

远离艾滋 健康生活

一、何为艾滋病

艾滋病是获得性免疫缺陷综合征（简称 AIDS）的英文音译。它是由人类免疫缺陷病毒（简称 HIV，俗称艾滋病病毒）引起的恶性传染病。引起 AIDS 的病原 HIV 进入人体后，主要侵犯人体的免疫系统，攻击和杀伤人体免疫系统中起重要作用的 T 淋巴细胞，从而破坏人体的免疫功能，使大部分感染者抵抗疾病的能力极度下降，而使人体发生多种极为少见的、不可治愈的感染和肿瘤，最终导致感染死亡。

二、艾滋病如何传播

艾滋病虽然很可怕，但 HIV 病毒的传播力并不是很强，只有 3 个传播途径。

性接触传播：艾滋病感染者的精液或阴道分泌物中有大量的病毒，在性活动（包括阴道性交、肛交和口交）时，可以通过生殖器或直肠粘膜传播。生殖器患有性病（如梅毒、淋病、尖锐湿疣）或溃疡时，会增加感染 HIV 的危险。直肠的肠壁较阴道壁更容易破损，所以肛门性交的危险性比阴道性交的危险性更大。

血液传播输血传播：1. 如果血液里有 HIV，输入此血者将会被感染。

2. 血液制品传播：有些病人（例如血友病）需要注射由血液中提取的某些成分制成的生物制品。有些血液制品如含有艾滋病病毒，使用血液制品就有可能感染上 HIV。

3. 共用针具的传播：使用不洁针具可以把艾滋病病毒从一个人传到另一个人。例如：静脉吸毒者共用针具、医院里重复使用针具、吊针等。另外，使用被血液污染而又未经严格消毒的注射器、针灸针、拔牙工具、美容针、刀等都十分危险。

母婴传播：如果母亲是 HIV 感染者，那么她很有可能会在怀孕、分娩过程或是通过母乳喂养使她的孩子受到感染，故建议 HIV 感染者不要生育，如已生育要禁止母乳喂养。

三、艾滋病的病程

急性感染期：通常出现在感染 HIV 后的 1~6 周。感染者会出现发热、皮疹、淋巴结肿大、全身乏力、咽痛、关节疼痛和肝脾肿大

等症状，另外，还可以出现神经系统症状，少数感染者甚至出现急性无菌性脑膜炎的表现。

潜伏期：潜伏期约 2~15 年，平均 8 年。潜伏期间感染者可以没有任何临床症状。潜伏期内具有传染性，处于潜伏期的感染者往往是传播 HIV 的最大传染源。

艾滋病前期：在此期间，一些患者主要表现为不明原因的淋巴结肿大，并可持

续相当长的一段时间，但最终会发展为艾滋病病人。另外，也可能会有病毒性疾病的全身不适，肌肉疼痛等症状和各种特殊性或非复发性致命性感染。

艾滋病期：临床表现复杂多样，可分为三类：一类是最为常见的由于免疫功能低下而发生的各种各样的机会性感染，如结核、病毒疱疹、真菌感染等；第二类为各种恶性肿瘤，如淋巴瘤、卡氏肉瘤等；最后一类为 HIV 直接造成损伤而产生的临床症状，如 AIDS 痴呆综合征、外周神经炎等。

终期：免疫功能全面崩溃，病人出现各种

严重的综合病症，直至死亡。未经抗逆转录病毒治疗的艾滋病病人平均只能存活约 18 个月。

四、日常生活中会不会感染艾滋病

大量的事实已证明，HIV 在人体以外环境中的生存能力相当弱，如果暴露在空气中则很快就会死亡。一些常用的消毒剂如酒精、漂白粉、次氯酸钠、福尔马林等均可杀灭 HIV。因此 HIV 传播途径是十分有限的，日常生活接触，如握手、拥抱、礼节性接吻；同桌吃饭；共用餐具（碗筷）；咳嗽、打喷嚏；使用公用交通工具、劳动工具、办公用品；使用公用厕所；在公共游泳池里游泳等不会传播 HIV。

