

我会得艾滋病么？
我该怎么办？



— 艾滋病咨询检测指南



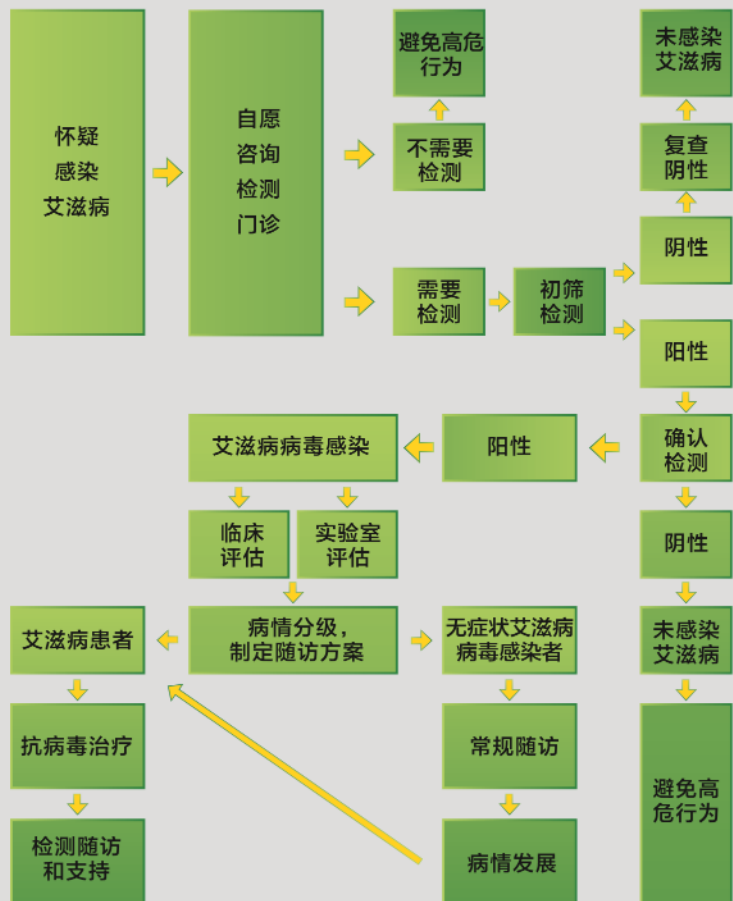
国家卫生计生委宣传司 中国健康教育中心

目录

艾滋病咨询检测治疗流程图



- 01** 艾滋病咨询检测治疗流程图
- 02** 艾滋病常见问题解释
 - 02 怎么预防感染艾滋病病毒?
 - 03 怀疑自己有可能感染艾滋病病毒该怎么办?
 - 04 哪些机构可以提供艾滋病自愿咨询检测服务?
 - 05 哪些行为有可能感染艾滋病病毒?
 - 06 艾滋病的传染源都有哪些?
 - 07 发生高危暴露后24小时内该怎么做?
 - 08 艾滋病检测前需要做哪些准备?
 - 08 如何确诊艾滋病病毒感染?
 - 09 检测结果为阴性能否排除艾滋病病毒感染?
 - 10 确诊感染了艾滋病病毒后怎么办?
 - 11 感染艾滋病病毒后应进行哪些评估?
 - 11 艾滋病感染者或患者定期随访都包括哪些内容?
 - 12 什么时候需要进行艾滋病药物治疗?
 - 13 国家有哪些针对艾滋病的政策?
- 14** 艾滋病常见名词解释
- 16** 艾滋病信息网站
- 17** 全国艾滋病咨询热线电话一览表





艾滋病常见问题解释

怎么预防感染艾滋病病毒？

- ① 预防经性接触传播：遵守性道德，固定性伴侣，安全性行为是预防艾滋病经性途径传播的有效措施。正确使用质量合格的安全套（避孕套）可以大大降低感染艾滋病病毒的风险。
- ② 预防经血液传播：远离毒品，不与别人共用注射器吸毒。不接受未经艾滋病病毒抗体检测合格的血液、血制品和器官；不使用未经严格消毒的注射器；不与别人共用剃须刀或未经消毒的美容、纹身等医疗器械。
- ③ 预防母婴传播：感染艾滋病病毒的女性决定怀孕前一定要做好医学咨询，要在医生的指导下采取母婴阻断的方式降低孩子感染的风险，产后要避免母乳喂养，并对孩子采取抗病毒药物干预等措施。



应该到艾滋病自愿咨询检测门诊（VCT门诊）进行咨询检测，VCT门诊的医务人员会根据您的情况判断是否需要进行艾滋病检测，以确诊是否感染艾滋病病毒。



哪些机构可以提供 艾滋病自愿咨询检测服务?

