

# 警示性健康教育与 艾滋病的预防

卓家同 著

復旦大學出版社

---

## 序一

卓家同主任医师 1983 年自本科毕业后从事现场流行病学和疾病预防控制工作,1987 年硕士研究生毕业后到广西中医学院工作,1991 年至今在广西壮族自治区疾病预防控制中心工作,其中 1994 年到过美国疾病预防控制中心合作研究和 1997~1998 年美国埃默里大学公共卫生学院深造。他将理论与实际相结合,不断创新探索传染病控制方法,解决实际难题。面对艾滋病在农村通过性传播尤其是卖淫嫖娼的性途径迅速蔓延大幅攀升的态势,他在 2011 年提出警示性健康教育预防艾滋病的建议。由此他到广西边境的龙州县进村入户对居民与村民宣讲艾滋病的危害和防范哲理及其预防方法,创立“自省式防艾”模式来探索用警示性健康教育使村民自省自敛和自我防护,使得龙州县艾滋病年报告病例自 2011 年之后连续 7 年下降,在崇左市推广后使崇左市艾滋病年报告病例也连续 7 年下降,在全广西壮族自治区推广后使广西艾滋病年报告病例从 2011 年的 14250 例降至 2016

年的 8848 例。多年来我也竭力主张通过讲危害的警示方法预防控制艾滋病蔓延,卓家同率先做出了模式和榜样,这不容易! 历经 8 年锲而不舍,卓家同把警示性健康教育原理、方法与警示技巧等著成《警示性健康教育与艾滋病的预防》一书,充分体现我国艾滋病预防工作的理论自信和实践成果。我深表敬意并衷心祝贺该书的出版发行。该书必将对我国艾滋病防控具有很大的推动作用。

中国科学院院士



2019 年 1 月 6 日

---

## 序二

认识卓家同,是因为他在疾控一线辛勤耕耘,工作有交织;了解卓家同,是因为发现他不仅是个实干家,更是善于总结、能写并会讲故事的“理论家”。卓家同主任医师1983年广西医科大学公共卫生学院本科毕业后到宾阳县防疫站工作,又于1985年到广西医科大学攻读公共卫生研究生,1987年硕士毕业后到广西中医药大学任讲师,1991年2月至今在广西壮族自治区疾病预防控制中心工作。曾于1994年到美国疾病预防控制中心学习研究脊髓灰质炎野毒株城乡循环规律,1997~1998年到美国埃默里大学公共卫生学院攻读公共卫生决策与管理研究生。回国后长期在广西疾病预防控制中心第一线工作,针对广西地处边远、交通不便、投入不足、基础薄弱的实际,把工作重点放在边远贫困地区,使广西如期实现消灭脊髓灰质炎,并在此基础上,创立流行高峰间隔法对麻疹暴发高危县进行预测甄别并局部强化免疫以定点清除麻疹暴发隐患的策略,使广西麻疹连续10年连年下降并于

2010年在全国率先达到消除麻疹的目标,得到卫生部陈竺部长批示推广。他针对迄今为止尚无疫苗预防又无药物可以治愈的艾滋病防控中仅对人类免疫缺陷病毒(HIV)感染者和艾滋病患者治疗和关爱并不能阻止我国农村中因不懂艾滋病的致命侵害而卖淫嫖娼导致艾滋病蔓延飙升,以及广西艾滋病2005年之后由吸毒传播转为性传播的实际,提出警示性健康教育预防艾滋病的建议得到李克强总理充分肯定并亲笔批示。他创立“自省式防艾”模式探索用警示性健康教育使村民自省自敛和自我防护,使广西艾滋病蔓延扩散得到有效遏制并使发病率连年下降。历经8年,卓家同主任医师把警示性健康教育原理、方法与警示技巧等著成《警示性健康教育与艾滋病的预防》一书,我衷心祝贺该书的出版发行。该书用健康教育方法对行为性疾病预防的创新与示范,必将对我国艾滋病预防控制乃至行为性疾病的预防控制起强大的推动作用。

行为性疾病、生态性疾病、环境性疾病等是新型疾病发生的特点,科学普及、健康教育等在防控疾病中发挥着重要作用,希望该书有益于此。

高福

中国科学院院士

中国疾病预防控制中心主任

2019年1月8日

---

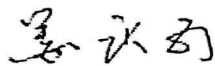
## 序三

艾滋病是由人类免疫缺陷病毒(HIV)感染人体免疫系统细胞,破坏与损伤机体免疫功能引起的一系列病变。HIV感染者发展为艾滋病的时间有很大的个体差异。从感染病毒到诊断为艾滋病的时间一般为5~15年,有时会更短或更长一些。至少目前仍然认为HIV感染不可治愈,期间艾滋病患者都可能是传染源。HIV感染需要特定的传播途径,往往是由不良行为引起的,但这些不良行为大多可以预防。目前尚无药物及疫苗可以预防艾滋病,通过健康教育改变不良行为是预防艾滋病的重要措施。对于诱惑行为产生的疾病进行警示性健康教育,使人们理性拒绝诱惑而不陷入泥潭来预防疾病则是预防艾滋病的一项创新性措施。

