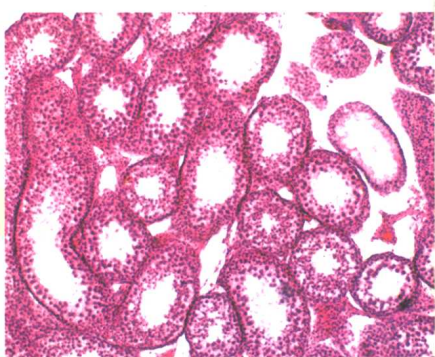




主编\王 兮 侯安继

副主编\韩 静 王 闯

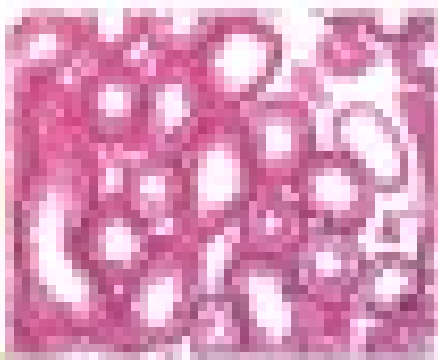
编者\韩 静 张永喜

现代人健康系列丛书
——都市人系列

艾滋病就在我们身边



全国优秀出版社
武汉大学出版社



主编：王 华 副主编：...

副主编：陈 康 王 华

编委：王 华 陈 康 王 华

医疗卫生知识问答
—— 医疗卫生知识问答

艾滋病就在我们身边



中国疾病预防控制中心
性病艾滋病预防控制中心

现代人健康系列丛书——都市人系列

艾滋病就在我们身边

主	编	王	兮	侯安继		
副	主	编	韩	静	王	闯
编	者	韩	静	张永喜		

武汉大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

艾滋病就在我们身边/韩静,张永喜编. —武汉:
武汉大学出版社,2002. 11

(现代人健康系列丛书/王兮,侯安继主编;韩静,
王闯副主编)

ISBN 7-307-03627-4

I. 艾… II. ①韩… ②张… III. 艾滋病—防
治 IV. R512. 91

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 037004
号

责任编辑:黄汉平 责任校对:张 昕 版式设计:支 笛

出版发行:武汉大学出版社 (430072 武昌 珞珈山)

(电子邮件: wdp4@whu. edu. cn 网址: www. wdp.
whu. edu. cn)

印刷:湖北省荆州市今印印务有限公司

开本: 787×960 1/32 印张: 9. 125 字数: 144 千字

版次: 2002 年 11 月第 1 版 2002 年 11 月第 1 次印刷

ISBN 7-307-03627-4/R·79 定价: 12. 00 元

版权所有,不得翻印;凡购买我社的图书,如有缺页、倒页、脱
页等质量问题者,请与当地图书销售部门联系调换。

前 言

高速发展的信息时代使我们这个社会已经变得丰富多彩，我们每天都在面临着多种机遇的诱惑，迎着前所未有的挑战。我们需要不断地汲取知识的营养，以丰富我们的智慧，提高我们的才干，进而开拓我们的事业，这是每个追求成功的现代人的期望。但是，人们常常忽视了一个很重要的问题，即上述一切的前提，是您必须拥有一个健康的身体。失去了健康的根基，理想的大厦必将轰然倒下。从这个角度来说，任何知识都比不上关于您身心健康知识更加重要，因为您只有掌握了足够的健康知识，您才能懂得怎样去保养身体，怎样使自己保持最佳的状态，以给您美好的生活提供强有力的保证。可是，您对自身疾病的防治知识又掌握了多少呢？

《现代人健康系列丛书》正是基于上述认识而编撰的一套大型医学知识普及型读物，它为广大读者提供了大量有关健康的生活常识和指导疾病防治的医学知识。本套丛书目前包括 20

分册，以后根据需要更新、完善和扩充。丛书的编者均为奋斗在医学世界前沿和掌握最新医学动态的年轻医学博士和医学硕士等。并且有数位知名的专家教授进行指导，最大可能地保证了丛书的准确性。写作上统一采取问答的形式，简明扼要、深入浅出、通俗易懂。

