

年轻的朋友你可知道

AIDS

——青少年预防艾滋病性病读本

科学普及出版社



年轻的朋友
你可知道

AIDS

——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

科学普及出版社

年轻的朋友 你可知道 AIDS

——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

科学普及出版社
·北京·

图书在版编目(CIP)数据

年轻的朋友 你可知道 AIDS: 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: 科学普及出版社, 1999. 10

ISBN 7-110-04742-3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 64091 号

科学普及出版社出版发行

北京海淀区白石桥路 32 号 邮政编码: 100081

中国科学院印刷厂印刷

*

开本: 787 毫米 × 960 毫米 1/32 印张: 3.125 字数: 60 千字

1999 年 10 月第 1 版 1999 年 10 月第 1 次印刷

印数: 1—100 000 册 定价: 5.00 元

NAASU 103

本书编委会

主 任	杨贵仁	陈贤义	
副主任	孙江平	廖文科	沈 洁
委 员	(以姓氏笔画为序)		
	田本淳	叶春旻	刘康迈
	孙新华	李爱兰	吴兴宏
	余燕高	陈 虹	陈晶琦
	张 冰	张 芯	张孔来
	周克中	周 凯	项道铨
	夏 刚	廖苏苏	缪印堂

责任编辑	许 慧	周晓慧
封面设计	魏 明	
责任校对	林 华	
责任印制	李春利	

序 言

年轻的朋友,你可知道艾滋病、性病吗?知道它们的流行和危害吗?知道我国面临艾滋病、性病肆虐的严峻形势吗?知道如何预防和控制它们吗?

现在呈现在你面前的这本书,就是要帮助你了解以上信息,解答你心中的疑惑。我们力求以简练、通俗的语言向你们——青少年朋友,传递预防艾滋病、性病,拒绝毒品的基本知识和技巧,并力求以图文并茂的形式增加你们阅读时的兴趣。我们不想做大篇大篇的说教,只是想告诉你们有关艾滋病、性病、吸毒的一些事实,说说我们的感受和担忧。

年轻的朋友,你们是预防和控制艾滋病、性病的主力军。这不仅体现在你们是预防艾滋病、性病,拒绝毒品的重点人群,还体现在你们是新世纪的栋梁、民族的希望。你们强健的体魄、渊博的知识和有责任感的行为,意味着我们中华民族素质的提高,意味着我们祖国在新世纪的强盛,这难道不是你和我,乃至每个中国人梦寐以求的吗!

本书是由国家教育部体育、卫生与艺术教育司和卫生部疾病控制司共同组织编写的。以我们两个部门的合作和许多专家的辛勤劳动编写的这本小册子,体现了我国预防和控制艾滋病、性病的决心,更寄予了我们对青少年朋友的殷切期望。

在这本书的编写过程中,还得到了北京蓝盾禁毒艾滋病宣教中心的支持,谨在这里表示感谢。

教育部体育、卫生与艺术教育司

卫生部疾病控制司

1999年9月

目 录

艾滋病，20 世纪的瘟疫

- 艾滋病，20 世纪的瘟疫 （1）
- 什么是艾滋病 （3）
- 艾滋病病毒躲在哪里 （4）
- 艾滋病病毒
——让科学家棘手的杀手 （6）
- 从艾滋病病毒感染者到艾滋病病人 （7）
- 艾滋病病毒是怎么来的 （9）
- 艾滋病不仅是同性恋者的灾难 （10）
- 什么样的性行为容易感染艾滋病
病毒 （12）
- 血液传播——“血”的教训 （13）
- 母婴传播的悲剧 （15）
- 从一个家庭的悲剧看艾滋病病毒的
传播 （16）
- 不必人人自危——日常生活接触不会
传播艾滋病病毒 （18）
- 在体外不堪一击的艾滋病病毒 （20）
- 如何得知自己感染了艾滋病病毒 （21）
- 艾滋病有药可治吗 （23）
- 如果真的感染了艾滋病病毒 （24）

艾滋病，人类社会的浩劫

- 全球艾滋病病人有多少 (25)
- 艾滋病，闯入了中国的大门 (27)
- 艾滋病离青少年有多远 (28)
- 艾滋病碾碎了她的青春梦 (30)
- 艾滋病，家庭解体的诱因 (32)
- 艾滋病，人类社会的浩劫 (33)
- 他还是朋友吗 (34)
- 多一份善待，少一份歧视 (36)