各级疾病预防控制中心和医疗卫生机构设立的艾滋病自愿咨询检测门诊（VCT门诊）可以提供相关服务，具体可以通过当地艾滋病咨询热线或到当地疾病预防控制中心（卫生防疫站）了解相关信息。



哪些行为 有可能感染艾滋病病毒?

- (1) 性途径：无保护性交，有多个性伙伴，男男同性性行为等。
- (2) 血液途径：与别人共用注射器静脉注射吸毒；使用未经严格消毒的注射器、针头；使用未经检测的血液或血制品；移植被艾滋病病毒污染的组织、器官。
- (3) 母婴途径：感染艾滋病病毒的女性怀孕、生育和哺乳，都可能造成孩子感染艾滋病病毒。
- (4) 其它途径：理发、美容、纹身、扎耳朵眼、修脚等用的刀具未消毒；与其他人共用剃须刀、牙刷；外伤和打架斗殴引起的流血交叉感染；救护伤员时，救护者破损的皮肤接触伤员的血液。





发生高危险暴露后24小时内 该怎么做？

- 发生了高危险暴露后，应尽快用流动水清洗污染的皮肤或黏膜。如有伤口，应当在伤口旁轻轻挤压，尽可能挤出损伤处的血液，再用肥皂液和流动水进行冲洗，但禁止进行伤口的局部挤压。伤口冲洗后，应当用消毒液，如75%乙醇或者0.5%碘伏进行消毒，并包扎伤口；
- 尽快与医疗卫生机构联系，对危险程度进行评估。并根据情况评估是否实施预防性用药。预防性用药应尽早开始，越快越好，最好在4小时内实施，最迟不得超过24小时；即使超过24小时，也应当实施预防性用药。

艾滋病病毒存在于感染者和病人的体液、器官组织内，感染者和病人的血液、精液、阴道分泌物、乳汁、伤口渗出液中含有大量艾滋病病毒，具有较强的传染性。泪液、唾液、汗液、尿、粪便等在不混有血液和炎症渗出液的情况下，传染性极低。





艾滋病检测前需要做哪些准备？

无需特殊准备，也无需空腹、禁食，而且生病、服药不会影响检测结果。

如何确诊艾滋病病毒感染？

检测血液中的艾滋病病毒抗体是目前最常用，最可靠的确诊艾滋病病毒感染的方法。一般要经过两个步骤，首先要做初筛检测，如果结果为阳性或可疑阳性，再做确证检测，确证检测阳性才能诊断为艾滋病病毒感染。



检测结果为阴性 能否排除艾滋病病毒感染？

人体感染艾滋病病毒后需要一段时间体内的抗体量才能被检出，这段时间叫窗口期。一般为2周-3个月，如果过了诊断时间血液中仍检测不出抗体，说明未被感染。因此一般在高危行为发生后的第4周、第8周、第12周及6个月时，对艾滋病病毒抗体进行检测。如果第6个月后抗体初筛检测仍为阴性，基本可以排除艾滋病病毒感染。



确诊感染了艾滋病病毒后怎么办？

- 保持乐观情绪，合理营养，适当锻炼，避免合并感染其他疾病。
- 如实将自己感染艾滋病的事告诉配偶或性伴侣，并坚持正确使用安全套；提醒自己有责任不将艾滋病传染给他人。
- 遵从医生嘱咐，定期就医，配合治疗。



感染艾滋病病毒后应进行哪些评估？

确诊感染了艾滋病病毒后，医生会对每位患者进行临床评估和实验室评估，以确定艾滋病病毒感染的疾病分期，以制定相应的随访和治疗计划。

- 临床评估包括：体格检查以发现艾滋病病毒感染相关的临床表现，如淋巴结肿大、皮肤和口腔病变、神经系统表现或其他表现等。
- 实验室评估包括：CD4⁺T淋巴细胞检测、病毒载量检测和其他相关实验室检测。

艾滋病感染者或患者定期随访 都包括哪些内容？

医生会根据疾病分期将感染者或患者纳入随访关怀系统。

- 无症状感染者和CD4⁺T淋巴细胞计数高的感染者将在艾滋病防治机构门诊接受常规随访。每六个月进行一次CD4⁺T淋巴细胞计数检测，以评估疾病进展和机会性感染的发生。同时提供营养、预防咨询、免疫接种、社会支持和定期的基本医疗关怀。
- CD4⁺T淋巴细胞计数达到一定标准或出现艾滋病相关症状的患者，医生将评估是否符合免费抗病毒治疗的入选条件，适合治疗的患者将进行抗病毒治疗前的准备工作，包括治疗前患者教育及制定治疗依从性支持方案。



什么时候需要进行艾滋病药物治疗?



