



人类免疫缺陷病毒 (HIV-AIDS)

HIV是一种通过感染CD4淋巴细胞来损害免疫系统的病毒。感染者更易患上其他感染和某些类型的癌症。HIV可分为两种：1型和2型。

它是如何传播的？

它可以通过无保护的性行为（生殖器、肛门或口腔）或静脉注射毒品传播，即通过接触受感染的体液如血液、阴道分泌物或精液传播。且未采取适当卫生措施的穿孔或纹身以及母乳喂养也存在传播风险。

它的非传播途径有哪些？

它不会在日常生活的普通接触中传播，如在工作场所或学校的接触。与宠物或被昆虫叮咬也不会传播HIV。接触无伤口的皮肤、汗液、眼泪、唾液、咳嗽或打喷嚏都不会传播HIV。

如何知道自己是否感染？

- **HIV快速检测**：通过手指血样检测，约20分钟内可知结果。如果呈为阳性，需要进行静脉血液检测以确认。
- **静脉血液检测**：一般在感染后的第三周可检测到病毒。如果结果为阳性，需要重复检测以确认。如果结果为阴性，根据个体风险应在3-6个月后复查。您的家庭医生可以在保密、自愿和免费的情况下为您安排检测。

它有哪些症状？

HIV感染初期常被忽视，仅通过血液分析识别，但一些患者可能出现类似流感的症状、皮疹或疲劳。

晚期或未治疗的HIV患者更易感染其它病毒、细菌和真菌，这些感染可能更加严重。

它会导致其他问题吗？

即使经过正确治疗，HIV的慢性感染仍会增加患其他疾病（如心血管疾病、骨质疏松症等）的风险。

治疗方法是什么？

需要长期服用抗逆转录病毒药物。为避免耐药性，必须坚持治疗。且尽早开始治疗，以保持良好的免疫水平并将病毒控制在最低水平（病毒载量低于可检测值）。当病毒载量低于可检测值时可阻断性传播。建议保持健康的生活习惯，避免吸烟和其他有害物质，控制胆固醇、血糖和血压水平。

应该如何预防？

通过正确使用**避孕套**，可预防HIV和其它**性传播疾病**；口服**PrEP**（暴露前预防），即在高风险性行为前服药，以及**PEP**（暴露后预防），即在高风险接触后72小时内服药，也可预防HIV。

吸毒者应使用无菌器具，避免共享配制或注射工具。

