

学校健康教育丛书

XUEXIAO JIANKANG JIAOYU CONGSHU

预防艾滋病

学校健康教育 师资指导

毕振强 杨育林 主编

YuFang AiZiBing

XueXiao JianKang JiaoYu ShiZi ZhiDao



山东科学技术出版社

www.lkj.com.cn

预防艾滋病 学校健康教育师资指导

yufang aizibing
xuexiao jiankang jiaoyu shizi zhidao

毕振强 杨育林 主 编



 山东科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

预防艾滋病学校健康教育师资指导/毕振强, 杨育林
主编. 济南: 山东科学技术出版社, 2005. 12
(学校健康教育丛书)
ISBN 7-5331-4212-8

I. 预... II. ①毕... ②杨... III. 艾滋病—预防
(卫生)—学校教育: 健康教育—师资培训—教学参考
资料 IV. ①G479②R512.910.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 111424 号

学校健康教育丛书

预防艾滋病学校健康教育师资指导

主编 毕振强 杨育林

出版者: 山东科学技术出版社

地址: 济南市玉函路 16 号
邮编: 250002 电话: (0531)82098088
网址: www.lkj.com.cn
电子邮件: sdkj@sdpress.com.cn

发行者: 山东科学技术出版社

地址: 济南市玉函路 16 号
邮编: 250002 电话: (0531)82098071

印刷者: 山东莱芜圣龙印务书刊有限责任公司

地址: 莱芜市凤城西大街 149 号
邮编: 271100 电话: (0634)6113596

开本: 787mm × 960mm 1/16

印张: 10.5

字数: 150 千

版次: 2005 年 12 月第 1 版第 1 次印刷

ISBN 7-5331-4212-8

R·1180

定价: 18.00 元

学校艾滋病预防、禁毒健康教育丛书编委会

主 任 王元宁
副主任 于国防 刘 勇 于 波
委 员 毕振强 徐爱强 陈国锋
傅继华 康殿民 杨育林
李凤霞 徐留臣 隋冠毅

编 者

主 审 王元宁
主 编 毕振强 杨育林
副主编 刘 灵 黄 涛 毕振旺
编 者 (按姓氏笔画为序)
丁 凡 门德良 毕振旺
毕振强 刘 灵 陈书志
李凤霞 杨育林 周晓林
段信美 黄 涛

前 言

2004年8月28日中华人民共和国主席胡锦涛签发了第十七号主席令,将在中华人民共和国第十届全国人民代表大会常务委员会第十一次会议上修订通过后的《中华人民共和国传染病防治法》予以公布,自2004年12月1日起实施。艾滋病被列为乙类传染病。自1981年美国发现艾滋病以来,艾滋病在全球许多国家和地区快速流行。特别是近年来,在亚洲已成为疫情增长最快的地区。我国自1985年报告首例艾滋病病人以来,到2003年底全国估计现存艾滋病病毒感染者84万人,全国累计报告的艾滋病病毒感染者89067例。1998年以来全国31个省(自治区、直辖市)均有疫情报告。

胡锦涛总书记指示:“艾滋病防治是关系我中华民族素质和国家兴亡的大事,各级党政领导需要提高认识,动员全社会,从教育入手,立足预防、坚持遏制其蔓延势头。”近年来,国务院、卫生部、教育部等部委先后下发《中国预防与控制艾滋病中长期规划(1998~2010年)》、《全国艾滋病防治宣传教育指导方案》、《学校预防艾滋病健康教育基本要求》等一系列文件。

为进一步做好山东省艾滋病防治工作,山东省人民政府、卫生厅、教育厅也下发过一系列文件,如山东省人民政府防治艾滋病工作委员会下发了《山东省艾滋病防治知识“五进”活动方案(2004~2008年)(试行)》(鲁艾发[2004]2号)的通知,其中就“进学校”提出6条具体的措施与要求:(1)对各类大中专院校及中学的校医和担任健康教育的教师进行预防艾滋病及其相关知识的培训。到2005年,达到95%以上。(2)各类高等学校和中等职业学校对入学新生发放预防艾滋病性病健康教育处方。到2005年,发放率达到95%以上。(3)将预防艾滋病及其相关知识纳入各级各类学校教学计划。在大中专院校和中学普遍开展“参与换水游戏,认识艾滋病危害”健康教育课活动。到2005年,各类大中专院校和中学完全开课率达到100%。(4)凡是有图书馆、阅览室的大中专院校和中学,要具备一定数量的艾滋病防治及其相关知识的读物。到2005年,达到80%;到2008年,达到95%以上。(5)各级各类学校的校园宣传栏中要设有预防艾滋病的宣传园地,内容定期更新。(6)各类大中专院校要组织艾滋病防治宣传志愿者队伍,并定期开展“心系红丝带”宣传活动。

