



如何对 艾滋病说不

AIDS

主 编 程景民 朱月莲

- ◎全球每天有7400人感染艾滋病病毒，5500人被艾滋病夺走生命
- ◎每年有43万新生儿感染艾滋病，有200万人死于艾滋病
- ◎艾滋病，这一20世纪80年代初才被人类发现和确认的“新生儿”，已经成为人类必须认真应对的最大威胁之一

 军事医学科学出版社



如何对 艾滋病说不

AIDS

——

“HIV/AIDS 是人类历史上最严重的公共卫生危机之一。它夺去了数百万人的生命，给全球带来了巨大的经济和社会负担。然而，通过采取正确的预防措施，我们可以避免感染 HIV，从而防止 AIDS 的发生。本手册旨在提供有关如何对 AIDS 说‘不’的实用信息，帮助人们了解风险，做出明智的选择，并保护自己和他人的健康。”

—— 世界卫生组织 (WHO) ——



如何对艾滋病说不

主 编 程景民 朱月莲

军事医学科学出版社
· 北 京 ·

图书在版编目(CIP)数据

如何对艾滋病说不 / 程景民, 朱月莲主编.

— 北京: 军事医学科学出版社, 2012.1

ISBN 978-7-80245-878-9

I. ①如… II. ①程… ②朱… III. ①获得性免疫缺陷综合征-预防
(卫生)-普及读物 IV. ①R512.910.1-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第256826号

策划编辑: 李霞 责任编辑: 李霞 责任印制: 丁爱军

出版人: 孙宇

出版: 军事医学科学出版社

地址: 北京市海淀区太平路27号

邮编: 100850

联系电话: 发行部: (010) 66931051, 66931049, 63827166

编辑部: (010) 66931039, 66931127, 66931038

传真: (010) 63801284

网址: <http://www.mmsp.cn>

印装: 中煤涿州制图印刷厂北京分厂

发行: 新华书店

开本: 710mm × 1000mm 1/16

印张: 11.5

字数: 212千字

版次: 2012年5月第1版

印次: 2012年5月第1次

定价: 19.00元

本社图书凡缺、损、倒、脱页者, 本社发行部负责调换

如何对艾滋病说不

主 编 程景民 朱月莲

编 者 （按姓氏笔划排序）

王 超 王思飞 李洪军 陈 涛

张 婧 康丽娜 魏 静

前 言

全球每天有7400人感染艾滋病病毒，5500人被艾滋病夺走生命；每年有43万新生儿感染艾滋病，有200万人死于艾滋病。艾滋病，这一20世纪80年代初才被人类发现和确认的“新生儿”，已经成为人类必须认真应对的最大威胁之一。

全书以教师与不同专业学生之间的讨论为叙述形式，从艾滋病的发现、艾滋病病毒的传播及感染过程、艾滋病病毒与人体免疫系统之间的相互作用等讲起，使读者首先对艾滋病有一个科学的认识。

性行为在艾滋病传播过程中起到重要作用，但性行为的具体特点和日常性交际中的很多环节往往被大众所误解，使得生活中很多人将艾滋病与性行为方面的不检点错误地联系在一起；由于吸毒者经常多人使用同一注射器进行吸毒等原因，吸毒也已经成为艾滋病传播中的一个重要环节。本书从性伴侣的寻找方式和数量特点、性网络的组建、婚姻的作用、日常生活中的性行为特点、毒品的概念和历史、毒品对人体健康的危害以及由吸毒行为衍生的对社会的影响等方面入手，通过讨论的形式，向读者阐述吸毒、性行为等在艾滋病的流行过程中的作用。

由于最早暴发流行艾滋病病毒感染的群体是男性同性恋人群，使得人们常常错误理解为艾滋病是同性恋才会感染的疾病，并也由此进一步导致了对同性恋人群的排斥甚至歧视。本书通过讨论同性恋的历史及产生原因、同性恋是否合乎法律和伦理标准、同性恋者的现状及教育等，希望使人们正确了解艾滋病与同性恋之间的相互关系，并由此打破对同性恋人群的误解。

1985年6月，一位来华旅游的祖籍阿根廷的美国人被确诊为我国第一例艾滋病患者。如今，艾滋病已正式成为中国大陆新的致命性传染疾病并流行开来。艾滋病问题已越来越为党和国家所重视，对艾滋病的防治已刻不容缓。通过讨论艾滋病在中国的流行特点、流行人群分布、未来中国艾滋病的流行情况等，使人们能够结合我国国情，对我国艾滋病疫情有一个全面的认识。

