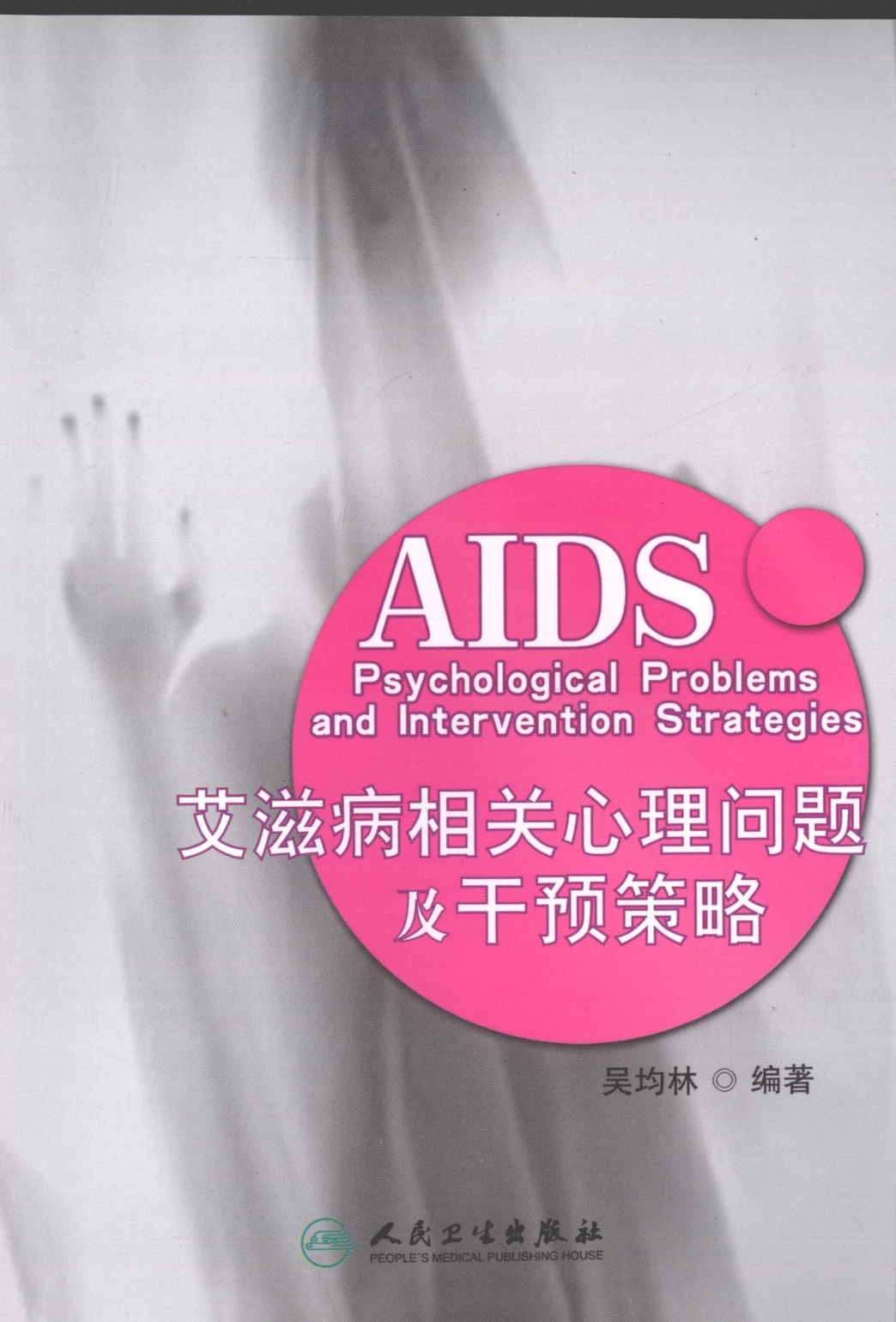




AIDS

Psychological Problems
and Intervention Strategies

艾滋病相关心理问题
及干预策略

吴均林 © 编著



人民卫生出版社
PEOPLE'S MEDICAL PUBLISHING HOUSE

AIDS

Psychological Problems
and Intervention Strategies

艾滋病相关心理问题 及干预策略

王健 主编

中国协和医科大学出版社



艾滋病相关心理问题及干预策略

吴均林 编著

人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

艾滋病相关心理问题及干预策略/吴均林编著.