广西健康教育协会会长卓家同主任医师针对中国艾滋病2005年之后由吸毒传播转为性传播的现实及实际情况,提出警示性健康教育预防艾滋病的策略建议,得到国家领导人的高度关注。其创立的“自省式防艾”探索用

警示性健康教育并进村入户宣讲,教育村民自省自敛和进行自我防护,使广西艾滋病蔓延扩散得到有效遏制,发病率连年下降。卓家同主任医师把警示性健康教育原理、方法与警示技巧等一系列研究与实践进行总结,撰写《警示性健康教育与艾滋病的预防》一书,相信该书将会得到艾滋病预防界的关注。该书是对健康教育理论与实践的丰富和发展,也是用健康教育方法对行为性疾病进行预防的创新范例,将推动我国艾滋病防控及相关的疾病预防。

复旦大学公共卫生学院教授  
中国健康促进与教育协会会长



2019年1月10日

---

## 序四

艾滋病(AIDS)病毒——人类免疫缺陷病毒(HIV)的传播与流行对中国公共卫生是挑战也是机遇。相对非洲而言,中国稍为延后的 HIV/AIDS 流行为中国防控干预提供了窗口时间。卓家同教授是在早期就充分利用这一窗口机会宣传提高 HIV 流行的公共卫生严峻性认识并采取预防控制策略的先驱之一。针对农村特点,他在广西采用社区健康教育策略在晚上为社区居民和村屯农民宣讲艾滋病危害的方式,以提高人们对 HIV/AIDS 认识和预防意识。

其实,卓家同教授是 1994 年参加美国疾病预防控制中心和埃默里大学联合举办的《高级应用流行病学》学习班和 1997 年荣获汉佛莱学者在埃默里大学学习公共卫生决策与管理研究生课程才接触艾滋病预防与控制的,之后他便在广西壮族自治区采取艾滋病预防与控制的策略遏制艾滋病的流行和蔓延并走在中国同行前列。我是此时结识卓家同教授,我们也自 20 世纪 90 年代后期开

始长期合作。

广西是中国 HIV 传播较为严重的省份之一。从事免疫规划多年的卓家同教授早期工作是以循证医学为基础,着重不洁注射器传播乙型肝炎病毒(HBV)、传播 HIV 的预防并在全自治区实施。从脊髓灰质炎的消灭到消除麻疹的实践,深知公共卫生网络健全与人员队伍素质的提高是疾病预防控制的关键,他采取上至疾病预防控制中心下至卫生院防保科人员全员培训方式,使防控队伍加深对 HIV 流行严重性的认识和强化预防为主的观念。

综合考虑当地社会经济发展状况,卓家同教授在广西成功地将流行病学原理和公共卫生决策与管理方法应用于艾滋病预防实践。《警示性健康教育与艾滋病的预防》一书将预防艾滋病的科学与人文哲理融为一体,在对艾滋病认识与预防的措施采取上不论是卫生防病专业人员还是普通读者都开卷有益。我恭贺此书的出版发行。

美国疾病预防控制中心教授

阿伯利罕·谢胡 博士

2019 年 1 月 13 日

---

## Preface

Chinese public health offers unique opportunities and challenges to HIV epidemic control. The relatively late expansion of the HIV/AIDS epidemic in China as compared to African countries offered an intervention window, and Prof. Jiatong Zhuo was one of the first to exploit this opportunity to both increase recognition of HIV as a public health problem and to implement prevention and control strategies. He used HIV/AIDS health education strategies tailored to rural communities including events in the night to inform rural residents and farmers in Guangxi.

Indeed, his exposure to HIV control initiatives in the U. S. A. during the Advanced Applied Epidemiology training in 1994 and the 1997 Humphrey Fellowship at the U. S. A. CDC and the Emory University that helped Prof. Zhuo move ahead of his Chinese colleagues in exploring intervention opportunities in Guangxi Province. It was in this context that had the

opportunity to interact with Prof. Zhuo in the late 1990s.

Guangxi province had higher risk for HIV transmission than most other Provinces in China, and Prof. Zhou's early work focused on elevating the evidence base, highlighting the risk of injecting needle related transmission of HIV and HBV and engaging counties on prevention strategies. He knew from his polio and measles work that health care workers were the key to any prevention strategies and Prof. Zhuo embarked on a staggered training program for the entire province to expose health care professionals to state of the art concepts on HIV control.

Fully taking local socioeconomic development in to consideration, Prof. Zhuo successfully applied the principles of epidemiology and public health policy and management to navigate HIV control efforts in the region. This book consolidates current scientific information as relevant to his target audience and will help public health professionals to uptake and respond to the challenges of HIV control. I congratulate him on the publication.