本套丛书与类似科普读物相比较，最大的特点就是取材新颖，内容很贴近现代生活，特别是现代都市人的生活。其中包括现在一些已经成为社会关注的热点的现代都市人的健康问题，特别是一些关于亚健康状态、过劳死等，现代社会出现的新的职业病如空调病、电脑病、现代富贵病等时见报端的疾病知识的介绍。这些知识和时代的步伐保持一致，具有现时的指导意义。

保持健康，给生命加油！我们认真而艰辛地编撰的这套丛书，如果能对您摆脱身心的疲惫，快乐健康地享受美好的现代生活有所裨益，将是我们莫大的欣慰。当然，由于水平有限以及限于时间，难免会出现疏漏、不足，甚至错误的地方，欢迎读者批评指正。以利于再版时更加完美。

丛书编委会
2002年6月

序

健康，是人类追求的永恒主题，没有健康，人类便失去了生存的价值。快节奏、高效率的工作；紧张、无规律的生活方式；生活环境的恶化和空气污染、水污染、食品污染等等，越来越影响着我们现代人的健康，使机体免疫功能下降，各组织器官功能失调，导致身心俱疲而引发各种各样的现代生活方式病，也被称为现代文明病。

人类把刚刚迈进的 21 世纪，称为健康长寿的世纪，对此人们寄予很多美好的梦想和殷切的期望。要想实现健康长寿的目标，除了依靠生命科学的突破外，同样需要人们在自我保健的观念上有所创新。在医学领域内需要医疗技术的“高”、“精”、“尖”，但更需要踏踏实实地做一些医学知识的宣传和普及工作，切实提高人们的健康知识水平和自我保健能力。只有当人们自觉采取有益于健康的行为，树立健康的生活方式，防病于未然才能达到健康长寿的

目标。

这套由王兮和侯安继教授主编的，由全国优秀出版社武汉大学出版社出版的《现代人健康系列丛书》取材新颖，内容很贴近现代生活尤其是现代都市人生活中有关健康的方方面面。其中包括一些正在成为社会关注热点如“亚健康”、“过劳死”等现代病的防治知识的介绍，这些在市面上的各类医学科普读物中几乎没有涉及。对于大多数读者来说，本套丛书将对于现代人的防病、治病和恢复健康等方面起着积极的指导作用。对于大多数读者来说，本套丛书开卷有益，你可以从中汲取许多维护自身健康、纠治亚健康，预防现代生活中各种常见疾病发生、发展的有益知识和方法，实在是值得一读！

编者

2002年6月

目 录

概 述

1. 什么是艾滋病? 3
2. 导致 AIDS 的病原体是什么? 3
3. 艾滋病的由来 4
4. 人类艾滋病的源头是什么? 6
5. 什么是艾滋病病毒? 8
6. 艾滋病病毒在外界的生存能力强吗? 10
7. 艾滋病病毒的灭活方法有哪些? 11
8. 为什么说艾滋病是一种致死性的
疾病? 11

流行与传播

9. 艾滋病的全球流行情况是怎样的? 17
10. 艾滋病感染的全球地区分布情况
是怎样的? 19
11. 艾滋病在中国的流行与传播
情况如何? 21

12. 为什么说中国艾滋病的流行愈来愈严重?	22
13. 艾滋病的传播途径有哪些?	24
14. 体内哪些地方可有 HIV 的存在?	26
15. HIV 感染者体液中 HIV 和感染细胞的检出率是多少?	26
16. 构成艾滋病感染的基本条件是什么? ...	27
17. 影响艾滋病传染的因素有哪些?	28
18. 什么样的人容易得艾滋病?	29
19. 什么是艾滋病的高危性行为?	30
20. 为何女性容易感染艾滋病?	32
21. 吸毒者为啥容易感染 HIV?	33
22. 吸烟者比非吸烟者更易患艾滋病吗?	34
23. 日常生活和社交接触会不会感染艾滋病?	35
24. 口交会感染艾滋病吗?	36
25. 艾滋病会通过呼吸道、消化道传播吗?	38
26. 艾滋病会通过动物传播吗?	38
27. 游泳会传播艾滋病吗?	38
28. 接吻能传播艾滋病吗?	39
29. 艾滋病能否通过汗液传播?	39
30. 为什么蚊子叮咬不会传播 HIV?	40
31. 义务献血有感染艾滋病的危险吗?	41
32. 我们为什么要提倡义务献血?	41

