

---

# 艾滋病知识常见问题问答

## 艾滋病病毒藏匿何处？

艾滋病病毒可以存在于人体的许多体液中，包括血液、精液、阴道分泌物和乳汁。

## 艾滋病病毒如何传播？

艾滋病病毒可以通过以下途径传播：

- 无保护的插入性交（阴道或者肛门），口交
- 输入受艾滋病病毒污染的血液
- 共用受艾滋病病毒污染的针管、针头或其他边缘锐利的器具
- 怀孕、生产和哺乳期间，由感染了艾滋病病毒的母亲传染给婴儿

## 日常生活接触会感染艾滋病病毒吗？

艾滋病病毒不会在公共场合、学校或者工作场所通过日常接触传播。握手、拥抱、共用卫生间、与艾滋病感染者共用一个杯子喝水、一起运动或者接触到艾滋病病毒感染者的喷嚏和咳嗽，都不会感染艾滋病病毒。所以，不必害怕与艾滋病病毒感染者进行日常交流。

## 如何降低经性途径感染艾滋病病毒的风险？

- 不发生性行为
- 性伴侣彼此忠诚，且双方都没有感染艾滋病病毒
- 非插入性交
- 坚持每次性交时正确使用男用或女用安全套

## 还有其他的方法降低经性途径感染艾滋病病毒的风险吗？

- 推迟第一次性交的年龄
- 减少性伴侣的数量
- 去做诊断并治疗性传播疾病

## 如何预防艾滋病经其他途径传播？

- 不注射毒品；或如果注射毒品，每次都使用新的一次性注射器和针头
- 需要输血或血制品时，只使用经过艾滋病检测、符合血液安全标准的血液和血制品

## 什么是安全的性行为？

性行为不可能是 100% 完全安全的。安全的性行为包括采取各种预防措施，降低通过性行为传染或感染性传播疾病，包括艾滋病的可能性。每次性行为时都正确使用安全套就是一种安全的性行为。

## 安全套能预防艾滋病吗？

有质量保证的男用和女用安全套是目前唯一可以预防性传播疾病（包括艾滋病）的方法。每次性交时都正确使用安全套被证明是预防艾滋病病毒传播的有效方法，对男人和女人都是如此。

然而，除非不发生性行为，其他任何的保护措施都不能做到 100%的安全，安全套也是如此。为了能保证安全套最有效地发挥保护作用，每次性交时都要始终正确地使用安全套。不正确地使用安全套可能导致安全套滑落或者破裂，因而降低安全套的保护作用。

### 什么是女用安全套？

女用安全套是目前市面上唯一一种由女性主动使用的避孕措施。女用安全套由坚固耐磨、质地柔软、透明的聚氨酯材料制成的保护套。在性交前，将其放入阴道中，覆盖住阴道粘膜表面。每次性交时正确使用，可以防止怀孕和包括艾滋病在内的各种性传播疾病。

### 接吻会感染艾滋病病毒吗？

一般的接吻不会传播艾滋病；目前也还没有发现由于接吻而通过唾液感染艾滋病病毒的任何证据。

### 人体穿环或者刺青会感染艾滋病吗？

如果使用未经消毒的针具穿环或者刺青，确实存在感染艾滋病病毒的风险。所以任何需要穿破皮肤的针具都应该经过消毒或者仅使用一次即废弃。

### 与一个感染者共用剃须刀会感染艾滋病病毒吗？

被任何未消毒的器具，如刀和剃须刀，割破皮肤都可能感染艾滋病病毒。应该尽可能避免与他人共用剃须刀、刀和其他锋利的器具；除非能够保证在每次使用前都彻底消毒。

### 有什么方法能保证与艾滋病病毒感染者发生性关系、但绝对不会感染艾滋病？

当与艾滋病病毒感染者发生性关系时，没有任何一种方法能完全杜绝感染。然而，坚持正确使用安全套，可以极大地降低感染的风险。

### 两个艾滋病病毒感染者进行没有保护的性行为是安全的吗？

不是。即使两个人都已经感染了艾滋病病毒，不采取保护措施性交会引起艾滋病病毒不同毒株的双重感染或感染其他性传播疾病。所以，即使双方都已经感染了艾滋病病毒，依然要坚持正确使用安全套。

### 如何预防艾滋病病毒由母亲传染给婴儿？

一个感染了艾滋病的母亲可能会在以下几个阶段将艾滋病病毒传给婴儿：怀孕期间、生产期间和哺乳期间。以下几种措施可以降低母婴传播的概率：

- 抗病毒治疗
- 剖腹产
- 只有在替代喂养可接受、可行、可负担、可持续和安全的情况下，才应避免母乳喂养。如果替代喂养不能实现，建议在婴儿 6 个月后停止母乳喂养。