五、艾滋病的预防

直至今日，仍然没有可以彻底治愈艾滋病的药物和有效预防艾滋病的疫苗，但可以通过规范自身的行为来预防。主要预防措施：

1. 洁身自爱，恪守性道德是预防艾滋病的根本方法。
2. 提倡

安全的性行为，每次发生性行为时都正确使用质量合格的安全套。

3. 及时、规范的治疗性病，可大大降低经性途径传播感染 HIV 的可能。

4. 避免不必要的输血和注射，穿破皮肤的操作（如美容美发、拔牙等）时确保用具经过严格的消毒。

5. 拒绝毒品、戒断毒品，不共用注射器。

6. 女性感染者不要怀孕，如要生育要在专业医师的指导下做好阻断。

六、哪些人容易感染艾滋病

1. 艾滋病病人多因贫穷卖血或因经常输血、输注血液制品而感染的。

2. 共享针具静脉注射毒品者，除传染艾滋病外，尚可传染肝炎和梅毒等。

3. 卖淫嫖娼者及娱乐场所的人员，同性恋或其他有危险性行为者。

4. 艾滋病病毒感染者或艾滋病病人的配偶、性伴侣及感染艾滋病病毒后所生的子女。

5. 曾用过未经严格消毒的公用锐器文身、文眉、文眼线、文唇线、穿耳孔或剃须修面等。

6. 在小诊所、小医院用消毒不严、操作失范的器械手术、拔牙、创伤换药，特别是口腔伤口换药、妇科检查、刮宫、输卵管通液等。

7. 接受过未查艾滋病病毒抗体的组织、器官、精液等进行组织器官移植或人工授精者。

8. 经常诊治、护理艾滋病病人的医护人员，特别是曾被污染的艾滋病病毒的针头、刀剪或其他锐器刺伤皮肤者，或针灸医生自觉不自觉地用污染艾滋病病毒的银针自行测试针感染，经常为艾滋病病人做血液及各种分泌物化验检查者，以及医院病区的清洁工们。

9. 各种性病病人，特别是梅毒、尖锐湿疣、软下疳病人容易感染艾滋病。

10. 如果体表皮肤或黏膜有破口时，不慎接触了艾滋病病毒携带者或艾滋病病人，也可能感染艾滋病。（贾威）

你应该了解的麻疹防治知识

麻疹是由麻疹病毒引起的急性呼吸道传染病，多发生于冬春两季。临床表现以发热、流涕、打喷嚏、咳嗽、眼结膜炎、口腔黏膜出斑及全身皮肤斑丘疹等为主。麻疹是一种可防可治的疾病。

（一）传染源

病人为麻疹唯一的传染源。该病传染性强，一般认为出疹前后 5 天均有传染性，易感者直接接触后 90% 以上可得病。

（二）传播途径

麻疹病毒主要通过呼吸道飞沫（如病人咳嗽、打喷嚏时）经口、鼻、咽或眼结膜侵入易感者直接传播，密切接触者亦可经污染病毒的手传播。

（三）易感人群

凡未得过麻疹又未接种过麻疹疫苗者，接触麻疹病人后，均易被感染而发病。麻疹以小儿多见，6 个月至 5 岁婴幼儿发病率最高。6 个月以下的婴儿因为具有母源免疫力，极少发病。麻疹病人恢复后可获得持久的免疫力，极少会第二次感染。

（四）临床表现

麻疹潜伏期一般为 10~12 天。典型病程可分为三期：

1. 前驱期，又称出疹前期，约 3~5 日。主要症状有发热、咳嗽、鼻塞、流鼻涕、咽充血及嘶哑、眼结膜充血、流泪、怕光、食欲减退、恶心、呕吐、腹泻、全身不适等。口腔颊黏膜上有白色斑点，大小不等，为麻疹黏膜斑。呼吸道症状与患感冒类似。

2. 出疹期，发热 3~4 日出现皮疹，一般持续 3~4 天。皮疹一开始为稀疏淡红色斑疹，直径 2~4mm，皮疹增多后呈卵圆形或不规则形，皮疹间可见正常皮肤，出透后变为暗棕色。出疹一般先从耳后、发际部开始，渐渐波及前额、面、颈、躯干、四肢，等到最后手掌、足底出现皮疹时，就算出齐、出透了。

3. 恢复期，皮疹顺利出齐后，就开始消退，全身不适及呼吸道症状也逐渐减退，体温渐渐降至正常，咳嗽消失得晚些。皮疹消退顺序与出疹相同，一般在退热后 2~3 日全退。皮疹消退后皮肤有糠样脱屑，5~8 日消

失；还会有棕色色素沉着，1~2 周后完全消失。

4. 并发症，主要有肺炎、喉炎、心肌炎、脑炎、亚急性硬化性全脑炎等。其中重型麻疹死亡率高。

（五）预防措施

1. 接种疫苗。预防麻疹最好的方法是注射疫苗，主要对象为 1~2 岁幼儿，接种一次免疫力一般可持续 4~6 年，故需复种。

与麻疹病人密切接触者，可进行应急接种预防麻疹。

2. 控制传染源。加强对病人的管理，坚持早发现、早诊断、早隔离、早治疗。发现麻疹病人后，应严格隔离至出疹后 5 天，如有并发症时应延长至 10 天。与病人密切接触者应医学观察 3 周。

3. 切断传播途径。常晒被褥、衣物、玩具等，常晒太阳，注意开窗通风换气，室内保持清洁。在麻疹流行期间，尽量不到公共场所或人多拥挤处。

（贾威）

作者简介

贾威，男，主治医师，感染科主任，大学本科，学士学位，曾获省、市级艾滋病救治先进个人，发表学术论文数篇。自 2002 年工作以来，他始终从事感染性疾病治疗工作，在手足口病、麻疹、水痘、流行性腮腺炎、艾滋病、结核病、流行性脑炎、发热待查等感染性疾病救治诊疗过程中，具有丰富的临床经验及治疗水平。



“传染病救治”协办单位：周口市传染病医院

全市唯一经省卫生厅批准的传染病专科医院

全市肝病、结核病、艾滋病治疗定点医院

电话：8505911（肝病）8505925（结核病）8505987（艾滋病）

地址：周口市市中州大道北段（市区乘 4 路车直达）