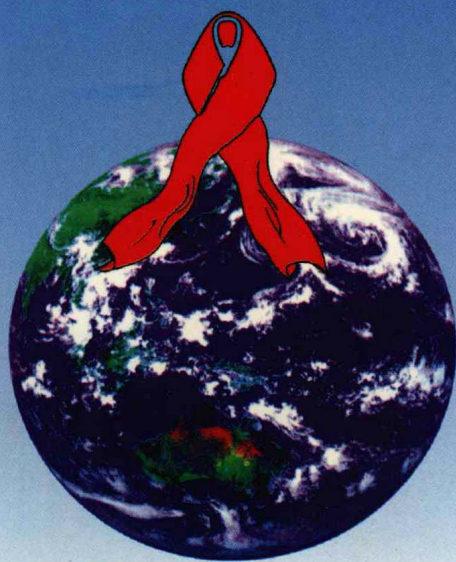


艾滋病离我们并不遥远

——预防艾滋病知识

田本淳 编著



中国医药科技出版社

艾滋病离我们并不遥远

——预防艾滋病知识

田本淳 编著

中国医药科技出版社

内 容 提 要

本书是防治艾滋病的科普读本。作者用通俗易懂的文字介绍了艾滋病相关知识,教给人们特别是中小學生如何从行为上远离艾滋病感染的危险因素,以达到从根本上控制艾滋病在我国蔓延的目的。

图书在版编目(CIP)数据

艾滋病离我们并不遥远/田本淳编著. —北京:中国医药科技出版社,1999.10

ISBN 7-5067-2186-4

I. 艾… II. 田… III. 艾滋病-预防(卫生) IV. R512.91

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 64426 号

*

中国医药科技出版社 出版
(北京市海淀区文慧园北路甲 22 号)
(邮政编码 100088)

北京市友谊印刷经营公司 印刷
全国各地新华书店 经销

*

开本 850×1168 1/32 印张 4.125
字数 100 千字 印数 1~4000
1999 年 10 月第 1 版 1999 年 10 月第 1 次印刷

定价:9.00 元

前 言

艾滋病自 70 年代开始流行以来猖獗于世,已经使 4700 万人感染,使 1170 万人丧命,严重威胁着世界各国人民的健康和生命,并必然将影响到整个世界的经济,问题是很严重的。

尽管许多国家的科学家都为解决艾滋病的治疗问题潜心研究,但至今还是没有找到能治愈艾滋病的药物和方法。近年来我国艾滋病的流行已出现成倍增长趋势,艾滋病在我国的传播已经进入快速增长期。经血液、性接触、母婴三种途径传播的病例都已经在我国出现,据最新报告我国检测出来的艾滋病病毒感染者数目是 12639,其中 224 人已经死亡。还有大量的危险人群没有在监测控制之中,所以据估计实际感染数已经有 40 万之多。我国政府已经宣布,加大对艾滋病的控制力度,争取到 2010 年把艾滋病感染者的人数控制在 150 万以内。但是,如果控制不好,有可能突破 1000 万,这是多么沉重的警告啊!

艾滋病病人和感染者将遭受疾病的痛苦甚至死亡,中青年受感染而使社会劳动力受到巨大损失,还有对社会的安定方面的影响等等,所以说艾滋病将对每个人、每个家庭和整个国家都将产生极大的影响。

要有效地控制艾滋病在我国的流行,必须通过政府的努力,动员社会各个层面,对公众开展预防艾滋病的健

康教育,广泛宣传艾滋病的危害与预防知识,使广大群众认识艾滋病的危险,了解艾滋病的传播渠道,懂得预防艾滋病的方法,在行为上远离危险因素,这是控制艾滋病在我国大流行的根本办法。感染艾滋病是一种不幸和灾难,人们应该给予那些感染者和病人以同情和帮助,鼓励他们树立生活的信心,配合治疗,帮助他们提高病期的生命质量,这不仅是人道主义的体现也是预防和控制艾滋病的需要。因为没有艾滋病病毒感染者和病人的配合和参与,取得预防和控制艾滋病的成功是不可能的。

通过宣传教育还要使群众理解预防控制艾滋病是全社会的责任,每个公民都有义务宣传预防艾滋病的知识,为预防控制艾滋病贡献自己的一份力量。特别是家长和教师必须承担起教育青少年的责任,今天的儿童少年就是明天的青年,大批的初中毕业生将离开学校,他们在离开学校前能够接受多少预防艾滋病性病的教育将决定他们在离开学校后对毒品、性病、艾滋病的认识和对自身行为的控制力。