艾滋病具有高致死率、传播途径特殊等特点，加之现行的政策、法律法规等原因，社会上对艾滋病普遍存在回避或者疏远的态度，甚至是排斥和厌恶。这给艾滋病相关防治工作带来了重重困难。本书以讨论的方式讲述羞辱与歧视的概念、对个人及社会产生的影响、如何消除羞辱与歧视及其意义等，帮助读者理解、关爱艾滋病患者。



在积极提倡防治艾滋病的同时，要注意具体手段的科学性。艾滋病患者常有忧郁、压抑、自卑的心理。无论是在生理还是心理方面，他们都比其他患者更加需要悉心的关怀与照顾。完善对艾滋病患者的护理工作，对配合药物治疗、提高患者生活质量、延长患者生命均有至关重要的意义。本书着重讨论了如何从艾滋病的传播途径入手进行预防、如何对环境中的艾滋病病毒进行消毒、临床诊断艾滋病标准是什么，以及如何对艾滋病患者进行临床护理、饮食护理、心理护理等问题。

随着国家对艾滋病问题的重视程度逐渐提高，关于艾滋病的保护原则和相关法律法规等也陆续出台。同时，在世界范围内的科学研究、世界艾滋病日活动等等也向世人宣布了战胜艾滋病的决心和曙光。本书重点讨论了艾滋病知情与保密准则及相关法律、世界艾滋病日、政府相关机构开展的各项活动及艾滋病领域的最新科研进展等。

艾滋病对人类的影响已远远超出了医疗卫生的范畴，它不仅给人类生命健康带来了威胁，还会在政治、经济、文化等多方面领域给我们的生活带来巨大影响。全书的最后，我们将对政府在艾滋病工作中所应起到的职能作用、艾滋病在经济领域对人类造成的影响，以及媒体在艾滋病宣传工作中的成就与不足等进行探讨。

编 者

2012年2月

引言：艾滋病在全球流行

如果人类无法治愈艾滋病，艾滋病将成为投在人类生活中的软原子弹。

——赞比亚前总统 肯尼恩·卡翁达

人类自诞生以来，就在不断与疾病作殊死斗争。

公元6世纪，鼠疫第一次在全世界大流行。

公元14世纪，黑热病在西欧暴发。

到近代，霍乱、天花又给人类带来了巨大的灾难。

然而，面对病魔一次又一次的挑战，人类用自己的智慧和勇气一次又一次地压下了它的嚣张气焰。

可是，大自然似乎对这种“恶作剧”乐此不疲。如今，它又让艾滋病来“光顾”我们的生活。

从1981年美国第一次报道艾滋病到现在，这一病魔已经在世界上大多数地方留下了足迹，并且吞噬了约3000万人的生命。

2000年联合国千年首脑会议提出“争取到2015年遏制并开始扭转艾滋病蔓延趋势”，这个充满人间关爱的决定使饱受艾滋病威胁的地区和成千上万的艾滋病患者看到了希望。10年过去了，令人欣慰的是，在国际社会的共同努力下，防治艾滋病的工作已经取得了不小的进展，接受救治和资助的感染者大幅增加，新感染病例和死亡人数趋于下降。

但是，到2010年，全世界仍有3300多万艾滋病感染者和患者，仅撒哈拉以南非洲地区就超过2000万人，这些数以千万计的生命仍然在饱受疾病的煎熬，挣扎在死亡线上，企盼着我们的帮助和拯救。我们不能漠视生命的呼唤，不能迟滞救助的步伐，我们必须更加有力地推进全球艾滋病防治工作的进行，以确保艾滋病领域的千年发展目标得以如期实现。

人类与艾滋病作斗争已经有30个年头了，可是目前仍然没有行之有效的手段以遏制其迅速蔓延的势头。艾滋病的传播给很多国家带来了灾难性的打击，以至于某些国家的领导人公然声称其国家马上就要被艾滋病消灭了。