### 静脉注射吸毒的人怎样降低感染艾滋病病毒的风险？

注射吸毒的人更有可能感染艾滋病病毒，因为他们可能会将病毒直接注入血液中。下面的步骤可以帮助他们降低感染的风险：

- 口服毒品（例如，使用毒品的方式从注射改为非注射）
- 不要重复使用或者与他人共用注射器、针头、水或者用于溶解毒品的器皿

- 每次都使用新的注射器和针头（通过可以信赖的途径获得注射器和针头，如药店或者针具交换项目）
- 溶解毒品时，使用来源可靠、清洁的水或者蒸馏水
- 在注射之前，用干净的酒精棉球消毒皮肤

#### 医务工作者如何在医疗服务中预防艾滋病？

普遍防护原则是预防感染的指导原则，用于保护医务工作者和病人，避免通过血液或某些体液而感染疾病。因此，医务工作者应该严格遵循普遍防护的原则。

普遍防护原则包括：

- 妥善处置锐利的器具（任何可能引起皮肤损伤的物品，如针头、剃刀和刀片、刀具、穿刺器械，外科手术用锯，破碎的杯子和指甲）
- 在任何医疗处置之前和之后，用肥皂和水彻底清洗双手
- 当需要直接接触血液和其他体液时，采取一定保护措施，如橡胶手套、隔离衣，围裙，口罩和护目镜
- 正确地处置被血液和体液污染的医疗废弃物
- 消毒被污染的器具和设备
- 正确处置被血液、粪便或其他体液污染的床褥和衣物

#### 如果感染了艾滋病怎么办？

觉得自己可能感染了艾滋病时，你应该立刻向当地的医疗服务机构寻求帮助，获得艾滋病的咨询和检测。如果确认感染了艾滋病，你应该采取相应的防护措施预防艾滋病传染给他人。

#### 什么是暴露后预防？

在暴露于可能含有艾滋病病毒的血液或体液之后 72 小时内，抗病毒药物可以帮助预防艾滋病，这种方法叫做艾滋病暴露后预防。然而，艾滋病暴露后预防不是 100%有效的，即使是在暴露后第一时间立刻使用也是如此。所以，预防艾滋病的关键是在事前采取正确的预防措施。

#### 艾滋病只传染男男性行为人群和吸毒人群吗？

不是。如果发生没有保护措施性行为、使用未经消毒的注射器具或者输入了受污染的血液，任何人都有可能感染艾滋病病毒。婴儿也有可能从母亲怀孕、生产和哺乳过程中从母亲那里感染艾滋病病毒。在全球艾滋病感染的病例中，有 90%是由于性传播，60-70%是由于同性性行为。

#### 从外表能判断一个人是否感染艾滋病病毒吗？

不能。仅从外表，无法判断一个人是否感染了艾滋病病毒。感染了艾滋病病毒的人也可能看起来非常健康、精力充沛，但是他依然可能将艾滋病病毒传染给他人。血液检测是确认一个人是否感染艾滋病病毒的唯一方法。

#### 一个人有可能同时感染多种性传播疾病吗？

是的。一个人可能同时感染多种性传播疾病。每种感染都需要有针对性的治疗；而且没有人能对性传播疾病获得免疫，一个人可能反复感染同一种疾病。许多男性和女性在感染性传播疾病早期时，不会觉察任何不适；然而，病毒依然可能传染给他们的性伴侣。患有性传播疾病的人更容易感染艾滋病病毒。

### 如果已经开始抗病毒药物治疗，艾滋病病毒还会传染给其他人吗？

抗病毒治疗不能预防艾滋病毒的传播。它能将病毒载量降低到检测不到的程度，但是艾滋病病毒依然存在人体体内，依然可以通过性交、共用针具或者母婴的方式传染给其他人。

### 蚊虫叮咬会传播艾滋病病毒吗？

蚊子或其他昆虫不会传播艾滋病病毒。即使病毒进入蚊子或其他叮咬人的昆虫体内，也不能在其体内繁殖。所以，昆虫不能感染艾滋病病毒，也不会将病毒传播给下一个被叮咬人。

### 男性包皮环切手术可以预防艾滋病传播吗？

最近的研究显示，男性包皮环切手术能够减少通过性途径传播艾滋病的危险。然而，手术并不能100%完全预防，接受过手术的男性依然可能被感染，或者将病毒传染给他人。男性包皮环切手术虽然不能替代其他行之有效的预防措施，但仍被认为是艾滋病综合预防策略的一部分。