处于这样的背景和需求,笔者撰写了这本科普读本。本书以通俗易懂的文字向读者介绍了艾滋病及有关的毒品和性病的知识,指导读者如何看待艾滋病、性病,毒品和吸毒,如何用科学的态度对待相关的行为问题,如何远离毒品、预防性病艾滋病。本书也介绍了艾滋病在我国和世界上的流行情况,以及我国政府在预防艾滋病方面的政策和策略,希望能使读者全面地了解和学习预防艾滋病的知识,并能够把所学习到的知识传授给自己的家

人、朋友和同事,所有的人共同行动起来,主动筑起一道抵御艾滋病的坚固屏障;让我们多一些同胞、多一些家庭免受艾滋病的侵害。

因为儿童青少年是保护的重点人群,而学校是对这一人群开展教育的基本场所,因此笔者特意为中小学开展预防艾滋病健康教育设计了几个活动范例,可供教师们参考。希望改变单一的讲授形式,发动学生们积极参与,在生动的娱乐活动中接受教益,并力求使活动占时少,容易操作,并结合对学生的基本素质教育进行预防艾滋病的教育。

编 者

目 录

一、认识艾滋病	(1)
1. 什么是艾滋病	(1)
2. 艾滋病的病因	(1)
3. 得了艾滋病的后果是什么	(2)
4. 感染了艾滋病病毒会有什么症状	(3)
5. 艾滋病病毒感染者与艾滋病病人是不是一回事	(4)
6. 在什么地方作哪种检查可以检查出是否感染艾滋病病毒	(4)
7. 如果作了一次检查没有发现艾滋病病毒就说明没有感染艾滋病	(7)
8. 没有症状的艾滋病病毒感染者是否能传播艾滋病	(8)
9. 关于艾滋病病毒的生命力	(8)
10. 关于治疗艾滋病的药物和预防艾滋病的疫苗	(10)
二、艾滋病是怎样传播的	(13)
1. 艾滋病的发现和病原体的确定	(13)

2. 病毒的传播	(14)
3. 哪些途径不传播艾滋病	(18)
三、艾滋病在全世界肆虐蔓延	(21)
1. 艾滋病在全世界快速流行的严峻形势	(21)
2. 艾滋病的流行与其他传染病	(22)
3. 艾滋病流行的地区分布	(23)
四、中国人面临艾滋病的威胁	(30)
1. 过去的轻松不能改变严酷的现实	(30)
2. 艾滋病在我国传播的主次原因	(33)
3. 国人须觉醒	(36)
五、怎样预防艾滋病	(38)
1. 关于控制毒品和吸毒	(38)
2. 堵住艾滋病经性途径传播的通道	(44)
3. 防止经血液和血液制品传播艾滋病	(53)
4. 防止母婴途径传播艾滋病	(59)
六、科学与爱心—抵抗艾滋病的有力武器	(63)
1. 面对艾滋病存在两种错误倾向	(63)
2. 感染艾滋病的人也是受害者	(66)
3. 艾滋病病毒感染者和艾滋病病人是预防和控制艾滋病的重要力量	(67)
4. 迎战艾滋病是全社会的责任。	(69)

七、艾滋病与儿童青少年 (73)

1. 艾滋病在儿童青少年中的流行趋势 (73)
2. 急需在儿童青少年中开展预防艾滋病的
教育 (74)
3. 在儿童青少年中开展预防艾滋病教育的
重点 (76)
4. 青少年预防艾滋病教育方法与策略指南 ... (78)
5. 联合国艾滋病规划署对学校艾滋病健康教育
和性健康教育的观点 (80)

八、艾滋病与妇女 (82)

1. 艾滋病在女性人群中流行的情况 (82)
2. 女性在感染艾滋病中的相对脆弱性 (83)
3. 必须加强对女性人群的教育 (84)

九、我国的艾滋病预防控制策略 (88)

1. 我国政府重视艾滋病预防控制工作 (88)
2. 宣传教育为主与十条基本知识 (90)
3. 中国预防与控制艾滋病中长期规划
(1998-2010 年) (91)

十、为控制艾滋病而战的联合国艾滋病规划署 (98)

**附：为中小学预防艾滋病健康教育设计
的活动范本 (104)**

再一次的强调与衷心寄语	(118)
写在后面的话	(120)

一、认识艾滋病

1. 什么是艾滋病

在80年代初的时候,报纸上突然出现了一个新的病名——“艾滋病”。这个中文病名是从英文“Acquired Immune Deficiency Syndrome”(后天免疫缺陷综合征)四个英文单词的第一个字母组合而成的“AIDS”按照音译而来的。最开始曾翻译成“爱滋病”,后来由当时的中国健康教育协会主席、原卫生部副部长黄树则先生提议把“爱”改成“艾”,因为“爱”字容易误导人们以为这个病仅仅是从情爱或两性关系而起,而忽视了其它传播途径。故开始使用和提倡使用了“艾滋病”这个词。而现在台湾、香港、澳门和海外的中文资料里仍然使用“爱滋病”这个词。