的确，艾滋病已经不再是个人问题，它已经吞噬了数以万计的生命，摧毁了大量的劳动力。在艾滋病患者和艾滋病病毒的感染者中，90%是中青年，他们正值创造财富的



黄金时期，可艾滋病却使他们失去了劳动能力，甚至使他们过早去世。艾滋病造成的劳动力的丧失和防治艾滋病的花费使一些国家蒙受了巨大的经济损失。与此同时，它还引发了很多社会问题。在很多国家，艾滋病导致了国民平均寿命的降低。再比如，在很多艾滋病比较严重的地区，父母双双患病去世的家庭还留下了大量的艾滋病孤儿。

更令人担忧的是，社会上存在着一些对艾滋病的错误认识，由是，艾滋病给患者带来的不仅仅是生理上的痛苦，更有精神上的折磨，这使他们被社会孤立、敌视，这种负面影响甚至会波及到他们的家庭和朋友。

因此，我们不能简单地把艾滋病看作是一个医学问题，它已经发展为一个突出的社会问题。所以，我们每个人都应该去关注艾滋病，正视艾滋病，挑战艾滋病，为战胜艾滋病而贡献自己的一份力量。我们有理由相信，艾滋病最终会被人类坚定不移的力量所征服。

但是，想要战胜艾滋病，就必须先认识和了解艾滋病。可令人遗憾的是，现在很多人持有着对艾滋病的恐惧情绪和对艾滋病患者的歧视甚至敌视态度，而这些恰恰又是人类在战胜艾滋病道路上的巨大障碍。因此，我们谨藉此书对艾滋病进行一些讨论。如：

艾滋病是上帝对那些不道德的人的惩罚吗？

它究竟是怎样的一种疾病呢？

是否每个人都有感染艾滋病病毒的机会呢？

究竟哪些人最容易感染艾滋病病毒？

艾滋病感染的原因是否真是自作自受呢？

为什么发达的工业化国家中艾滋病的传播比较稳定？

为什么发展中国家的艾滋病传播呈快速增长的趋势？

教育对艾滋病的防治究竟有多大的影响？

宗教可以解决艾滋病问题吗？

道德在艾滋病的传播中起着什么样的作用呢？

怎样的教育才是行之有效的？

艾滋病可以治愈吗？

医学在艾滋病方面都取得了什么成绩？

安全套是杜绝艾滋病的“世外桃源”吗？

为什么青少年在艾滋病的新感染者中所占的比例越来越大？

怎样才能有效地挽救“明天的太阳”？

防治艾滋病的重点应该放在哪类人群中？

艾滋病的明天会是怎样的呢？

.....

2010年暑期，来自不同专业领域，怀着不同的疑问与好奇，带着自己的认识与见解，对艾滋病问题抱有相同浓厚兴趣的李洪军、王思飞、魏静、张婧、康丽娜、陈涛、王超等与程景民博士、朱月莲博士畅谈10日。

大家的思想在这场10日谈中激情碰撞。感兴趣的你，就请一起加入我们的讨论中来吧！

程景民：1963年7月出生于北京市，山西医学院1985届医学学士，清华大学1994届法学硕士，华中科技大学同济医学院2007届医学博士。现就职于山西医科大学公共卫生学院。