前 言

根据鲁艾发[2004]2号文件精神,我们组织有关专业人员编写《预防艾滋病学校健康教育师资指导》一书,是供大中专院校及高级中学健康教育教师在学校开展预防艾滋病和青春性教育参考用书。编委会认为要做好大学生艾滋病防治学校健康教育,加强对学生进行性生理知识、性发育知识和性心理变化年龄特点与性健康教育指导是非常重要的基础工作。

本册共六章,各章执笔者:第一章,杨育林,刘灵,陈书志;第二章,毕振强,周晓琳;第三章,杨育林,毕振旺;第四章,门德良,李风霞;第五章,黄涛,毕振强;第六章,毕振强、杨育林、刘灵。由于时间仓促,所编写的参考用书可能会有不妥之处,欢迎提出宝贵意见。

编 者

艾滋病是什么



艾滋病由英文简称 AIDS 音译而来,全称为“获得性免疫缺陷综合征”,是由一种名为“人类免疫缺陷病毒”的病毒(HIV)引发。艾

滋病并不能直接引起病症,但病毒经血管进入人体后便侵袭人体免疫系统的“T4细胞”(白血球细胞和巨噬细胞),使免疫系统和自行修补伤患的能力减弱。这时,一些对普通人没有威胁的感染如肺囊虫肺炎等便乘虚而入,这些感染称为“机会性感染”,使受感染者由病毒携带者转为艾滋病病人,最终导致受感染者死亡。

艾滋病病毒存在于受感染者的各种体液内,包括精液、阴道分泌物和淋巴液,受感染者可通过其体液的接触而把艾滋病病毒传播给健康的人。而存于唾液(口水)、汗水、泪水和尿液内的病毒数量极低,并不足以构成感染。

艾滋病的传播途径

艾滋病传播的三种途径:

(A)性行为

包括同性及异性性行为传染。在性行为中,性器官只要有微小的损伤,病毒便可以透过伤口进入血液中。



(B)血液

只要带有病毒的血液循任何途径(如伤口接触、输血、共用针筒注射毒品等)进入体内便足以构成感染。



(C)母亲—婴儿

受感染的妇女在怀孕、分娩过程中和哺乳期均可将病毒传给婴儿。

艾滋病认识对与错

◆ 1. 一旦感染艾滋病，马上可经验血查出来。

错！艾滋病抗体测验是通过检查体内有没有产生抗体来间接推论是否已受感染，而人体需要3个星期至3个月时间才能产生抗体。

◆ 2. 我们可从外表去判断一个人是否已受艾滋病病毒感染。

错！受感染者的外表和普通人没有两样。

◆ 3. 与艾滋病病毒携带者在同一游泳池游泳，不会感染艾滋病。

对！一般社交接触亦不会传播艾滋病。

◆ 4. 一个艾滋病病毒携带者必须先发病，才可将病毒传染给他人。

错！只要带病毒即可传染。

◆ 5. 蚊虫叮咬可以传播艾滋病。

错！首先蚊虫不能吐出体内血液；其次艾



滋病毒不可能在蚊的唾液内生存。

◆ 6. 输血可能感染艾滋病。

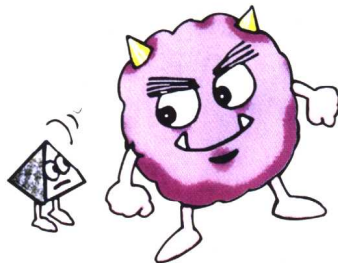
对！虽然政府加大力度对血液和血制品严格检验，但不能排除病毒携带者前期捐出血液的可能。

