

AIDS

艾滋病离你远吗

青少年预防艾滋病性病读本



卫生部
教育部
体育总局
卫生与
艺术教育
司编



艾滋病 离你远吗

——青少年预防艾滋病性病读本

教育部体育卫生与艺术教育司 编
卫生部疾病控制司

 中国青年出版社

责任编辑:刘正刚

装帧设计:李国强

图书在版编目 (C I P) 数据

艾滋病离你远吗:青少年预防艾滋病、性病读本/教育部体育卫生与艺术教育司,卫生部疾病控制司编.
北京:华龄出版社,2001. 11

ISBN 7-80082-991-X

I. 艾... II. ①教... ②卫... III. ①艾滋病-预防
(卫生)-青少年读物②性病-预防(卫生)-青少年
读物 IV. ① R512.910.1-49 ② R759.01-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2001)第 080581 号

书 名:艾滋病离你远吗——青少年预防艾滋病性病读本

作 者:教育部体育卫生与艺术教育司

卫 生 部 疾 病 控 制 司

出版发行:华龄出版社(北京西城区西什库大街甲 10 号,
邮编:100034)

印 刷:北京新丰印刷厂

版 次:2001 年 11 月第 1 版 2001 年 11 月第 2 次印刷

开 本:787×1092 1/32 印 张:3.5

字 数:75 千字 定 价:4.50 元

编委会

主 任 杨贵仁 陈贤义
副主任 廖文科 孙新华 孙江平
委 员 (以姓氏笔划排列)
叶春暘 刘康迈 李爱兰 吴兴宏
陈晶琦 周 凯 张 冰 张 芯
张孔来 夏 刚 廖苏苏 缪印堂

序 言

朋友,你听说过艾滋病、性病吗?知道它们在世界范围和我国的流行情况及危害吗?知道如何预防和控制它们吗?不管以前你了解多少,读了我们这本小册子,你就会感到艾滋病离你不遥远了。

这本书是由教育部体育卫生与艺术教育司和卫生部疾病控制司共同组织专家编写的,其目的就是要以简练、通俗的语言,并力求以图文并茂的形式传递预防艾滋病、性病和拒绝毒品的基本知识与技巧,帮助你更深入地了解有关艾滋病的各种信息,解答你心中的疑惑。我们不想做大篇的说教,只是想通过一些事实和故事使你们从中获得必要的知识,感悟到我们的关爱、期望和担忧。

朋友,青少年是祖国新世纪的栋梁,民

族的希望,也是最容易受到艾滋病、性病侵害的群体。如果你们具有健康的体魄、渊博的知识和有责任感的行为,那就意味着我们中华民族未来整体素质的提高,意味着祖国在新世纪的强盛,这是所有中国人梦寐以求的愿望。这本小册子既体现了我们控制艾滋病、性病的决心,更寄托了我们对青少年朋友的殷切期望。如果你能从这本书里得到些许帮助的话,我们将感到非常欣慰。

另外,在这本书即将出版之际,我们同时代表你们,对关心青少年,参与这本书编写的有关专家们表示衷心的感谢。

教育部体育卫生与艺术教育司
卫生部疾病控制司

2001年10月



目 录

艾滋病知识 ABC

- * 艾滋病——出现在二十世纪的“瘟疫” 1
- * 艾滋病——一种病毒性传染病 3
- * 艾滋病病毒躲在哪里 4
- * 艾滋病病毒——众说纷纭话由来 5
- * 艾滋病病毒——经常改头换面的杀手 7
- * 艾滋病病毒感染者与艾滋病病人 8
- * 艾滋病不是同性恋者的“专利” 10
- * 艾滋病的性传播——无保护性行为 12
- * 艾滋病的血液传播——“血”的教训 13
- * 艾滋病病毒的母婴传播——小恩科西的故事 14
- * 约翰一家的故事 16
- * 艾滋病传播的有限性——不必人人自危 18
- * 如何处理感染者的血液和其他体液 20
- * 如何得知自己感染了艾滋病病毒 21
- * 让自己活下去的理由——给艾滋病的感染者 22
- * 艾滋病的治疗——有效然而有限 24

艾滋病, 人类社会的灾难

- * 艾滋病, 全球的危机 26
- * 中国艾滋病有多少 28



- * 艾滋病离青少年还遥远吗 30
- * 艾滋病,婴幼儿的杀手 31
- * 艾滋病家庭的不幸 32
- * 艾滋病,人类社会的灾难 34

减少歧视,正确对待艾滋病

- * 什么是对艾滋病的歧视 36
- * 感染了艾滋病病毒还能是朋友吗 37
- * 歧视,刺痛了她的心灵 38
- * 歧视,不利于艾滋病的预防 40
- * 多一份善待,多一线希望 42
- * 崇尚科学,反对歧视 44

性病,艾滋病流行的加速器

- * 什么是性病 46
- * 我国性病的流行 47
- * 性病有哪些危害 48
- * 哪些途径可以传播性病 49
- * 多个性伙伴——滋生性病的“土壤” 50
- * 性病,艾滋病的孪生兄弟 52
- * 怀疑得了性病或得了性病怎么办 53
- * 如何预防性病 55