朱月莲：1972年12月出生于山西省，山西医科大学2000届医学硕士，中国医学科学院2009届医学博士。现就职于中国医学科学院基础医学研究院生理学系。

李洪军：1981年10月出生于山西省，山西医科大学2004届医学学士，同济大学2008届工学硕士。现就职于某外企公司。

王思飞：1988年2月出生于天津市，现就读于山西医科大学2007级七年制临床医学专业。

魏 静：1989年3月出生于河北省，现就读于山西医科大学2007级七年制临床医学专业。

张 婧：1989年7月出生于山西省，现就读于山西医科大学2008级麻醉学专业。

康丽娜：1986年2月出生于河北省，山西医科大学2008届管理学学士，山西医科大学2011届管理学硕士。现就职于铁道部某医院。

陈 涛：1982年2月出生于山西省，郑州航空工业管理学院2004届经济学学士，现为山西医科大学2010级社会医学与卫生事业管理专业硕士研究生。

王 超：1987年7月出生于山东省，潍坊医学院2004届法学学士，现为山西医科大学2011级社会医学与卫生事业管理专业硕士研究生。



目 录 CONTENTS

第一章	丧钟为谁而鸣——AIDS闻所未闻	1
1.1	艾滋病病毒神秘现身	2
1.1.1	艾滋病的名称及由来	4
1.1.2	艾滋病病毒的发现	7
1.2	艾滋病降祸于人间	7
1.2.1	艾滋病的感染之谜	7
1.2.2	艾滋病的传播途径	13
1.2.3	艾滋病传播的阶段	20
1.3	人体“亮剑”	21
1.3.1	人体强大的免疫系统	21
1.3.2	艾滋病打中免疫系统	24
第二章	阴谋与爱情——关于艾滋病那点事	27
2.1	你有多少个性伴侣	29
2.1.1	性伴侣数量	29
2.1.2	婚姻的力量	31
2.2	有一种态度叫“博爱”	33
2.2.1	性伴侣越来越多	33
2.2.2	如何找到性伴侣	34
2.3	我们的性网络	38



第三章	战争与和平——睡在艾滋上铺的兄弟	39
3.1	毒品的前世今生	40
3.1.1	毒品的概念	40
3.1.2	毒品的类型	41
3.1.3	吸毒的历史	42
3.2	近在咫尺的毒品	44
3.2.1	吸毒对人体的危害	44
3.2.2	受到毒品威胁的人	46
3.3	毒瘾，想说再见不容易	50
3.3.1	毒瘾是种说不出的痛	50
3.3.2	可以不干涉吸毒吗	52
3.3.3	可以合法地吸毒吗	55
第四章	麦田守望者——同性之“艾”	59
4.1	上帝其实创造了多种恋爱	60
4.1.1	同性恋的历史	60
4.1.2	同性恋的原因	63
4.2	禁止还是包容——这是个问题	65
4.2.1	同性恋的表现是病态还是变态	65
4.2.2	同性恋的管理靠法律还是道德	69
4.3	同性恋者知多少	72
4.3.1	同性恋的数量	72
4.3.2	同性恋的教育	74
第五章	我见过你哭——来者不善	77
5.1	艾滋病在中国	78
5.2	流动的人口，流动的媒介	81
5.3	中国未来流行趋势	82



第六章	傲慢与偏见——艾滋的羞辱与歧视	87
6.1	艾滋病羞辱与歧视	88
6.2	羞辱与歧视的影响	92
6.3	羞辱与歧视的消除	94
第七章	与艾滋赛跑——艾滋病的预防与诊断	97
7.1	预防措施	98
7.1.1	预防经血液途径传播	99
7.1.2	预防经性交途径传播	100
7.1.3	预防经母婴途径传播	101
7.1.4	预防经医源途径感染	102
7.1.5	日常生活中的预防	102
7.2	对HIV病毒的消毒方法	104
7.3	艾滋病的诊断	105
第八章	理智与情感——给“艾”一片爱	109
8.1	艾滋病的临床护理	110
8.1.1	隔离	110
8.1.2	对症护理	111
8.2	艾滋病的饮食护理	112
8.2.1	营养不良	112
8.2.2	腹泻	113
8.3	艾滋病的心理护理	114
8.3.1	症状出现前的心理治疗	114
8.3.2	确诊感染后的心理治疗	114
8.3.3	病情加重后的心理治疗	115
8.3.4	心理护理应强调个性化	115



第九章	太阳照常升起——携手共战艾滋的曙光	119
9.1	艾滋病相关条例与准则	120
9.1.1	艾滋病感染者的知情同意	120
9.1.2	与艾滋病有关的法律问题	130
9.1.3	艾滋病患者可以结婚吗	138
9.2	世界艾滋病日 (World AIDS Day)	139
9.3	齐心协力 共战艾滋	143
第十章	热爱生命——艾滋病与社会	149
10.1	政府职能	150
10.2	艾滋病对经济的影响	155
10.2.1	艾滋病流行与经济指数	156
10.2.2	艾滋病流行与社会因素	156
10.2.3	艾滋病流行的干预分析	157
10.2.4	艾滋病社会研究的展望	158
10.3	媒体作用	159
结束语		167
参考文献		169

丧钟为谁而鸣 ——AIDS闻所未闻

第一章



最难忍受的灾难，是那以前从未降临的灾难。

——洛威尔 (James Russell Lowell)