性病，艾滋病的孪生兄弟

- 什么是性病 (38)
- 我国性病的流行 (39)
- 性病的危害有哪些 (40)
- 性病是如何传播的 (41)
- 多个性伙伴——滋生性病的土壤 (42)
- 性病，艾滋病的孪生兄弟 (43)
- 如何知道自己得了性病 (45)
- 如何预防性病 (46)

吸毒，艾滋病的温床

- 虎门销烟 (48)
- 什么是毒品 (50)

- 毒品为什么能够害人——毒品的成瘾性 (51)
- 瘾君子的真实写照 (52)
- 邪恶的毒品正在向青少年袭来 (53)
- 毒品对青少年身心健康的危害 (54)
- 毒品严重危害着家庭与社会 (56)
- 无知好奇——吸毒诱因之一 (58)
- 上当受骗——吸毒诱因之二 (59)
- 盲目追求享乐与来自同伴的不良影响——吸毒诱因之三 (60)
- 生活事业受挫，逃避现实——吸毒诱因之四 (62)
- 逆反心理——吸毒诱因之五 (63)
- 吸毒，艾滋病的温床 (64)
- 吸毒将他送上不归路 (65)

健康地进入新世纪

- 远离毒品，拒绝艾滋病 (67)
- 安全用血——预防艾滋病不可少 (69)
- 警惕艾滋病病毒通过医疗活动传播 (71)
- 面对同伴压力如何说“不” (72)
- 预防性病、艾滋病的“ABC” (73)

- “101 种表达自己感情的方式”
——青少年如何学会调节性的冲动 (75)
- 少女，你更要小心 (78)
- 手淫是罪恶的吗 (81)
- 预防艾滋病的 10 条基本知识 (83)

附录一 全国各省市艾滋病、性病咨询电话

附录二 历年来预防艾滋病日主题

艾滋病， 20 世纪的瘟疫

● 艾滋病，20 世纪的瘟疫

人们常用瘟疫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 14 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 1/3）的生命；而 1918 年的流行性感冒也曾导致欧洲 2000 万人死亡。随着社会和医学科学的进步，瘟疫这个词曾逐渐离我们人类远去。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，医生们发现并报道了一些极端“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,使他们罹患一些罕见的感染和肿瘤。当时对这样的病人无法用已知的疾病知识来解释。医生对这些病人更是束手无策,常常眼睁睁地看着病人很快地痛苦死去。后来人们才知道这些病人所患的正是被称做 20 世纪瘟疫的艾滋病。



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 4000 万的艾滋病病毒感染者,其中的 1000 多万人已死于艾滋病。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感染者将于 10 年之内死亡,这无疑又是一场新的瘟疫。

那么,到底什么是艾滋病呢?

● 什么是艾滋病

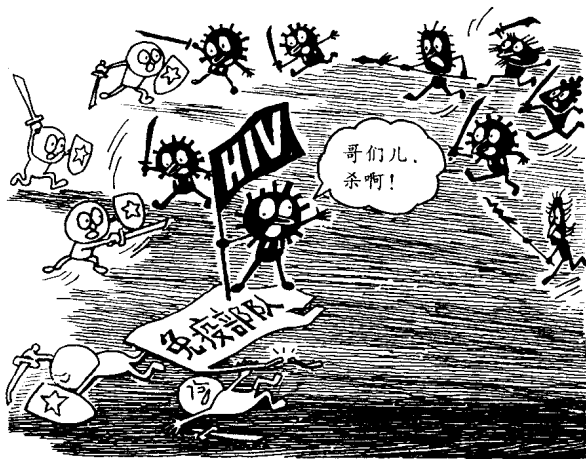
艾滋病的医学名称叫做“获得性免疫缺陷综合征”。“艾滋”是其英文名称缩写“AIDS”的音译。

“获得性免疫缺陷综合征”一词的“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细菌、病毒和其他有害微生物的能力，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，才可能健康地生活。然而艾滋病病毒破坏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”，意思就是说艾滋病表现出复杂多样的症状。

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，在美国和其他国家都陆续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这样的病人身上首次分离出一种新的病毒,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,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,