—北京: 人民卫生出版社, 2010. 8

ISBN 978-7-117-13137-7

I. ①艾… II. ①吴… III. ①艾滋病—诊疗—医学心理学—研究 IV. ①R512.91

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 127307 号

门户网: www.pmph.com	出版物查询、网上书店
卫人网: www.ipmph.com	护士、医师、药师、中医师、卫生资格考试培训

版权所有, 侵权必究!

艾滋病相关心理问题及干预策略

编 著: 吴均林

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-59780011)

地 址: 北京市朝阳区潘家园南里 19 号

邮 编: 100021

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-67605754 010-65264830

010-59787586 010-59787592

印 刷: 北京市卫顺印刷厂

经 销: 新华书店

开 本: 850×1168 1/32 印张: 8.5

字 数: 210 千字

版 次: 2010 年 8 月第 1 版 2010 年 8 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-13137-7/R · 13138

定 价: 22.00 元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: WQ@pmph.com

(凡属印装质量问题请与本社销售中心联系退换)



前言

自 1981 年美国报道首例艾滋病病毒感染病例以来,已经走过了近 30 个年头。艾滋病在世界范围迅速传播、蔓延,至今已在 210 多个国家中流行。根据联合国艾滋病规划署和世界卫生组织 2009 年 11 月 24 日联合发布的 2009 年全球艾滋病流行趋势报告显示,目前全球有大约 3340 万艾滋病病毒感染者,其中 2008 年新增感染者 270 万人,200 万人死于与艾滋病相关的疾病。人类在与艾滋病作不懈的斗争中,也取得了很大的成绩,有效地遏制了艾滋病的传播和蔓延。我国艾滋病的防治在政府政策、高危人群和感染者的监管、抗病毒治疗以及相应的关怀帮扶策略等方面都卓有成效。但是,对艾滋病病毒感染者和(或)艾滋病病人的心理问题以及如何开展相应的心理干预策略还研究不多。本书作者研究团队相继完成了第三轮中国全球基金艾滋病项目和第三轮湖北省全球基金艾滋病项目,针对感染者存在比较严重的心身健康问题,焦虑和抑郁情绪突出,艾滋病病毒感染者及其家属的心理压力大,社会支持少,感染者迫切需要得到心理支持,基层艾滋病防治医务人员迫切需要提高心理辅导能力的现状,在基层艾滋病防治人员中开展了心理关怀能力培训,在艾滋病病毒感染者和病人中开展了心理关怀活动。

本书是根据上述研究结果并在原培训教材基础上进行补充、扩展和完善编写而成,总结了艾滋病流行病学现状;艾滋病相关社会问题;艾滋病病毒感染者和病人心理健康状况;基层防治艾滋病工作人员心理关怀能力提高;以社区和家庭为基

础，开展对艾滋病病毒感染者和病人的心理关怀活动等多个方面内容。可作为基层艾滋病防治工作人员提高心理关怀能力的学习或培训教材。

在本书的编写过程中得到湖北省疾病预防控制中心、艾滋病性病预防控制中心、湖北省全球基金项目办公室的大力支持，在此表示衷心感谢。同时，感谢湖北省襄樊市、随州市、巴东县、大冶市、蕲春县、浠水县、谷城县等地项目办公室的大力支持。陈晶老师，硕士研究生葛琴、陈城、颜明金、周颖华、李雅妮、孙娜云等在本书撰写中做了大量的工作，也一并表示感谢。

随着艾滋病防治工作的不断深入，艾滋病病毒感染人群、艾滋病防治工作、相应的政策以及人们对艾滋病的认识都在不断地变化，限于知识水平、资料收集、对政策的理解等方面的不足，本书可能存在很多不尽如人意甚至是错误之处，欢迎读者提出宝贵意见。

编 者
2010 年 6 月



目 录

第一章 艾滋病流行病学与管理策略	1
第一节 艾滋病流行现况	1
一、艾滋病病毒和艾滋病患者	1
二、全球艾滋病流行形势	2
三、全球艾滋病防治进展	5
第二节 艾滋病在中国的流行状况	7
一、中国艾滋病流行阶段	7
二、目前我国艾滋病流行的特点	9
第三节 艾滋病流行的影响	12
一、艾滋病对经济发展的影响	12
二、艾滋病对社会稳定的影响	13
三、艾滋病对国家发展的影响	14
第四节 艾滋病防治的管理策略	16
一、国外艾滋病防治的管理策略	16
二、中国艾滋病防治的管理策略	22
第五节 存在的问题与对策	26
一、政策和制度的进一步完善	26
二、建立有效的防控措施	28
三、治疗与救助并举	31
四、加强宣传教育	33
五、保障措施	34
第二章 艾滋病的社会歧视和反歧视	37
第一节 艾滋病的社会歧视现状	37