国家有哪些针对艾滋病的政策?

符合以下情况时需要进行艾滋病抗病毒药物治疗。

- 急性感染期，建议治疗
- 处于WHO分期III、IV期的患者
- $CD4^+$ T淋巴细胞计数 ≤ 350 个/ mm^3
- $CD4^+$ T淋巴细胞计数在350~500个/ mm^3 ，但符合以下任意情况之一：
 - ① 高病毒载量 >100000 拷贝/毫升
 - ② $CD4^+$ T淋巴细胞计数下降较快（每年降低 >100 个/ mm^3 ）
 - ③ 年龄 >65 岁
- 任何 $CD4^+$ T淋巴细胞水平，但符合以下任意情况之一：
 - ① 合并活动性结核
 - ② 合并活动性乙型病毒性肝炎，需抗乙肝病毒治疗
 - ③ 艾滋病病毒相关肾病
 - ④ 妊娠
 - ⑤ 配偶或性伴中感染艾滋病病毒的一方

“四免一关怀”政策

① “四免”分别是：

- 农村居民和城镇未参加基本医疗保险等医疗保障制度的经济困难人员中的艾滋病病人，可到当地卫生部门指定的传染病医院或设有传染病区（科）的综合医院服用免费的抗病毒药物，接受抗病毒治疗；
- 所有自愿接受艾滋病咨询和检测的人员，都可在各级疾病预防控制中心和各级卫生行政部门指定的医疗机构，得到免费咨询和艾滋病病毒抗体初筛检测；
- 对已感染艾滋病病毒的孕妇，由当地承担艾滋病抗病毒治疗任务的医院提供健康咨询、产前指导和分娩服务，及时免费提供母婴阻断药物和婴儿检测试剂；
- 地方各级人民政府要通过多种途径筹集经费，开展艾滋病遗孤的心理康复，为其提供免费义务教育。

② “一关怀”指的是国家对艾滋病病毒感染者和患者提供救治关怀，各级政府将经济困难的艾滋病患者及其家属，纳入政府补助范围，按有关社会救济政策的规定给予生活补助。扶持有生产能力的艾滋病病毒感染者和患者从事力所能及的生产和工作。



艾滋病常见名词解释

艾滋病病毒 (HIV)

艾滋病病毒，即人类免疫缺陷病毒（英文缩写HIV）是一种变异能力极强的逆转录病毒。HIV直接侵犯人体的免疫系统，破坏人体的细胞免疫和体液免疫。它主要存在于感染者和病人的体液（如血液、精液、阴道分泌物、乳汁等）及多种器官中，它可通过含HIV的体液交换或器官移植而传播。

艾滋病(AIDS)

艾滋病医学全名为获得性免疫缺陷综合征（英文缩写AIDS）。它是由艾滋病病毒感染而引起的一种传染性疾病。艾滋病病毒侵入人体后，破坏人体的免疫系统，使感染者逐渐丧失对各种疾病的抵抗能力，造成各种机会性感染、肿瘤等，最终死亡。目前还没有针对艾滋病的疫苗和可治愈艾滋病的药物，但是现有的抗病毒治疗可以有效抑制病毒复制，延缓疾病进程，提高患者生活质量。

窗口期

人体感染艾滋病病毒后需要一段时间抗体才能被检出，这段时间叫窗口期。一般为2周~3个月。

艾滋病自愿咨询检测 (VCT)

是指人们在经过咨询后能对艾滋病病毒检测做出明智选择的过程，是自愿和保密的。自愿咨询包括检测前咨询、检测后咨询、预防性咨询、支持性咨询和特殊需求咨询等。通过自愿咨询和检测，不仅可以尽早发现、及时治疗和预防感染，为受检者（特别是感染者）提供心理支持，而且可以促使受检者减少危险行为，预防艾滋病病毒的传播。所有自愿接受艾滋病咨询和病毒抗体检测的人员，都可在省、市（地）、县（区）各级疾病预防控制中心和各级卫生行政部门指定的医疗机构，得到免费咨询和艾滋病病毒抗体初筛检测。