使用被病毒污染了的血液也是传播艾滋病病毒的重要途径。

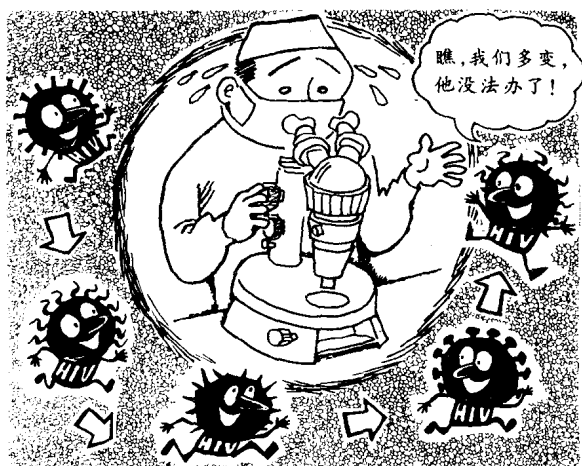
艾滋病病毒还存在于人体的精液、阴道的分泌液中，所以性活动也是艾滋病病毒传播的重要途径之一。不过，人体的其他排泄物如汗液、唾液、尿液、泪液和粪便等都不含有或只含有极少的艾滋病病毒，因此不会造成传播。另外，艾滋病病毒还可以侵犯人的脑部和身体其他一些部位，但是由于这些部位的病毒不太容易排出体外，所以与艾滋病病毒的传播关系不大。艾滋病病毒在一些会叮咬人的昆虫（如蚊子）体内都不能生存，所以，我们不必担心这些昆虫会把艾滋病病毒传给我们。

● 艾滋病病毒——让科学家棘手的杀手

自 自然界里有很多微生物都会侵入人体使人致病，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。病毒必须借助其他生物的活细胞才能生存、繁殖，它们侵入细胞后，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。

另外，由于艾滋病病毒侵入的是人的免疫细胞，这样不仅直接破坏了免疫细胞的战斗力，反而使免疫细胞成了艾滋病病毒繁殖的栖身地。因此，当人体面临

其他细菌、病毒的侵犯,需要动员体内的斗士——免疫细胞来抵抗细菌、病毒时,被艾滋病病毒感染的免疫细胞便无能为力,只能任凭入侵的细菌、病毒摆布。这也造成了没有免疫细胞的帮忙,仅靠药物治疗艾滋病病人的困难。



不少病毒造成的疾病都可以用疫苗进行预防,如麻疹、乙型肝炎和脊髓灰质炎的预防。接种了疫苗,身体就具备了抵抗这些病毒的特殊能力,就不容易再得麻疹、乙型肝炎或脊髓灰质炎。然而,在研究对付艾滋病病毒的疫苗方面,科学家又遇到了很大的困难。因为艾滋病病毒的“外貌”经常发生改变,例如,最早引起艾滋病流行的 I 型病毒(现在广泛流行于世界各地)又分成了 11 个亚型,而且这些亚型还在变化着。有时,

半年内从一个病人身上分离出的 3 次艾滋病病毒彼此都不相同。而一种疫苗只能对付一种“外貌”的病毒，无法识别经常“改头换面”的病毒。所以，至今科学家还没有研制出预防艾滋病病毒的疫苗。

●从艾滋病病毒感染者到艾滋病病人

当 人们谈到艾滋病时，首先面对的问题就是：艾滋病病毒感染者与艾滋病病人有什么区别。

从艾滋病病毒进入人体起，人体就开始了同它的斗争。病毒在人体内的繁殖需要一定的时间，所以，艾滋病病毒感染者并不是从带有病毒的第一天就“病入膏肓”的。在开始阶段，感染者的免疫功能还没有受到严重破坏，因而没有表现出明显的症状，我们把这样的人称为艾滋病病毒感染者。有些感染者在艾滋病病毒进入体内约 2~4 周时，可能出现类似流感一样的表现，如发热、肌肉疼痛和皮疹等，但是这些表现常常不会引起人们的特别注意，而且并不是所有感染者都有这些表现。这时感染者外表看上去和常人一样，一样地生活、工作着，如绰号为“魔术师”的美国篮球明星约翰逊，在感染了艾滋病病毒以后的很长时间内仍活跃在篮球场上。

当感染者的免疫功能被破坏到一定程度后，身体敌不住艾滋病病毒的进攻，其他病菌就会乘虚而入，使