一、艾滋病的社会歧视现象	39
二、艾滋病社会歧视的心理影响	42
第二节 艾滋病社会歧视原因分析	44
一、艾滋病疾病的特殊性与社会歧视	44
二、缺乏正确的知识引起的恐慌	45
三、公众对相关政策的误解	47
四、不恰当的艾滋病宣传报道	48
五、艾滋病社会歧视的心理效应分析	50
六、社会环境的影响	54
第三节 艾滋病社会歧视的负面影响	56
一、不利于艾滋病防治政策的落实	56
二、不利于社会的稳定	57
三、不利于高危人群主动检测和防治	58
四、不利于艾滋病人群的治疗	58
第四节 消除艾滋病社会歧视的策略	59
一、贯彻落实相关政策	60
二、加强宣传教育减少歧视	61
三、建构有力的社会支持系统	63
四、消除感染者的自我歧视	65
第三章 艾滋病相关心理问题分析	68
第一节 心理压力的关系问题	68
一、生活事件与健康	68
二、认知评价与应对方式	75
三、社会支持	78
四、人格特征	79
五、心理压力的多因素作用	79
第二节 艾滋病病毒感染者和艾滋病病人常见的情绪障碍	81
一、艾滋病病毒感染者和艾滋病病人的心理	

反应阶段	81
二、艾滋病病毒感染者和艾滋病病人的主要 心理问题	83
第三节 不同艾滋病感染人群的社会心理问题	90
一、流动人口	90
二、无辜受害女性	90
三、孕妇	91
四、儿童	92
第四节 艾滋病相关心理障碍因素分析	92
一、压力源	92
二、压力水平及其影响因素	94
三、压力造成的负性影响	101
第五节 艾滋病病毒感染者和艾滋病病人心理健康 状况的现场研究	102
一、艾滋病病毒感染者和艾滋病病人自评的 心身症状分析	103
二、艾滋病病毒感染者和艾滋病病人焦虑和抑郁 状况分析	105
三、艾滋病病毒感染者和艾滋病病人压力 状况分析	105
四、艾滋病病毒感染者和艾滋病病人认知评价 状况分析	106
五、艾滋病病毒感染者和艾滋病病人的应对方式与 社会支持状况分析	107
六、艾滋病病毒感染者和艾滋病病人心身症状与 压力、应对方式和社会支持的关系分析	109
七、艾滋病病毒感染者和艾滋病病人心理健康状况 影响因素的回归分析	110
八、艾滋病病毒感染者和艾滋病病人家属的心理	

健康状况.....	111
第四章 提高艾滋病病毒感染者和艾滋病病人的	
自我效能感	113
第一节 自我效能理论的概念及作用.....	113
一、对人类行为和心理健康的意义.....	113
二、自我效能的来源.....	114
三、自我效能的功能.....	116
四、自我效能与行为水平.....	117
第二节 自我效能感在医学方面的应用.....	118
一、增强患者的自我管理.....	118
二、增强自我效能的健康教育策略.....	119
三、自我效能的测评.....	121
第三节 自我效能感在艾滋病防治中的应用.....	122
一、艾滋病病毒感染者和艾滋病病人的自我效能感问题.....	122
二、产生自我效能感低下的原因.....	124
三、提高艾滋病病毒感染者及艾滋病病人自我效能感的措施.....	125
第五章 艾滋病病毒感染者和艾滋病病人心理	
关怀策略	129
第一节 艾滋病病毒感染者和艾滋病病人心理关怀的基础.....	129
第二节 艾滋病病毒感染者和艾滋病病人心理关怀的内容.....	131
一、满足感染者的心理需要.....	131
二、消除社会歧视.....	132
三、发挥医疗卫生机构的作用.....	132
四、发挥社区的支持作用.....	133
五、构建和谐的家庭关系.....	133