艾滋病的医学全名是“后天免疫缺陷综合征”,是由“人类免疫缺陷病毒”——也称为艾滋病病毒(HIV)所引发的一种传染性疾病。这种病目前无法治愈,死亡率极高。但是艾滋病又是可以预防的。

2. 艾滋病的病因

逆转录病毒被证实是艾滋病的病因。这种病毒有好

几个不同的名称,但现在国际上通称其为“人类免疫缺乏(陷)病毒”,也常称为艾滋病病毒,英文缩写 HIV。这种病毒进入人体后有一段相对长的平静期,然后从某个时候开始转化为激烈活动,开始破坏人体的免疫系统,就像是专门刺杀攻击守卫士兵和警卫部队一样,完全摧毁感染者的抗病能力,使其发生一系列的严重感染,还会发生恶性肿瘤,最终致人于死地。

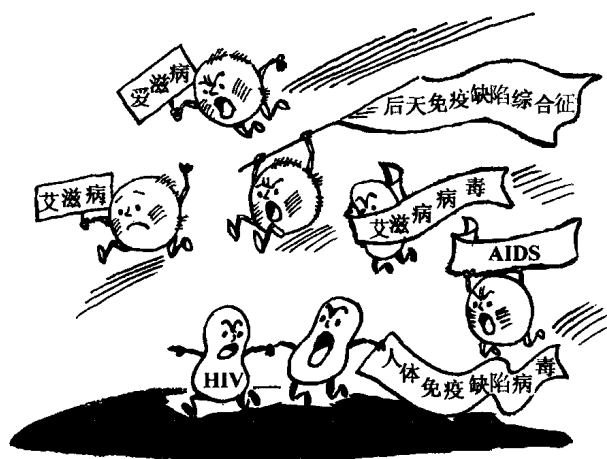


图1 多种艾滋病的名称标识

“艾滋病”、“爱滋病”、“AIDS”、“后天免疫缺陷综合征”、“人类免疫缺陷病毒”、“HIV”、“艾滋病病毒”等

3. 得了艾滋病的后果是什么

艾滋病病毒(HIV)侵入人体后会破坏人体免疫系统,

使人体的免疫系统失去正常的防御功能。人体免疫系统的功能是抵御各种感染,就像是战场上的防御工事。一旦防御工事崩溃瓦解,敌兵就会长驱直入,摧毁整个大本营。当艾滋病病毒破坏了人体的免疫系统之后,身体就失去了对外界致病微生物的抵抗能力,会发生多种不可治愈的感染。同时,身体由于失去了对致癌因子的抵抗能力,外界或身体内环境的致癌因子还会使身体发生肿瘤。不管是感染还是肿瘤,最后都是使人衰竭而死。

自身死亡只是问题的一个方面,在死亡之前很有可能将艾滋病病毒传染给其他人。艾滋病病毒感染者或艾滋病病人被确诊愈晚,传染给其他人的可能性愈大,可能被传染的人也愈多,给他人造成一定程度的威胁。

4. 感染了艾滋病病毒会有什么症状

当艾滋病病毒进入人体后并不会很快使人有异常的感觉。开始几年可能没有任何症状,外表看上去完全正常,他们能够没有症状地工作和生活几年时间。已感染艾滋病病毒的人平均经过 7~10 年的时间才会出现症状。

在感染艾滋病病毒数周(4~8 周)内可能出现一些急性早期症状,如淋巴结肿大、皮疹、盗汗、头痛、咳嗽等,有的与一般感冒差不多。

5. 艾滋病病毒感染者与艾滋病病人是不是一回事

我们所说的“艾滋病病毒感染者”和“艾滋病病人”是有区别的。感染了艾滋病病毒的人称为艾滋病病毒感染者。一般来说,艾滋病病毒感染者要经过 7~10 年才会出现症状,如长期低热、慢性腹泻、体重下降、咳嗽、盗汗等。当这些症状出现后,艾滋病病毒感染者就发展成艾滋病病人了。在发展成艾滋病病人之前,只能称他们为艾滋病病毒感染者。

大约有 20% 的感染者会在感染后的 5 年内发展成为艾滋病病人,大约 50% 的感染者会在感染后的 10 年内发展成为艾滋病病人。10 年后,其他没有发作的感染者也会陆续发作,出现症状,发展成为艾滋病病人。