◆ 7. 所有受感染者都会在10年之内发病，成为艾滋病人。

错！10年之内约有百分之五十的受感染者发病，而儿童则在3年内有六成发病。

◆ 8. 艾滋病和乙型肝炎的传播途径是一样的。

对！但乙肝的传染能力比艾滋病高很多，比如分别被两支带（艾滋病和乙肝）病毒的针筒刺穿皮肤，感染艾滋病的机会是千分之四，但感染乙肝的机会则高达百分之三十。



◆ 9. 接吻时艾滋病病毒可通过唾液传播。

错！虽然唾液内可找到病毒，但因浓度极低，不足以构成感染，除非同一时间有两升唾液进入口内。除唾液外，汗水、尿液和泪水亦不是散播艾滋病的媒介。

◆ 10. 一个已受艾滋病病毒感染的怀孕母亲有少过一半的机会把艾滋病病毒传染给婴儿。

对！传染机会从百分之十四至百分之四十不等，受多种因素如医疗条件等影响。假若在怀孕期服用抗艾滋病病毒药物 AZT，感染机会可再减少三分之二。



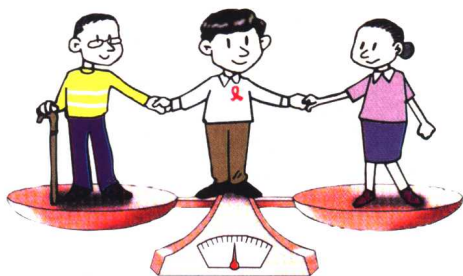
提供服务时的态度

1. 关怀和支持



对感染HIV的人士,要帮助他们面对未来,考虑其健康、社交、家庭生活、职业等,激起他们的积极反应,尽可能表示关怀和支持。

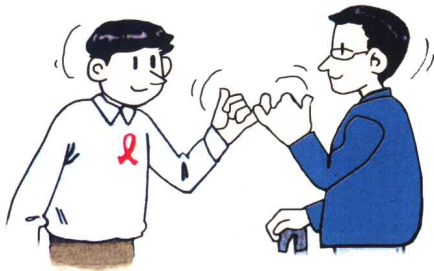
2. 平等对待



对艾滋病患者提供服务时,应与其他服务对象一样平等对待,不带歧视。

3. 保密

尊重每个人的隐私权,除非因工作上的需要,不可将艾滋病患者的资料泄露。



4. 全面性预防

为了保护自己并避免其他服务对象受到感染,必须切合实际地采取适当的预防措施。



处理伤口

1. 用清水
把伤口冲
洗干净。



2. 把血挤出。



3. 贴上防
水胶布。

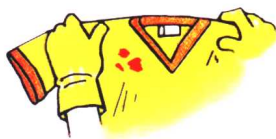


4. 工作时带
上胶皮手套。



洗涤衣物

1. 检查衣
物是否有
血迹或体
液。



2. 若有血迹
或体液，用 1
份漂白水加
49 份水。



3. 将衣物
浸30分钟。



4. 然后用清洗
普通衣物的方
法进行清洗。



处理血迹或秽物

1. 戴上工作
胶皮手套。



2. 用漂白水
浸盖血液。



3. 用浸有稀
释漂白水的
抹布擦拭。



4. 擦拭后抹布
用两层胶袋装
后妥善处理。

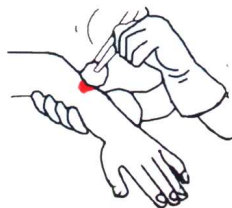


一般性预防措施

一般性预防措施是一系列的工作守则,以避免因血液或其他体液接触而感染疾病,但并非单指艾滋病,而是包括所有经体液传染的疾病,如乙型肝炎及性病等。预防措施的重点在于避免身体直接接触可构成感染的体液(包括:血液、精液、阴道分泌物及母乳)。

(A)伤口处理

1. 不要直接
接触伤口,必须
戴上手套,皮肤
上的伤口需要用
防水胶布覆盖。



2. 在接触
血液、体液或其
他污染物件后,
需以清水及肥
皂清洗双手后,
方可再照顾其
他服务对象。



(B)日常卫生

1. 家居环境设施如墙壁、地面及家具如座椅等皆不会传染艾滋病病毒，若没有被血液污染，无须特别消毒。



3. 假若衣物及床上用品染有血迹或污物，只需将家居漂白水稀释50倍(1份漂白水加49份水)，然后把衣物浸30分钟，即可照日常程序清洗。(注意：滴露不能杀死艾滋病病毒，故不能当作消毒剂使用。)



2. 口水并不会传染艾滋病，故餐具及饮食器皿可共同使用，使用后只需按普通清洁程序清洁即可。



4. 污物及使用后之手套，须放于双层胶袋内，密封后以正常途径弃置。



不会感染艾滋病的接触

1. 蚊虫叮咬。



2. 一起用餐。



3. 握手。

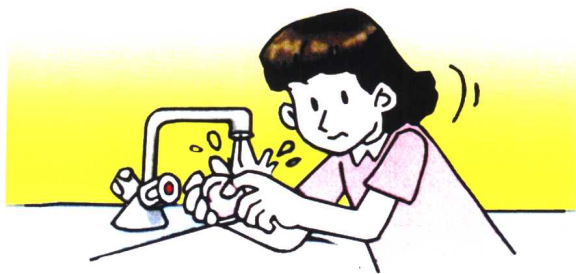


4. 共用同一厕所。



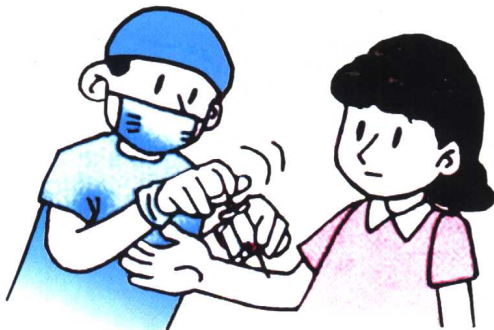
假若你怀疑在工作时受到感染怎么办

1. 在工作时,发现伤口被血液或其他足以构成感染的体液沾染时,应立即用清水和肥皂清洗,尽量将血液从伤口挤出。包扎伤口后,应立即前往急诊室接受适当的伤口护理,同时通知主诊医生怀疑在工作时受到感染。