吸毒,艾滋病的温床

- * 什么是毒品 57



目 录

- * 毒品的成瘾过程 59
- * 毒品为什么能够害人 60
- * 鸦片的传入与滥用 62
- * 邪恶的毒品正在向青少年袭来 64
- * 毒品对青少年身心健康的危害 65
- * 毒品严重危害着家庭与社会 66
- * 吸毒,艾滋病的温床 67
- * 吸毒将他送上不归路 68
- * 跳进吸毒陷阱的诱因 70
- * 毒品与物质滥用 73
- * 没有第一次,决不会有第二次 74

健康地成长

- * 提高生活技能 76
- * 安全用血——预防艾滋病不可少 78
- * 远离毒品 79
- * 拒绝第一支烟 81
- * 预防性病、艾滋病的“ABC” 84
- * 自尊自爱,遵守性道德 85
- * 101种表达自己感情的方式——青少年如何学会调节性的冲动 88
- * 少女,你更要小心 91
- * 手淫是罪恶的吗 93
- * 学会自我保护 95
- * 预防艾滋病十条基本知识 97



附录一

全国各省市艾滋病、性病咨询电话 99

附录二

历年来预防艾滋病日主题 102



艾滋病

知识 ABC

艾滋病——出现在二十世纪的“瘟疫”

瘟疫 疫常用来形容那些流行速度快,波及范围广,对人类生存造成威胁的传染病。在人类历史上,人们曾多次遭受瘟疫的浩劫,如十四世纪“黑死病”(鼠疫)就曾经横扫欧洲大陆,夺去了 2500 万人(占当时欧洲人口的三分之一)的生命。近在 1918 年的流行性感 冒也曾导致欧洲 2000 万人的死亡。随着社会和医学科学的进步,瘟疫这个词曾逐渐离人类远去。但是,从本世纪 80 年代开始,人们又看到了它的阴影:先是在美国,而后在非洲的扎伊尔、乌干达、坦桑尼亚和美洲的海地等国家,医生们陆续发现和报道了一些极端“衰弱的”病人。他们失去了对疾病的抵抗力,平时不会让人生病的一些细菌、病毒可以在他们



的体内任意生长、繁殖，使他们患得一些罕见的感染和肿瘤。医生和科学家们对这样的病人无法用已知的疾病知识来解释。医生对这些病人束手无策，常常眼睁睁地看着他们很快地痛苦死去。直到 1983 法国的蒙塔尼教授和他的同事们从病人身上分离出一种新的病毒后，人们才知道这是一种新的疾病，并把它命名为艾滋病。

从那以后，艾滋病竟以惊人的速度在世界各地迅速蔓延开来。尽管它不像黑死病那样迅



速地置人于死地，但自艾滋病流行开始至现在短短十几年的时间，全世界已有超过 5700 万的艾滋病病毒感染者，其中的 3000 多万已死于艾滋病。除非找到有效的治疗手段并广泛使用，否则大部分艾滋病病毒的感染者将于 10 年之内死亡。这无疑又是一场新的“瘟疫”。

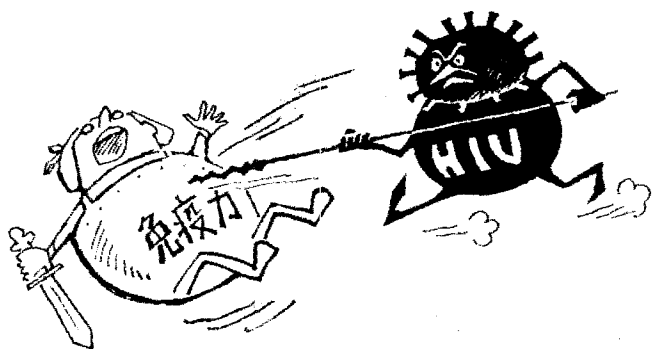
那么，造成如此巨大灾难的艾滋病到底是什么呢？



艾滋病——一种病毒性传染病

艾滋病的医学名称叫作“获得性免疫缺陷综合症”。“艾滋”是英文名称缩写“AIDS”的音译。

“获得性免疫缺陷综合症”里的“获得性”是指在人出生后才发生的疾病，是与那些出生前就有的（先天性或遗传性）疾病相对而言的。“免疫缺陷”是说“免疫功能出了毛病”。我们正常人体都具备一定的抵抗外界的细菌、病毒和其它有害微生物的能力，我们叫它免疫力。正因为有



了这种能力，人体才会及时地抵御病菌的侵袭，才不会天天生病，才能健康地生活。

然而艾滋病病毒破坏了的正是人体的免疫能力。因此，艾滋病人会表现得非常脆弱，一些在常人身上不会致病的细菌、病毒都会乘虚而入在他们身上造成感染（医学



称为“机会性感染”),一些在常人身上表现很轻的病症,在他们身上都会成为严重的、难以治愈的疾病。所谓的“综合征”的意思就是说艾滋病不是单一一种症状,而是复杂多样的一组症状的表现。

