

珍爱生命，远离艾滋

◎绵阳市妇幼保健院 倪文元

艾滋病（AIDS）是由人类免疫缺陷病毒（HIV）引起的慢性传染病，HIV病毒通过攻击人体免疫系统，特别是CD4+T细胞，导致免疫功能逐渐衰弱，使身体容易感染各种疾病。艾滋病通过血液、性接触和母婴传播等途径传播，且不分性别、年龄、种族。自20世纪80年代首次发现以来，全球艾滋病的传播呈上升趋势，特别在高危人群中更为严重。虽然艾滋病尚无完全治愈的方法，但通过抗病毒治疗（ART），可以有效控制病毒传播，提高患者的生活质量。

传播途径

1.性传播：主要通过不安全的性行为传播，无论是同性还是异性性接触，只要一方携带HIV病毒，病毒可通过精液、阴道分泌物和血液传播。因此，保持安全性行为是预防艾滋病的重要措施。

2.血液传播：HIV也可通过接触感染者的血液传播，如共享针具、输血或器官移植等，特别是非法注射毒品者中，病毒传播的风险较高。

3.母婴传播：艾滋病病毒可通过怀孕、分娩或母乳喂养传播给婴儿。抗病毒治疗可以显著降低母婴传播的风险，但若不采取措施，传播仍可能发生。

4.其他传播途径：除了上述途径，医疗器械的重复使用或未消毒的注射器也可能导致病毒传播。

症状与诊断

艾滋病症状根据免疫状况分为急性期、潜伏期和艾滋病期。

1.急性期症状：感染HIV后2~4周，患者可能出现类似流感的症状，如发热、喉咙痛、肌肉痛、淋巴结肿大等，通常持续2~4周。此时病毒快速复制，免疫系统开始受损，传播风险较高。

2.潜伏期症状：急性期后进入潜伏期，HIV继续复制，但患者通

常无明显症状，免疫系统逐渐受损。此阶段可持续多年，患者仍能传播病毒。

3.艾滋病期症状：未治疗的HIV感染者最终会进入艾滋病期，免疫系统严重衰弱，易感染机会性感染和肿瘤，症状包括持续发热、体重减轻、频繁感染、皮肤病等。艾滋病期为HIV终末阶段，未治疗的死亡率很高。

防治措施

1.安全性行为：性传播是艾滋病的主要途径，使用避孕套能有效预防HIV传播，高风险群体（如男男性行为者、性工作者）应定期进行HIV检测并采取严格防护措施。

2.不共用注射器具：吸毒者应避免共用针具，使用消毒的注射工具可减少病毒传播。政府应推动针具交换项目，提供清洁工具。

3.抗病毒治疗：及时进行抗病毒治疗（ART）可以有效控制病毒复制，减少艾滋病发展，降低病毒传播风险，提高患者生活质量。

4.母婴传播防治：孕妇感染HIV应在医生指导下使用抗病毒药物，分娩时采用剖宫产，避免母乳喂养，从而降低母婴传播风险。

5.HIV检测与咨询：定期进行HIV检测，早期发现感染者并进行抗病毒治疗，特别是高风险人群，

能够有效预防病情恶化。

社会支持与公众教育

1.消除歧视：艾滋病患者常面临社会歧视，影响其治疗和社会融入。社会应加强对艾滋病的理解与包容，消除偏见，提供公平治疗机会。

2.公众教育与宣传：提高公众对艾滋病的认知，通过政府、非政府组织和媒体开展宣传，增强预防意识，减少不安全性行为，降低传播风险。

3.全球合作：艾滋病防治是全球性挑战，国际社会应加强合作，提供技术、资金和医疗支持，尤其向低收入和高危地区提供帮助，共同推动防治工作，实现“零新发感染、零歧视、零死亡”。

艾滋病是一种严重的传染病，但随着现代医学的发展，特别是抗病毒治疗的进步，艾滋病患者的生存状况得到了显著改善。尽管如此，艾滋病依然是全球健康面临的重要挑战之一。通过加强预防、检测、治疗和社会支持，可以有效减少艾滋病的传播，保护更多人的生命健康。珍爱生命，远离艾滋，我们每个人都有责任为艾滋病的防治贡献力量，共同努力营造一个更加健康、安全的社会环境。😊