六、发挥感染者自身的作用·····	134
七、建立关怀活动中心·····	134
第三节 艾滋病病毒感染者和艾滋病病人心理	
关怀的措施·····	135
一、心理护理·····	135
二、良好医患关系的作用·····	135
三、积极治疗与护理·····	136
四、改善不良情绪·····	136
五、倾听与交谈·····	137
六、其他心理护理策略·····	138
第四节 艾滋病病毒感染者和艾滋病病人的心理	
治疗方法·····	140
一、提高患者心理应激能力·····	141
二、精神支持治疗·····	141
三、掌握放松疗法·····	141
四、心理疏导疗法·····	142
五、心理制约疗法·····	142
六、支持性心理疗法·····	142
七、理性心理疗法·····	143
八、小组心理治疗·····	143
九、加强同伴教育·····	144
第五节 艾滋病病毒感染者和艾滋病病人的	
心理关怀·····	145
一、心理咨询的内容·····	145
二、对于不同类型艾滋病病毒感染者和艾滋病	
病人的心理支持·····	146
三、对特殊艾滋病人群的心理支持·····	150
四、社区支持与家庭关怀服务·····	152
五、开展临终关怀·····	159

第六节 艾滋病病毒感染者和艾滋病病人	
心理关怀的主体	160
一、基层工作人员	160
二、社会工作人员	162
第六章 艾滋病预防工作中的心理辅导	163
第一节 艾滋病病毒感染者和艾滋病病人的	
心理挫折感	163
一、挫折的含义	163
二、艾滋病病毒感染者和艾滋病病人挫折感的	
影响因素	165
第二节 产生挫折的理论解释	167
一、挫折的本能学说	167
二、挫折的行为学说	168
三、需要和紧张的心理系统学说	170
四、社会文化学说	170
五、挫折的认知学说	171
第三节 艾滋病病毒感染者和艾滋病病人的挫折应对	172
一、心理防御机制的应用	172
二、艾滋病病毒感染者和艾滋病病人的	
行为选择	174
三、艾滋病病毒感染者和艾滋病病人挫折的	
心理调节	177
第四节 艾滋病病毒感染者和艾滋病病人自杀	
倾向的预防	179
一、自杀及其原因分析	179
二、艾滋病病毒感染者和艾滋病病人自杀心理	182
三、艾滋病病毒感染者和艾滋病病人自杀先兆	184
四、艾滋病病毒感染者和艾滋病病人自杀的干预	186
五、艾滋病病毒感染者和艾滋病病人自杀的预防	188

第七章 艾滋病预防工作中的心理咨询	190
第一节 心理咨询概述	190
一、心理咨询的概念与意义.....	190
二、艾滋病防治中心理咨询的模式.....	193
三、心理咨询的种类.....	194
第二节 艾滋病防治中心理咨询的条件	196
一、对心理咨询工作者的要求.....	196
二、对来访者的要求.....	199
三、对咨询环境的要求.....	199
四、心理咨询的其他注意事项.....	200
第三节 心理咨询方案的制订	201
一、了解有关背景资料.....	201
二、发现主要心理困扰及做出准确判断的依据.....	202
三、与来访者达成共识.....	204
四、制订和实施心理咨询的方案.....	205
第四节 艾滋病防治中的心理咨询基本技术	205
一、一般技术.....	206
二、共情表达技术.....	207
第八章 常用心理健康促进测评方法	215
第一节 心理健康促进评价的目标与方式	215
一、心理健康促进评价的目标.....	215
二、心理健康促进的评价方式.....	216
三、对评价结果的科学解释.....	218
第二节 影响评价的主要因素	219
一、评价的影响因素.....	219
二、注意事项.....	220
第三节 常用的心理健康评价工具	221
一、基本情况调查问卷.....	221
二、艾滋病认知评价量表 (HIV/AIDS appraisal	

questionnaire)	223
三、艾滋病压力量表 (HIV/AIDS stress scale)	225
四、症状自评量表 (SCL-90)	227
五、特质应对方式问卷 (TCSQ)	235
六、Zung 焦虑自评量表 (SAS)	236
七、Zung 抑郁自评量表 (SDS)	238
八、领悟社会支持量表 (PSSS)	240
九、艾森克人格问卷 (EPQ)	241
十、中国正常人生活事件评定量表 (LES)	247
参考文献	250



第一章

艾滋病流行病学与管理策略

第一节 艾滋病流行现况

自 1981 年美国报道首例艾滋病 (acquired immune deficiency syndrome, AIDS) 患者以来, 艾滋病病毒 (human immunodeficiency virus, HIV) 在全世界迅速传播、蔓延, 至今已在 210 多个国家中流行。目前全球累计 HIV 感染者 7000 余万人, 其中 $1/3$ 的感染者已经死亡。联合国艾滋病防治规划署估计, 如果再不采取切实有效的预防措施, 在未来 20 年内, 艾滋病将夺去 6500 万~7000 万人的生命。