无症状期

人体感染HIV后需经过0.5~20年，平均7~10年的时间才能发展为AIDS病人，这段时间称为无症状期。处于无症状期的HIV感染者的血液、精液、阴道分泌物、乳汁、脏器中含有HIV，具有传染性。一旦病毒感染发生，在没有抗病毒药物使用前，病毒对身体多个器官、系统造成持续损害。

机会性感染

是指一些在人体免疫功能正常时不能致病的病原体，当人体免疫功能降低时（如艾滋病感染后），它们会乘虚而入，导致各种感染，因此，被称为机会性感染。

CD4⁺T淋巴细胞计数

CD4⁺T淋巴细胞是人体的免疫细胞，是HIV主要攻击的细胞。人体感染了HIV后主要表现为CD4⁺T淋巴细胞绝对数量减少。因此临床上用CD4⁺T淋巴细胞计数作为直接衡量免疫功能的方法，是HIV感染者免



疫系统损害状况最明确的指标。CD4⁺T淋巴细胞正常值为800-1200个/mm³。艾滋病病毒感染者的CD4细胞计数出现进行性或不规则性下降，当CD4⁺T淋巴细胞计数小于200个/mm³时，标志着免疫系统受到严重损害，可能发生多种机会性感染或肿瘤。

病毒载量

简单的说就是通过检测测量到的每毫升血液里HIV-RNA的含量，单位是拷贝(copy)。病毒载量反映了感染者血液中病毒含量的水平，是检测感染情况、指导治疗、反映疗效和估计预后的重要指标。

艾滋病相关信息网站

1. 中国疾病预防控制中心性病艾滋病预防控制中心：
<http://www.chinaids.org.cn/n16/index.html>
2. 全国艾滋病信息资源网络：<http://www.chain.net.cn>
3. 中国性病艾滋病防治协会：<http://www.aids.org.cn/>
4. 联合国艾滋病规划署 (UNAIDS)：
<http://www.unaids.org.cn/cn/index/>

单位名称	所在地	电话号码
全国艾滋病咨询热线电话		12320
北京性病艾滋病防治协会	北京	010-62238683
天津市疾病预防控制中心	天津	022-24322222
河北省疾病预防控制中心	石家庄	0311-86573430
山西省太原市疾病预防控制中心	太原	0351-7821012
内蒙古疾病预防控制中心	呼和浩特	0471-5984922
辽宁省健康教育中心	沈阳	024-23395239
辽宁省疾病预防控制中心	沈阳	024-23388567
吉林省长春市疾病预防控制中心	长春	0431-82738320
黑龙江省疾病预防控制中心	哈尔滨	0451-55153690
江苏省疾病预防控制中心	南京	025-83759336
上海市艾滋病咨询热线电话	上海	021-12320
浙江省疾病预防控制中心	杭州	0571-87115318
安徽省皮防所	合肥	0551-5565427
福建省疾病预防控制中心	福州	0591-87511114
江西省疾病预防控制中心	南昌	0791-8319807
山东省疾病预防控制中心	济南	0531-82603177
山东省健康教育所	济南	0531-82679501
河南省郑州市疾病预防控制中心	郑州	0371-63942520
湖北省艾滋病咨询热线电话	武汉	027-12320
湖南省疾病预防控制中心	长沙	0731-84305917
广东省疾病预防控制中心	广州	020-84462000
广西壮族自治区疾病预防控制中心	南宁	0771-5327110
海南省皮防所	海口	0898-66731720
四川省皮防所	成都	028-86649718
重庆市疾病预防控制中心	重庆	023-663847457
贵州省疾病预防控制中心	贵阳	0851-5615154
云南省疾病预防控制中心	昆明	0871-3611773
西藏自治区疾病预防控制中心	拉萨	0891-6346396,6342599
陕西省疾病预防控制中心	西安	029-82221424
甘肃省疾病预防控制中心	兰州	0931-12320, 8270001-4
青海省疾病预防控制中心	西宁	0971-6145819, 8237516
宁夏回族自治区疾病预防控制中心	银川	0951-4073025
新疆维吾尔自治区疾病预防控制中心	乌鲁木齐	0991-2611194
香港卫生署	香港	0852-27802211
香港红丝带中心	香港	0852-23372121
香港艾滋病基金会	香港	0852-25130513