

我可以如何防止自己感染 HIV?

- 性交（阴交、口交或肛交）时请一直使用乳胶或聚氨酯材质的安全套或保险膜（口腔橡皮障）。
- “天然”材质的安全套可以预防怀孕，但不能预防 HIV 或其它 STI（性传播疾病）。
- 限制您的性伴侣数量。
- 与您的性伴侣谈论其状况及接受检测事宜。
- 与您的医疗服务提供者谈论更安全的性行为 and 接受检测事宜。
- 请明白：在毒品和/或酒精的影响下进行性交会增加无保护措施性行为的可能性。
- 如果您注射毒品，请勿共用注射针头或“吸毒工具”。

HIV 的症状是什么?

许多 HIV 感染者感染多年后才出现症状。下列可能是 HIV 感染晚期的警告标志：

- 快速消瘦、干咳、反复发烧或夜间盗汗严重
- 无故深感疲劳，腋窝、腹股沟或颈部淋巴结肿大
- 腹泻持续超过一个星期
- 舌头、口腔或咽喉出现白色斑点或罕见痕迹
- 健忘、抑郁及其它神经性问题

HIV 可以被治疗或治愈吗?

有可用于治疗 HIV 感染的药物，但是目前 HIV 尚不能治愈。及早接受治疗是最佳之选，所以，如果您认为自己可能被感染，就应该接受检测。服用 HIV 药物可以让您感觉健康并降低将病毒传播给他人的几率。研究人员目前正致力于研究 HIV 疫苗、新药物及预防 HIV 的新方法。

如果我可能已经接触 HIV 怎么办?

如果您认为自己接触了 HIV，请立即联系您的医疗服务提供者。接触后迅速服用药物可以预防感染；这被称为“接触病毒后预防治疗 (PEP)”。如果您认为自己可能会在未来接触 HIV，请向您的医疗服务提供者咨询 PrEP（接触病毒前预防治疗）的相关资讯。如果您没有医疗服务提供者，请拨打市长健康热线：**617-534-5050** 向其寻求帮助以找到波士顿医疗服务。

如何发现我是否携带 HIV?

了解您是否被感染的唯一方法是 **接受检查**。医疗服务提供者会采集血样或用拭子擦拭您的口腔内部，以检测 HIV。根据检测类型，您可以在 20 分钟内（快速 HIV 检测）或几天后查明结果。与您的医疗服务提供者交谈，以找出最适合您的检测方法。波士顿还有几家免费且会对您的情况进行保密的检测中心。如果想找到一家您附近的检测中心，请拨打市长健康热线：**617-534-5050** 或访问 https://gettested.cdc.gov/search_results。

欲了解更多信息，请访问：

<http://www.bphc.org/whatwedo/sexual-health>

HIV



**Boston Public Health Commission
Infectious Disease Bureau
1010 Massachusetts Avenue
Boston, MA 02118
www.bphc.org
617-534-5611**

Chinese

什么是 HIV?

HIV（人类免疫缺陷病毒）是一种攻击对抗疾病免疫系统的病毒。感染 HIV 最终会导致 AIDS（获得性免疫缺陷综合症）。2013 年，逾 5600 名波士顿居民是已知 HIV 携带者。

HIV 如何传播?

HIV 通过体液（例如阴道分泌物、精液和血液）传播。任何通过性交或血液接触而接触到该病毒的人都可能被感染。HIV 可以通过性交（阴交、口交或肛交）、注射吸毒和孕期、分娩或哺乳期间母婴传递的方式进行传播。在极少数情况下，HIV 还可以通过输血（获取血液制品的过程）或器官移植进行传播。然而，所有血液和捐赠器官都需经过 HIV 筛查，所以以这种方式被感染的几率微乎其微。即使是没有 HIV 症状的个人也可以传播 HIV。男男性行为者（MSM）感染 HIV 的几率高于其他人群。2013 年，携带 HIV 的波士顿居民中有 48% 是 MSM。



HIV 如何影响感染者?

HIV 感染分为不同阶段：急性感染期、临床潜伏期和 AIDS 期。

急性感染期:

- 本阶段发生于感染该病毒后 2-4 周。
- 大部分感染者出现类似流感的疾病（发烧、肌肉疼痛、皮疹、关节痛）。
- 虽然症状可能轻微得足以被人忽视，但在此期间病毒正在繁殖并蔓延至全身。
- 这个阶段 HIV 的传播能力最强，因为血液中的病毒含量非常高。

临床潜伏期（休止期或休眠期）:

- 本阶段可持续多年。
- 在 HIV 感染的这个阶段会出现有限的相关症状。许多感染者可以在无症状表现的情况下存活许多年。
- 本阶段病毒已侵入身体但并未攻击免疫系统，但是，本阶段的治疗十分重要。
- 本阶段感染者仍可以传播该病毒。

AIDS（获得性免疫缺陷综合症）期:

- 本阶段通常在感染 HIV 数年后才出现。
- 当一个人免疫反应十分薄弱的时候便会患 AIDS，他们已丧失了战胜传染病的能力。
- 本阶段的相关症状千差万别。
- 许多药物可用于治疗 AIDS。

必须注意的是，一个人可以在以上任何一个阶段将 HIV 传播给其他人。

HIV 风险因素包括:

- 未使用安全套（乳胶或聚氨酯）的肛交或阴交
- 未使用口腔橡皮障（口交保险膜）的口交
- 拥有多名性伴侣
- 患有另一种性传播疾病（STI），如：衣原体、淋病或梅毒
- 注射毒品时共用针头或“吸毒工具”
- 出生时母亲是一名 HIV 感染者



感染者传播 HIV 需要多久?

一个人一旦感染 HIV，他们通常可以通过与未感染者发生性交或共用毒品注射器具（例如针头）而向其传播病毒。他们体内携带的 HIV 病毒越多，他们越容易传播病毒。接受 HIV 治疗可以降低传染他人的几率，所以服用医生开的所有 HIV 药物非常重要。性交（阴交、口交或肛交）时总是使用安全套，如果注射毒品，决不共用针头或“吸毒工具”。如果受感染的母亲得不到正确治疗，HIV 还可以在孕期、分娩或哺乳期间进行母婴传播。