- 33. 坐式马桶能传播艾滋病吗? 44
- 34. 针刺会传染艾滋病吗? 44
- 35. 割包皮能降低艾滋病的感染吗? 45
- 36. 往生殖器上喷洒药液能防艾滋病吗? 46
- 37. 母婴垂直传播是怎么回事? 46
- 38. 影响母婴传播的因素有哪些? 47
- 39. 艾滋病病毒携带者可以结婚和
怀孕吗? 49
- 40. 患艾滋病的母亲能哺育婴儿吗? 50
- 41. 性病会增加艾滋病的感染几率吗? 51
- 42. 什么样的艾滋病病人传染性小? 52

临床常识

- 43. 艾滋病是怎样发病的? 57
- 44. 艾滋病感染发病的自然过程
是怎样的? 58
- 45. 艾滋病的发展分几期? 59
- 46. HIV 感染者和艾滋病病人有什么
不同? 61
- 47. 窗口期是怎么回事? 62
- 48. 感染艾滋病病毒后多长时间发病? 64
- 49. 艾滋病病毒携带者是否一定会发病
或死亡? 64
- 50. 艾滋病的典型临床表现有哪些? 65
- 51. 肺型艾滋病患者有哪些典型的

临床表现?	65
52. 中枢神经系统型艾滋病患者有哪些典型的 临床表现?	66
53. 胃肠型艾滋病患者有哪些 典型的临床表现?	67
54. 发热原因不明型艾滋病患者有哪些 典型的临床表现?	67
55. 艾滋病患者的皮肤粘膜感染有 哪些表现?	68
56. 常见的艾滋病病毒感染的症状 有哪些?	69
57. 艾滋病病毒感染的初期症状有哪些?	70
58. 口腔病变是艾滋病感染的早期 信号吗?	71
59. 哪些症状提示可能患有艾滋病?	72
60. 艾滋病容易跟哪些疾病混淆?	73
61. 感染了艾滋病病毒还能活多长时间?	75
62. 艾滋病病人的死亡原因是什么?	75
63. 什么叫机会性感染?	76
64. 什么是卡波济氏肉瘤?	77
65. 艾滋病病人耳鼻喉部有什么症状?	78
66. 什么是卡氏肺孢子虫肺炎?	78
67. 什么是艾滋病相关综合症?	80
68. 艾滋病与结核病有什么关系?	82
69. 儿童感染艾滋病有哪些特点?	83

70. 艾滋病会影响小儿智力发育吗?	84
71. 怎样确定一个人是否感染了 HIV?	85
72. 什么是 HIV 抗体检查?	86
73. 什么情况下需行 HIV 抗体检查?	87
74. 什么时候检测 HIV 抗原?	87
75. 什么是 HIV 核酸 PCR?	89
76. 病毒分离是怎么回事?	89
77. 检测 HIV 载量有何意义?	89
78. 为诊断病情, 还需做哪些检查?	90
79. 我国艾滋病的诊断标准是怎样的?	91
80. 不同时期艾滋病抗原抗体阳性的临床 意义是什么?	92
81. 你有“艾滋病恐惧症”吗?	93

防治知识

82. 艾滋病能治愈吗?	99
83. 艾滋病的治疗有哪些方法?	100
84. 艾滋病的临床治疗有哪些方法?	101
85. 常用治疗艾滋病的西药有哪些? 疗效如何?	102
86. 常用治疗艾滋病的中药有哪些?	105
87. 什么是生态拮抗疗法?	106
88. 什么是生物制剂辅助疗法?	107
89. 免疫抑制剂在艾滋病治疗中的应用 及效果如何?	108