一、艾滋病病毒和艾滋病患者

(一) 艾滋病病毒 (HIV)

即人类免疫缺陷病毒, 是一种能攻击人体免疫系统的病毒, 主要破坏人体的免疫系统, 使机体逐渐丧失对外界各种病原体的抵抗能力。HIV 本身不会引发疾病, 而是当人类的免疫系统被 HIV 破坏后, 抵抗能力降低, 从而感染其他疾病导致各种复合感染而死亡。HIV 在人体内的潜伏期平均为 7~10 年, 短者 2~3 年, 长者 12 年以上。因此, 一个感染上 HIV 的人, 也许会在很长的一段时间内看上去或是自我感觉正常, 但是他们却可以把病毒传染给别人。

(二) 艾滋病 (AIDS)

全称是“获得性免疫缺陷综合征”, 是由于感染了 HIV

后引起的一种致死性传染病。HIV 能削弱人体免疫系统，使人很容易感染机会性感染病，如肺炎、脑膜炎、肺结核等。一旦发生机会性感染，这个人就被认为是患了艾滋病。艾滋病本身不是一种病，而是一种无法抵抗其他疾病的状态或综合症状。人不会死于 AIDS，而是会死于与 AIDS 相关的疾病。

（三）艾滋病病毒感染者和艾滋病病人

艾滋病病毒感染者（简称 HIV 感染者）是指已经感染了 HIV，但是还没有表现出明显的临床症状，没有被确诊为 AIDS 的人。艾滋病病人（简称 AIDS 病人）指的是已经感染了 HIV 病毒，并且已经出现了明显的临床症状，被确诊为 AIDS 的人。二者之间的相同之处在于都携带 HIV，都具有传染性。不同之处在于 AIDS 病人已经出现了明显的临床症状，而 HIV 感染者还没有出现明显的临床症状，外表看起来和健康人一样。

（四）艾滋病的特点

艾滋病是一种病毒性传染病，HIV 易发生变异，这给疫苗的研发以及诊断治疗方面都带来了困难。由于 HIV 寄生于细胞内，在细胞内繁殖，使用抗病毒药物在一定程度上可能会破坏人体正常的细胞，引起一定的副作用。由于 HIV 传播和繁殖的特殊性，AIDS 易于预防难以治疗。因此，AIDS 预防尤显重要，我国强调“以预防为主，防治结合”的 AIDS 管理方针。

二、全球艾滋病流行形势

根据联合国艾滋病规划署和世界卫生组织 2009 年 11 月 24 日联合发布的 2009 年全球艾滋病流行趋势报告显示，目前全球有大约 3340 万 HIV 感染者，其中 2008 年新增感染者 270 万人，200 万人死于与 AIDS 相关的疾病。在新增的感染

HIV 人群中 96% 以上的人生活在中、低收入国家；约 1000 人是 15 岁以下儿童；约 6300 人是 15 岁和 15 岁以上的成年人，其中几乎 50% 是妇女，约 45% 是 15~24 岁的年轻人。表 1-1 是艾滋病在全球流行的情况。

表 1-1 2007 年全球各地区艾滋病概况

地区	HIV 感染者 人数 (万)	新感染 HIV 人数 (万)	死于 AIDS 人数 (万)	儿童(15 岁 以下)HIV 感染者 人数(万)	死于 AIDS 的儿童 (15 岁以下) 人数(万)	新感染 HIV 儿童 (15 岁以下) 人数(万)
次撒哈拉非洲	2200	190	150	180	24	33
南亚和东南亚	420	33	34	14	1.7	2.1
拉丁美洲	170	11	6.3	4.4	0.31	0.46
东欧和中亚	150	11	5.8	1.2	0.16	0.32
北美	120	5.4	2.3	0.44	<0.02	<0.05
东亚	74	5.1	4	0.78	0.12	0.20
西欧和东欧	73	2.7	0.8	0.13	<0.02	<0.02
北非和中东	38	4	2.7	2.6	0.44	0.57
加勒比地区	23	2	1.4	1.1	0.12	0.18
大洋洲	7.4	1.3	0.10	0.11	<0.05	<0.10
合计	3300	270	200	200	27	37

联合国的报告指出，整个亚洲地区近年来每年新增的艾滋病感染人数已从 2001 年时的约 40 万人减少到 2008 年的 35 万人，该项数字近年来呈现较为稳定的趋势。但报告同时