

给儿童青少年的艾滋病10条核心信息

1. 艾滋病是由艾滋病病毒引起的。

艾滋病的医学全称为“获得性免疫缺陷综合症”（英文缩写 AIDS）。

艾滋病病毒的医学全称为“人类免疫缺陷病毒”（英文缩写 HIV）。

艾滋病病毒侵入人体后，会在体内的不断繁殖，逐渐破坏人体免疫功能，使人的抵抗力降低，而导致发生多种感染和肿瘤，并最终导致死亡。

目前还没有可治愈艾滋病的药物，但规范化治疗可减缓体内病毒复制，延长生命，提高生活质量。

2. 感染了艾滋病病毒的人可以看起来很健康，但仍然可以将艾滋病病毒传给他人

艾滋病病毒进入人体后，一般要经过 2 - 12 周才能从血液中检测出艾滋病病毒抗体，这段时间叫做“窗口期”。窗口期虽然检测不出抗体，但感染者体内已有病毒存在，这些病毒也可以感染其他人。

艾滋病病毒感染者在潜伏期或发病前外表与常人没有区别，可以没有任何症状，但可以通过高危行为感染其他人。

艾滋病病毒对人体免疫系统的破坏是一个渐进的过程。没有治疗，大约三分之二的艾滋病病毒感染者在 10 年的时间内发展成为艾滋病病人。如果感染者本身身体不健康或生活在疾病多发的地方，发病的时间会更短。

当艾滋病病毒感染者的免疫系统遭受严重破坏，不能维持日常抗病能力时，感染者即发展为艾滋病病人，可出现长期低热、体重下降、盗汗、慢性腹泻、咳嗽、皮疹等症状。

如果不能获得及时治疗 and 救助，半数感染了艾滋病病毒的儿童将在 2 岁之前死亡。

3. 艾滋病病毒通过性接触、血液和母婴三种途径传播

艾滋病病毒主要存在于人体的血液、精液、阴道分泌物和乳汁中，通过带病毒的体液交换传播。

艾滋病可以通过性接触在男女之间和同性之间传播。减少性伴人数有助于降低感染的风险。患有性传播疾病会增加感染艾滋病病毒的风险。

共用注射器静脉吸毒，是经血液传播艾滋病病毒的高危行为。

在医院或诊所输入血液制品时共用针具或使用未经严格消毒的、可刺入人体的针具、医疗器械等都可能导致艾滋病病毒感染。

感染艾滋病病毒的母亲可通过怀孕、分娩和哺乳把病毒传染给孩子。

4. 艾滋病病毒不会通过日常生活接触传播。

艾滋病病毒是一种非常脆弱的病毒，离开人体后会很快死亡。

唾液、泪液、汗液和尿液等其他体液病毒含量极低，不足以感染他人。目前还没有发现通过这些体液感染艾滋病病毒记录。

与艾滋病病毒感染者和病人的日常生活接触不会被感染，如：

握手，拥抱，礼节性接吻；

共用餐具，一同乘车、学习、玩耍；

共用学习用具、炊具、厕所、游泳池、卧具和生活用品；

咳嗽或打喷嚏；

蚊虫叮咬不会传播艾滋病病毒。艾滋病病毒在蚊子体内不能繁殖。蚊子体内的微量病毒不足以引起艾滋病病毒感染。目前世界上尚无蚊子 昆虫传播的艾滋病毒感染病例。

5. 艾滋病病毒经性传播的危险性是可以降低和避免的

节欲或推迟首次性生活是预防感染艾滋病病毒以及其它性传播感染的一种方法。

保持单一性伙伴，尤其是在性行为中使用安全套可以降低感染艾滋病病毒的风险。恋爱的双方都必须彼此忠诚。

正确坚持使用质量合格的安全套不仅预防意外怀孕，还可以大大地降低感染艾滋病病毒及其它性传播疾病的风险。

提高妇女和女童在两性关系中对性安全，包括安全套使用的谈判能力有助于预防艾滋病病毒的传播。

6. 注射吸毒是导致艾滋病病毒传播的高危行为

毒品依赖应视为健康问题，需要得到咨询、治疗、关怀和帮助。美沙酮维持治疗方法以及其它口服替代药物项目以及同伴教育和支持，可以降低感染艾滋病病毒的风险，帮助注射吸毒者终止对毒品的依赖。

注射吸毒者可以通过使用消毒针具以及针具交换项目和同伴教育及支持等项目降低感染艾滋病病毒的风险。

共用注射器吸毒的人很容易感染艾滋病病毒。与注射毒品的人发生性行为，同样面临感染艾滋病病毒的风险，使用安全套可降低风险。

促进、保护并尊重吸毒者的权利对遏制艾滋病毒传播是非常必要的。

提高应对同伴压力、建立自信心、计划未来等能力可以减少注射吸毒的几率。

7. 避免不安全注射或输血，防治艾滋病病毒的传播

不安全、不必要的注射是传播艾滋病病毒的又一原因。能吃药就尽量不打针，避免不必要的输血。

不去非正规、条件简陋的个体诊所打针、补牙、纹眉/纹身/穿孔或做整形手术。

到国家指定的正规血站献血。正规血站能保证临床用血安全，同时不危害献血者的健康。

8. 进行艾滋病咨询和检测有助于及时了解是否感染艾滋病病毒

及早进行检测有助于了解艾滋病病毒感染状况、及时治疗、为自己争取更长更健康的生命并采取预防措施减少病毒的传播。

艾滋病病毒诊断需要进行多次检测以便确认检测结果。

国家实施免费和保密的艾滋病自愿咨询和抗体初筛检测服务，并为经济困难的患者提供免费抗病毒治疗药物。

一旦发生易感染艾滋病病毒的高危行为，或怀疑自己可能感染了艾滋病病毒，一定要进行检测。

感染艾滋病病毒的高危行为包括：

- 没有使用安全套的性行为；
- 共用注射器或针管；

- 到非法采血点卖过血；
- 怀疑就医时接受过不安全注射或输血；
- 性伴侣中有人感染艾滋病病毒或性传播疾病。

9. 艾滋病病毒感染者和艾滋病患者拥有与普通人一样的权利

感染艾滋病病毒的人同样拥有上学、工作、就医的权利。他们的权利受到中国及国际法律的保护。

歧视或孤立艾滋病病毒感染者不能减少艾滋病的传播，反而会引起恐慌和社会的不安定。

未经本人同意，公开艾滋病病毒感染者和病人的身份，或采取漠视甚至侮辱的态度和行为，都是歧视艾滋病病毒感染者和病人的表现。

社区应当关心受艾滋病影响的人们。关心、同情并支持他们有助于减少歧视，创造一个人们更愿意站出来检测和咨询的社会环境，为降低艾滋病病毒感染率作贡献。

10. 青少年要主动学习艾滋病相关知识，并将知识与家人和朋友分享

艾滋病威胁着每一个家庭、每一个人，影响社会发展和稳定，预防艾滋病是大家共同的责任。

主动学习艾滋病相关知识，分享艾滋病防治知识，为预防控制艾滋病做出自己的贡献。

若需要了解更多信息，请与所在地疾控中心联系。