2. 同时,亦应及时通知单位主管,告知怀疑受HIV感染的事情经过,如地点、人物、时间、受何体液沾染及发生经过等,以便主管填写报告。

3. 经主管同意后,机构应立即安排接受HIV抗体测试,但所有情况必须绝对保密,以免对员工造成不必要的伤害。



目 录

第一章 学校健康教育	(1)
第一节 学校健康教育与健康促进	(1)
第二节 影响大学生健康的因素	(3)
第三节 大学生健康教育的目标与内容	(8)
第四节 健康的标准与评价	(10)
第二章 大学生生理与心理发育	(16)
第一节 大学生生理发育特点	(16)
第二节 大学生性心理发展特点	(23)
第三章 大学生性生理与性心理健康指导	(35)
第一节 国内外性教育现状	(35)
第二节 大学生性生理健康指导	(49)
第三节 大学生性心理健康指导	(54)
第四章 性传播疾病	(65)
第一节 我国性传播疾病的流行概述	(65)
第二节 常见性传播疾病	(68)
第三节 性传播疾病的危害及预防	(87)
第五章 艾滋病	(90)
第一节 全球艾滋病概况	(91)
第二节 我国艾滋病的流行特征	(93)
第三节 艾滋病的流行过程	(98)
第四节 艾滋病的临床表现	(101)
第五节 艾滋病的诊断与治疗	(104)
第六节 艾滋病的预防	(108)

第六章 大学生预防艾滋病健康教育	(112)
第一节 开展大学生预防艾滋病健康教育的意义	(112)
第二节 学校预防艾滋病面临的挑战	(113)
第三节 学校开展艾滋病健康教育的工作思路	(114)
第四节 艾滋病预防与控制的目标	(116)
第五节 学校预防艾滋病健康教育的基本要求	(117)
第六节 学校预防艾滋病健康教育的基本原则	(120)
第七节 预防艾滋病健康教育处方及教育形式	(121)
第八节 学校预防艾滋病健康教育评价	(123)
附录一 《我被“艾滋病”折磨的日子》	(128)
附录二 预防艾滋病健康教育处方	(134)
附录三 中国艾滋病大事记	(136)
附录四 世界艾滋病大事记	(143)
附录五 历年世界艾滋病日艾滋病防治宣传运动主题	(151)
附录六 中华人民共和国婚姻法	(153)
附录七 咨询机构	(159)
主要参考文献	(161)

第一章

学校健康教育

健康教育(Health Education)的出现源自与学校有关的卫生教育。从 19 世纪后期始,美国及欧洲一些国家相继尝试在学校中开设生理卫生课,“健康”开始被列为一系列学校教育的目的之一。1919 年,美国儿童健康协会最早采用“Health Education”一词。1928 年,英国国家教育委员会发布了“关于健康教育的建议手册”,提出在公立小学开展健康教育的建议。1939 年,伦敦卫生医师协会(Society of Medical Officers of Health)在其目标中也使用了“健康教育”一词,并明确提出要帮助和协调开展有关促进和保护公共卫生或疾病预防方面的工作,包括健康教育和宣传。

进入 20 世纪 70 年代,健康教育工作开始受到社会的普遍重视。1971 年,美国成立“总统健康教育委员会”,由预防医学、临床医学、心理学、社会学、环境及军事方面的专家组成,成员由总统直接聘任。各州、县均设立专门的健康教育机构和专职人员,负责当地的健康教育任务。1990 年,英国国家课程委员会正式颁布《健康教育课程指导》,主要包括药物的利用和滥用、性教育、生活技能教育、安全、体育锻炼、食物与营养、个人卫生、环境卫生及心理卫生等 9 个方面。目前,美国、加拿大、英国、法国、德国、日本等均在大学、中小学普遍开设学校健康教育课。

我国的学校健康教育工作也得到蓬勃发展。1990 年,国务院批准由国家教委和卫生部联合颁布的《学校卫生工作条例》,将学校健康教育作为学校卫生工作的重要组成部分,明确规定学校应将健康教育纳入教学计划。

第一节 学校健康教育与健康促进

一、健康教育

世界卫生组织召开的第 35 届世界卫生大会指出,健康教育是帮助并鼓励人们建立达