6. 在什么地方做哪种检查可以检查出是否感染艾滋病病毒

如果怀疑自己有可能感染艾滋病病毒时应该尽早到有条件的大医院、卫生防疫站或其他指定的卫生部门去作血清艾滋病病毒抗体检查。通过检查血清内的艾滋病病毒抗体,就能够确定是不是感染了艾滋病病毒。在所

有的大、中城市都有检查艾滋病病毒的卫生部门,最直接的办法是打电话向卫生防疫站询问。

全国各省、市、自治区艾滋病、性病咨询电话

单位名称	所在地	电话号码
中国健康教育研究所	北京	(010)64266958
北京性病艾滋病防治协会	北京	(010)62238683
北京市性病防治所	北京	(010)63293342
北京市第一传染病院	北京	(010)64211031 - 2339
天津市卫生防病中心	天津	(022)24322222
上海市健康教育所	上海	(021)62472047
上海市卫生防疫站	上海	(021)64370055
上海市皮防所	上海	(021)62134538
重庆市性病艾滋病防治办公室	重庆	(023)63854242
重庆市第一人民医院	重庆	(023)63846333
重庆市卫生防疫站	重庆	(023)68813616
黑龙江省卫生防疫站	哈尔滨	(0451)5660309
黑龙江省皮防所	哈尔滨	(0451)3657951
吉林省卫生防疫站	长春	(0431)5919412
辽宁省健康教育所	沈阳	(024)23395239
辽宁省卫生防疫站	沈阳	(024)23388567
大连市卫生防疫站	大连	(0411)4303964
大连市皮防所	大连	(0411)4625672
内蒙古自治区卫生防疫站	呼和浩特	(0471)6924422
河北省艾滋病性病监测中心	保定	(0312)5013144
陕西省卫生防疫站	西安	(029) 2221424
陕西省皮防所	西安	(029) 7343741
山西省卫生防疫站	太原	(0351)4065303

单位名称	所在地	电话号码
新疆维吾尔自治区卫生防疫站	乌鲁木齐	(0991)38366997
新疆维吾尔自治区地方病防治所	乌鲁木齐	(0991)2623453
宁夏回族自治区卫生防疫站	银川	(0951)4091173
青海省卫生防疫站	西宁	(0971)6145332
甘肃省卫生防疫站	兰州	(0931)8413459
山东省卫生防疫站	济南	(0531)2967895
山东省皮防所	济南	(0531)7984434
青岛市皮防所	青岛	(0532)2824972
浙江省皮防所	德清	(0572)8061270
浙江省卫生防疫站	杭州	(0571)7048357
杭州市卫生防疫站	杭州	(0571)5151666-3209
宁波市卫生防疫站	宁波	(0574)7274562
全国性病麻风病控制中心	南京	(025)5422117
江苏省卫生防疫站	南京	(025)3715340
安徽省健康教育所	合肥	(0551)3633229
安徽省皮防所	合肥	(0551)5563341
江西省卫生防疫站	南昌	(0791)8319807
河南省卫生防疫站	郑州	(0371)5936422
武汉市皮防所	武汉	(027)5878840
湖南省卫生防疫站	长沙	(0731)4422425
四川省卫生防疫站	成都	(028)6647680
四川省皮防所	成都	(028)6649718
成都市卫生防疫站	成都	(028)6670735
云南省卫生防疫站	昆明	(0871)3611773
云南省皮防所	昆明	(0871)5151846
昆明市皮防所	昆明	(0871)7172835
贵州省皮防所	贵阳	(0851)6829731
广西壮族自治区卫生防疫站	南宁	(0771)2809100

单位名称	所在地	电话号码
广西壮族自治区皮防所	南宁	(0771)3213030
广东省卫生防疫站	广州	(020)84457336
广东省皮防所	广州	(020)87724313
广州市皮防所	广州	(020)83587047
深圳市皮防所	深圳	(0755)5618773
珠海市皮防所	珠海	(0756)2227455
海南省卫生防疫站	海口	(0898)5363244
海南省皮防所	海口	(0898)5354418
福建省卫生防疫站	福州	(0591)7511114
福建省健康教育所	福州	(0591)7810808
福建省皮防所	福州	(0591)3259768
厦门市第一人民医院	厦门	(0592)2022280-62212
香港卫生署	香港	(0852)27802211
香港红丝带中心	香港	(0852)23372121
香港艾滋病基金会	香港	(0852)25130513

7. 如果作了一次检查没有发现艾滋病病毒是否就说明没有感染艾滋病病毒

每一个刚刚感染上艾滋病病毒的人,都存在一个“窗口期”过程。所谓“窗口期”,是指 HIV 最初进入机体到产生可检测出病毒抗体的时间,通常为两周至三个月,甚至可能到六个月。因此,要在感染后 2~3 周以上才能从血液中检查出艾滋病病毒抗体。也就是说,如果一个人有