1981年6月,美国疾病控制中心首先报道了5例这样的病例,他们都是同性恋者,随后,在美国和其它国家都开始发现有类似症状的病人。当时人们还不知道这种病的原因,也没有给它命名。直到1983年法国巴斯德研究所的蒙塔尼教授和他的同事们从病人身上分离出一种新病毒的3年以后,国际医学界正式把这种病毒命名为“人类免疫缺陷病毒”(英文缩写HIV),这就是引起艾滋病的病毒。由艾滋病病毒感染人体引起的疾病就是艾滋病。

艾滋病病毒躲在哪里

艾滋病病毒进入人的身体后,首先进入血液中,在血液里专门攻击一种重要的血液细胞——淋巴细胞。淋巴细胞是人体的一种免疫细胞。这种细胞是人体与外来病菌作战的斗士。由于艾滋病病毒可以在淋巴细胞中生存并进行繁殖,然后又从细胞中跑出来侵犯新的细胞,所以血液是艾滋病病毒的重要藏身之地,被病毒污染了的血液也是传播艾滋病病毒的重要途径。

艾滋病病毒还存在于人体的精液、阴道的分泌液中。因为这些体液中也有许多淋巴细胞,所以性活动也是



艾滋病病毒传播的重要途径之一。不过,人体的其它排泄物如汗液、唾液、尿液、泪液和粪便等都不含有或含有极少的艾滋病病毒,



因此不会造成传播。另外,艾滋病病毒还可以侵犯人的脑子和身体其它一些部位,但是由于这些部位的病毒不太容易排出体外,所以与艾滋病病毒的传播关系不大。

艾滋病病毒在一些会叮咬人的昆虫(如:蚊子、跳蚤等)体内都不能存活,所以,我们不必担心这些昆虫会把艾滋病病毒传给我们。

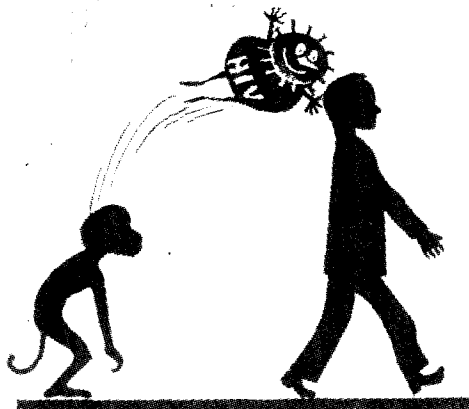
艾滋病病毒——众说纷纭话由来

艾滋病这个给人类造成巨大灾难的疾病是从哪里来的?为什么到20世纪的末期才突然流行起来?艾滋病病毒是一种新出现的病毒,还是旧有病毒的变种?这些都是人们自然会产生问题。很遗憾的是这些问题至今都还没有最后的科学定论。但是,对人类艾滋病病毒进行研



究后发现,这种病毒的结构与一些感染灵长类动物(如猴子)的病毒的遗传特性很相似。因此,人们推测,人类的艾滋病病毒是从这些灵长类动物传染来的。

艾滋病是从哪里起源的?这个问题也很难作出确切回答,一些科学家认为艾滋病病毒起源于非洲刚果、扎伊尔等地,先在非洲绿猴中传播,后来又传给人类。证据之一是美国人类学家发现,非洲土著居民中曾有一个很怪的习惯:把带着热气的猴血注入人的大腿部位,认为这样可以刺激性欲。艾滋病病毒很可能就是这样窜出了魔瓶来到人间的。



在第二次世界大战期间,与非洲一些地区的妇女发生过性关系的外国士兵都染上了一种“雅司病毒”。据专家们推测,“雅司病毒”可能就是艾滋病病毒的原型。在现有的医学资料中曾记载过一个英国水手从那个地区回来后发生了很像艾滋病而又诊断不明的症状,而且很快就死亡了,他的尸体被保存了下来。在1981年,美国疾病控制中心研究了最初发现5个同性恋的典型病例之后,有一位名叫斯特莱顿的医生就将封存在石蜡中的那个英国水手的肾脏和



骨髓取出来重新检验，结果发现了艾滋病病毒。这样推测，艾滋病早在 20 世纪的上半叶就已经存在了，而目前发现的最早病人可能就是那位英国水手了。

还有人认为，艾滋病病毒可能是 20 世纪 50 年代西方国家在非洲试验的脊髓灰质炎疫苗被污染而产生的变种。

人 艾滋病病毒——经常改头换面的杀手

自 然界里有很多微生物都会侵入人体造成疾病，其中包括细菌、病毒、寄生虫和真菌等。病毒是这些微生物中最小的生命物质，病毒必须借助其它生物的活细胞才能存活、繁殖。病毒侵入细胞后，再用药物杀灭它们就很困难，这就是为什么很多病毒造成的疾病都很难治愈的原因之一。