Prof. Shahul H. Ebrahim, MD, MSc, PhD  
Centers for Disease Control and prevention, U. S. A

2019-1-13

---

## 前 言

艾滋病是一种目前尚无药物治愈也无疫苗预防的传染病,也是一种经不住婚外性行为诱惑招致感染的传染病。艾滋病的众多宣传都应指出其危害的严重性,使人杜绝婚外性行为招致感染。身体健康活动自如能省去就诊与服药的诸多烦恼,健康的身体要靠自身努力和自律,这就是习近平总书记说的“每个人都是健康的第一责任人”。你有多自律就有多健康。任何针对艾滋病危害轻描淡写的宣传,都会导致对艾滋病的了解与预防行为相分离的现状。本人提出警示性健康教育预防艾滋病的理念与策略,得到李克强总理的充分肯定并亲自批示。之后,创立“自省式防艾”模式,探索用警示性健康教育并进村入户宣讲,教育村民自省自敛和进行自我防护,使广西艾滋病蔓延扩散得到有效遏制,发病率在2012年之后连年下降。集警示性健康教育原理、方法与警示技巧等这一系列研究与实践,撰写的《警示性健康教育与艾滋病的预防》,包括艾滋病危害健康的机制、预防艾滋病涉及的

人生哲理和自我预防的行为方法、过度放纵招致艾滋病感染的警示事例,以及预防组织和实施框架及其效果。本书用健康教育方法对行为性疾病进行预防,希望这一创举对我国艾滋病乃至行为性疾病的预防控制产生强大的推动作用。

尽管本人历经努力,由于知识和能力有限,本书可能存在不足与错误,敬请广大读者批评指正。

卓家同

2019年1月6日

---

# 目 录

<b>第一章 做爱与防艾</b> .....	1
<b>第一节 人类正常的恋爱婚姻传宗接代一般</b> <b>不会染上艾滋病</b> .....	1
<b>第二节 夫妻之外的其他性行为是艾滋病</b> <b>传播蔓延的主因</b> .....	7
<b>第三节 艾滋病的常见临床表现及其国内外</b> <b>预防策略</b> .....	13
<b>第四节 预防艾滋病的警示性健康教育</b> .....	20
<b>第二章 警示性健康教育艾滋病预防课的讲解</b> <b>技巧</b> .....	29
<b>第三章 放纵染上艾滋病的案例</b> .....	40
<b>第一节 平凡与幸福生活</b> .....	40
<b>第二节 幸福靠自己创造</b> .....	45

第三节	幸福的追求与守候 .....	46
第四节	被艾滋病毁掉的人生 .....	48
第五节	肉贩子的一夜情 .....	55
第六节	如果时光可以倒流——一个艾滋病 患者的自述 .....	59
第七节	偷吃“禁果”痛失夫 .....	64
第八节	一失足成千古恨 .....	69
第九节	小妹 .....	75
第十节	负心丈夫染上艾滋病 .....	81
第十一节	艾滋病其实离我们很近 .....	86

<b>第四章</b>	<b>警示性健康教育的自省式防艾实施框架与 效果 .....</b>	<b>93</b>
第一节	原理与实施构架 .....	93
第二节	广西龙州县自省式防艾实施 8 年的 防控效果 .....	97
第三节	广西龙州县“自省式防艾”模式得到 政府采纳与推广 .....	105
第四节	广西龙州县乡村三级网络为预防艾 滋病提供新思路 .....	109

<b>第五章</b>	<b>警示性健康教育在预防艾滋病工作中的 效果评价 .....</b>	<b>112</b>
------------	---	------------

第六章 艾滋病预防中值得讨论的几个问题 .....	124
附件 1 李克强总理对“艾滋病高发区应调整 防控策略”的批示 .....	131
附件 2 卫生部部长陈竺对“艾滋病高发区应 调整防控策略”的批示 .....	133

---

## 第一章

# 做爱与防艾

### 【第一节】 人类正常的恋爱婚姻传宗接代 一般不会染上艾滋病

艾滋病是艾滋病病毒——人类免疫缺陷病毒(HIV)借助人的不正当性行为(多指夫妻之外的其他性行为)等途径感染和传播的一种传染病,即不正当性行为可以染上并传播艾滋病。那么人类传宗接代的做爱会不会染上艾滋病?人类正常的恋爱婚姻传宗接代一般不会染上艾滋病。下文从传宗接代开始阐述。

人类通过恋爱婚姻组建家庭的夫妻生活繁衍后代以生生不息。成年之后的恋爱是每个人的幸福追求。恋爱结婚是人生最美好的期盼。有一位曾经在西北高原插队的知青画家说,他下乡的时候,吃也吃不好,穿也穿不好,可是因为跟一个女知青好了,再苦的日子都觉得是甜的,