1.1 艾滋病病毒神秘现身

李洪军、王思飞、魏静、张婧、康丽娜、陈涛、王超：老师好！

程景民（以下简称程）、朱月莲（以下简称朱）：同学们好！

李洪军（以下简称李）：程老师，最近我看到了一则令人吃惊的消息，一位非洲国家的领导人公然声称，他们国家的人民快被艾滋病消灭了！情况难道真的如此严重吗？

程：这则消息虽然有些危言耸听，但艾滋病的确已经不容忽视了，从20世纪80年代以来，它在世界各地广泛传播。在一些国家，大量的劳动力因此丧失，甚至因此影响到了国家经济的发展。

王思飞（以下简称王）：看来全球的情况比我们想象的严重得多。

程：我先给你们一些来自2010年联合国艾滋病规划署（UNAIDS）《全球艾滋病疫情报告》的数据：

——自艾滋病疫情发生以来，共有超过6000万人感染了艾滋病病毒，将近3000万人死于艾滋病相关因素。

——2009年，全球大约有3330万（3140~3530万）名艾滋病病毒感染者，而1999年这一数字为2620万（2460万~2780万）。成年人艾滋病病毒感染人数为3080万（2920万~3260万），其中女性感染者人数占到1590万（1480万~1720万）。

——2009年，新感染例数为260万（230万~280万），低于1999年的310万（290万~340万）。成人新发感染数为220万（200万~240万）。

——2009年每天有超过7000人新发感染艾滋病病毒：大约97%生活在中低收入国家；大约1000人是15岁以下儿童；大约6000人是15岁及其以上的成年人，其中约51%是女性，约41%是15~24岁的年轻人。

——2009年，艾滋病相关死亡例数为180万（160万~210万），低于2004年的210万（190万~230万）。成年人死亡人数为160万（140万~180万）。

——2009年，大约有37万（23万~51万）名儿童在出生时就已感染艾滋病病毒，15岁以下的艾滋病病毒阳性儿童总数达250万（160万~340万），新发37万（23万~51万），死亡26万（15万~36万）。

——2009年，因艾滋病而失去父母的10~17岁儿童增至1660万（1440万~1880万）。

全球统计艾滋病疫情数据

	艾滋病病毒感染者人数 (单位: 万)	2009年新发艾滋病病毒感染例数 (单位: 万)	2009年艾滋病相关死亡例数 (单位: 万)	成年人艾滋病病毒现患率 (%)
撒哈拉以南非洲	2250 (2090~2420)	180 (160~200)	130 (110~150)	5 (4.7~5.2)
南亚和东南亚	410 (370~460)	27 (24~32)	26 (23~30)	0.3 (0.3~0.3)
东亚	77 (56~100)	8.2 (4.8~14)	3.6 (2.5~5)	<0.1 (0.1~0.1)
中美洲和南美洲	140 (120~160)	9.2 (7~12)	5.8 (4.3~7)	0.5 (0.4~0.6)
北美洲	150 (120~200)	7 (4.4~13)	2.6 (2.2~4.4)	0.5 (0.4~0.7)
西欧和中欧	82 (72~91)	3.1 (2.3~4)	0.85 (0.68~1.9)	0.2 (0.2~0.2)
东欧和中亚	140 (130~160)	13 (11~16)	7.6 (6~9.5)	0.8 (0.7~0.9)
加勒比海地区	24 (22~27)	1.7 (1.3~2.1)	1.2 (0.85~1.5)	1.0 (0.9~1.1)
中东和北非	46 (40~53)	7.5 (6.1~9.2)	2.4 (2~2.7)	0.2 (0.2~0.3)
大洋洲	5.7 (5~6.4)	0.45 (0.34~0.6)	0.14 (<0.1~0.24)	0.3 (0.2~0.3)
总计	3330 (3140~3530)	260 (230~280)	180 (160~210)	0.8 (0.7~0.8)

魏静 (以下简称魏): 这些数据很震撼, 有些我还是第一次听说。程老师, 看来加强对艾滋病有关知识的宣传很重要啊!

程: 你说的对。最新数据显示, 仅有不到40%的年轻人掌握艾滋病的基本知识, 甚至在艾滋病病毒感染者中, 了解自己的感染状况的都不到40%。

张婧 (以下简称张): 程老师, 那我们国家的艾滋病情况怎样呢?

程: 我简单介绍一下吧。到2009年底, 我国存活的艾滋病感染者和患者估计有70多万。传播途径主要是注射吸毒和性接触。20世纪末, 二者的比例大约为7:3, 现在比例翻转为3:7。在性接触的传播中, 30%来自男男性行为, 40%来自异性性行为。