90. 生长因子对艾滋病的治疗有 哪些作用？	109
91. 何谓 AIDS 的基因治疗？	110
92. 对艾滋病条件性感染应如何治疗？	111
93. 中医药治疗艾滋病的方法有哪些？	113
94. 中医药治疗艾滋病的原理是什么？	114
95. 中医辨证论治与艾滋病的治疗	115
96. 哪些食物能预防艾滋病？	119
97. 有艾滋病的疫苗吗？	120
98. 运动处方对艾滋病患者有效吗？	120
99. 怀疑自己受到艾滋病病毒感染 时怎么办？	122
100. 在中国如何进行 HIV 测试？	123
101. 得知自己抗体阳性怎么办？	124
102. 感染艾滋病后如何对待自己 的生活？	124

预防常识

103. 如何预防艾滋病？	131
104. 什么是预防艾滋病 ABC？	132
105. 如何避免艾滋病病毒感染？	133
106. 哪些情况下需要谨慎小心以防 意外感染？	134
107. 为什么外出打工时最应警惕 艾滋病？	135

108. 婚前性行为也是高危吗? 136
109. 婚前禁欲有害吗? 137
110. 遇上强烈的性欲冲动怎么办? 138
111. 什么是安全的性行为? 139
112. 请君警惕网络“一夜情”! 140
113. 有同性恋倾向怎么办? 141
114. 使用避孕套能预防艾滋病吗? 144
115. 怎样正确使用避孕套? 147
116. 为什么说青少年是预防艾滋病的
生力军? 149
117. 为什么说“预防艾滋病, 男士
责无旁贷”? 152
118. 如何预防艾滋病的母婴传播? 156
119. 医护人员感染艾滋病的机会是否比
一般人多? 158
120. 医护人员如何看待艾滋病感染? 159
121. 医务人员如何做好个人防护? 160
122. 口腔科医生的防护原则是什么? 162
123. 万一被污染针头扎伤了怎么办? 163

大众宣教

124. 艾滋病对社会的影响如何? 167
125. 艾滋病对一个国家期望寿命的
影响如何? 168
126. 预防艾滋病的“十条”最

基本知识	169
127. 艾滋病对家庭有哪些影响?	177
128. 家人患了艾滋病怎么办?	178
129. 艾滋病病人的家庭护理	179
130. 艾滋病病人用具的家庭消毒方法 有哪些?	181
131. 艾滋病病人家庭常用的消毒药物 有哪些?	182
132. 如果你的身边有一个艾滋病病人, 你应该怎么办?	184
133. 怎样关怀临终的艾滋病病人?	185
134. 什么是世界艾滋病日?	187
135. 历届世界艾滋病日的宣传主题 是什么?	187
136. 红丝带的含义是什么?	189
137. 世界青少年迎战艾滋病的口号 是什么?	190

相关知识

138. 全国各省、市、自治区艾滋病、 性病咨询电话	193
139. 有关网址	195

附录

他们是怎样患上艾滋病的?	199
--------------------	-----

性乱——以生命为代价犯下的错	199
波琳：一个女人的故事	202
输血意外——艾滋病患者的不幸遭遇	203
母亲输血感染艾滋病殃及三岁女儿	205
卖血——贫穷的无奈	208
吸毒让他走上不归路	210
艾滋病感染者的心理历程	213
一个艾滋病患者微妙的心路历程	213
“恐艾症”——人们心头的巨大阴影	216
害怕染上艾滋病，女大学生牙痛不敢治， 寝食不安	216
“恐艾症”毁坏了他们的生活	217
二十岁女子每天给热线中心一个电话	220
他跑到医院说：我患了艾滋病，让我住院吧！	220
离休老干部开关水龙头都要用纸巾包着	221
勇敢的斗士——艾滋病患者不屈的搏斗	223
篮球明星约翰逊与艾滋病的斗争	223
艾滋病小斗士尼科西的故事	226
跳水名将洛加尼斯的故事	230
一个乐观的艾滋病感染者	236
关心——牵手艾滋病患者	239
她与艾滋病病人共同生活了12年	239
牵手艾滋病患儿	244
志愿者们在行动	247
关爱给了他战胜艾滋病的勇气	259