒、摇头丸、K 粉等）或者醉酒可刺激或抑制中枢神经活动，降低自己的风险意识，性伴数量和不安全性行为的频率会增加，那么也会间接地增大 HIV 和性病传染的风险。

(5) 性病可增加感染艾滋病病毒的风险，必须及时到正规医疗机构诊治

性病病人感染艾滋病的危险更高。特别是像梅毒、生殖器疱疹和软下疳等以生殖器溃疡为特征的性病，溃疡使艾滋病病毒更容易入侵。

(6) 72 小时内使用暴露后预防用药可减少艾滋病病毒感染的风险

发生暴露后，比如破损手指沾染艾滋病人的血液、同 HIV 感染者发生了无保护的性行为，可以使用暴露后预防用药。暴露后预防用药可以有效降低感染艾滋病病毒的风险。

服药周期：28 天。

服药种类：HIV 感染者抗病毒治疗的药物，根据当地药品的可及性及医生评估后开具用药方案。

服药效果：与起始用药时间密切相关，原则上不超过暴露后 72 小时。时间越早，保护效果越好。

三、检测与治疗

(1) 发生高危行为后（共用针具吸毒 / 无保护性行为等），应主动进行艾滋病检测与咨询，早发现、早诊断、早治疗。

急性感染期传染性较强。常出现的症状有发热、头痛、皮疹、腹泻等流行性感冒样症状。但是这些症状是否出现因人而异。

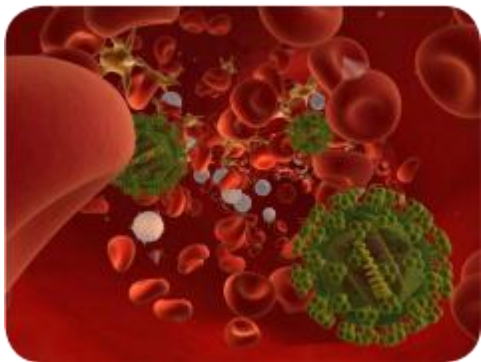
HIV 抗体的初筛检测结果呈阳性不能确定是否感染，应尽快到具备诊断资格的医疗卫生机构进行确诊。

艾滋病病毒窗口期是指从 HIV 感染人体到感染者血清中的 HIV 抗体、抗原、或核酸等感染标志物能被检测出之前的时期。请注意，在窗口期的血液已有感染性。现有的诊断技术检测 HIV 抗体、抗原、和核酸的窗口期分别为感染后的 3 周、2 周和 1 周左右。

因此，需要注意自己检测的时间要在窗口期过后。具体可咨询当地的自愿咨询检测门诊。

(2) 疾控中心、医院等机构均能提供保密的艾滋病检测和咨询服务。

国务院《艾滋病防治条例》规定，国家对个人接受自愿咨询检测的信息完全保密。可以求助于最近的自愿咨询检测门诊（VCT



门诊)。卫生部门指定的自愿咨询检测门诊所提供的咨询和检测服务都是完全免费的。

自愿咨询检测门诊通常设在当地疾控中心 / 医院 / 妇幼保健院。部分综合医院皮肤性病科可以进行艾滋病检测，还有一些社会组织也能够提供免费的艾滋病快速检测及咨询服务。



各地的自愿咨询检测机构和确证实验室名录可以在中国疾病预防控制中心性病艾滋病预防控制中心官网查询。

网址: http://ncaids.chinacdc.cn/fazl/jcjc_10287/



(3) 感染艾滋病病毒后及早接受抗病毒治疗可提高患者的生活质量，同时减少艾滋病病毒传播。

一旦感染艾滋病病毒，体内病毒复制就已经开始，会逐渐损害全身多个器官，及早治疗能够抑制病毒复制，降低上述损害的发生机会，使免疫功能恢复并保持正常水平，保持较好的身体状况，减少艾滋病病毒传播。

四、法律法规

艾滋病病毒感染者也是艾滋病的受害者，应该得到理解和关心，但故意传播艾滋病的行为既不道德，又要承担法律责任。

艾滋病病毒感染者和艾滋病病人的各项权利受到法律保护。《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”。

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或配偶。若继续同他人发生无保护性行为则为故意传播。故意隐瞒和传播艾滋病是一种极其不道德的行为，同时也违反了国家法律关于故意传播传染性疾病的规定，需要承担相应的法律责任。《艾滋病防治条例》第 38 条规定，“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”。《传染病防治法》第 77 条规定，“单位和个人违反本法规定，导致传染病传播、流行，给他人人身、财产造成损害的，应当依法承担民事责任”。

生命只有一次，远离艾滋始于心，预防艾滋践于行，让我们凝聚力量，携手同行，让“艾”远离，让爱靠近！



“艾”
让艾远离
让爱靠近

湖南工业职业技术学院 宣