

·党为人民谋健康的 100 年·科普小知识

如何应对 HIV 感染

李培龙¹ 李东民¹ 冯一冰² 李萌³ 王璐¹

¹ 中国疾病预防控制中心性病艾滋病预防控制中心, 北京 102206; ² 首都医科大学附属复兴医院月坛社区卫生服务中心, 北京 100045; ³ 郑州大学公共卫生学院 450052

通信作者: 王璐, Email: wanglu64@chinaaids.cn

【关键词】 HIV; 艾滋病; 性传播疾病

DOI: 10.3760/cma.j.cn331340-20210823-00166

1. 什么是 HIV?

HIV, 又被称为人类免疫缺陷病毒、艾滋病病毒, 是造成人类免疫系统缺陷的一种逆转录病毒。HIV 主要破坏人体免疫系统中 CD4⁺T 淋巴细胞, 使人体丧失免疫功能, 致使宿主在被感染时得不到保护。

2. 感染 HIV 后有哪些症状和危害?

人体感染 HIV 后, 会终身携带该病毒, 无法完全治愈。HIV 感染者在临床上会经历 3 个时期, 分别是: 急性感染期、无症状期、艾滋病期。急性感染期常发生在感染 HIV 后的 2~4 周, 此时病毒在体内大量复制, 病毒传播力最强。无症状期可能发生在急性感染期之后, 感染者也可能没有明显的急性期症状直接进入无症状期。此时人体产生了 HIV 抗体, 感染者体内的病毒载量开始下降至一个相对较低的水平, 经过平均 7~10 年的潜伏期, 最终发展为艾滋病患者。需要注意的是, 有约 2% 的感染者, 在 1~2 年进展为艾滋病期。如果没有得到及时治疗, 进入艾滋病期后, 人体 CD4⁺T 淋巴细胞会在数月或 1~2 年内减少至零, 艾滋病患者会出现艾滋病的相关症状、各种机会性感染和肿瘤, 丧失劳动能力, 并危害生命。

3. HIV 传播途径是哪些?

HIV 主要存在于感染者的血液、精液、阴道分泌物、组织液、淋巴液、脑脊液和乳汁等体液中, 可通过包括异性和同性的性接触、血液感染及母婴垂直传播三种途径感染。虽然可以从唾液、泪液、尿液和汗液中分离到 HIV, 但上述体液并不能造成 HIV 的传播。没有证据证明 HIV 可以通过上述 3 种传播途径以外的其他途径传播。

4. 蚊虫会传染艾滋病吗?

蚊虫叮咬不会传播 HIV, 蚊子是一种常见的昆虫, 靠吸血为生, 在吸食 HIV 感染者的血液之后, 再次叮咬其他人时不会使新个体感染。首先, HIV 在蚊子体内不能存活, 在蚊子胃内很快就会消化。其次, 蚊子吸血的时候也不会将上个人的血再次吐出来。再次, 即使蚊子的口部残留微量的感染者血液, 但其所含的病毒数量也是极少的, 会很快失活, 不会导致新个体的感染。

5. 如何预防 HIV 感染?

首先, 要做到安全的性行为, 拒绝发生危险的性行为, 例如多性伴和无保护的性行为; 其次, 必须要远离毒品, 避免不安全的输血和注射行为; 最后, 做好产前检测, 如果孕妇发现感染 HIV, 通过母婴阻断治疗, 可以最大程度地预防母婴传播。

6. 艾滋病如何治疗?

通过服用艾滋病抗病毒治疗药物, 可以有效抑制 HIV 在人体内的繁殖, 使得人体免疫系统中 CD4⁺T 淋巴细胞的数量得以恢复。但艾滋病到现在为止还不能够治愈, 也没有疫苗可以预防, 所以需要做好有效的预防措施, 避免感染 HIV。

7. 艾滋病检测方式有哪些?

目前可以到疾病预防控制中心和医院进行 HIV 检测, 也可以选择进行自我检测, 例如利用尿液和唾液自检测试剂检测, 但需要注意的是, 如果自检测结果为阳性, 需要到疾病预防控制中心或医院做复核检测。

8. 我国针对艾滋病患者有哪些关怀政策?

目前我国实施针对艾滋病患者实行“四免一关怀”政策, 其中“四免”指的是: (1) 对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的艾滋病患者免费提供抗病毒治疗药物; (2) 实施免费自愿咨询检测; (3) 对艾滋病孤儿实行免费上学; (4) 对艾滋病孕妇实施免费艾滋病咨询、筛查和抗病毒药物治疗, 减少母婴传播。“一关怀”指的是将生活困难的艾滋病患者纳入政府救助范围, 按国家有关规定给予必要的生活救济, 并积极扶持有工作能力的艾滋病患者参加生产活动。自“四免一关怀”政策实施以来, 抗病毒治疗覆盖范围不断扩大, 极大地降低了我国的艾滋病病死率, 提高了艾滋病患者的生存时间和生活质量。

(收稿日期: 2021-08-23)