

认识 HIV

(人类免疫缺陷病毒)



今天我们将了解：



- ✓ HIV 基础知识：需要了解的相关内容
- ✓ 检测和治疗：主动掌控身体健康
- ✓ 如何预防 HIV：保护自己的方法
- ✓ 打破 HIV 的污名和误解
- ✓ 披露 HIV 感染状态：需要考虑的情况
- ✓ 如何寻求支持和帮助

HIV是指什么？



HIV 是一种攻击人体免疫系统的病毒

免疫系统是身体抵抗疾病的防线

如不治疗，HIV 会导致严重疾病

HIV 和艾滋病 (AIDS) 是一回事吗？

- ✓ 两者不同。
- ✓ AIDS (艾滋病) 是“获得性免疫缺陷综合征”的缩写。
- ✓ AIDS是指免疫系统严重受损的阶段。
- ✓ 发展到 AIDS 时，感染者会非常虚弱。

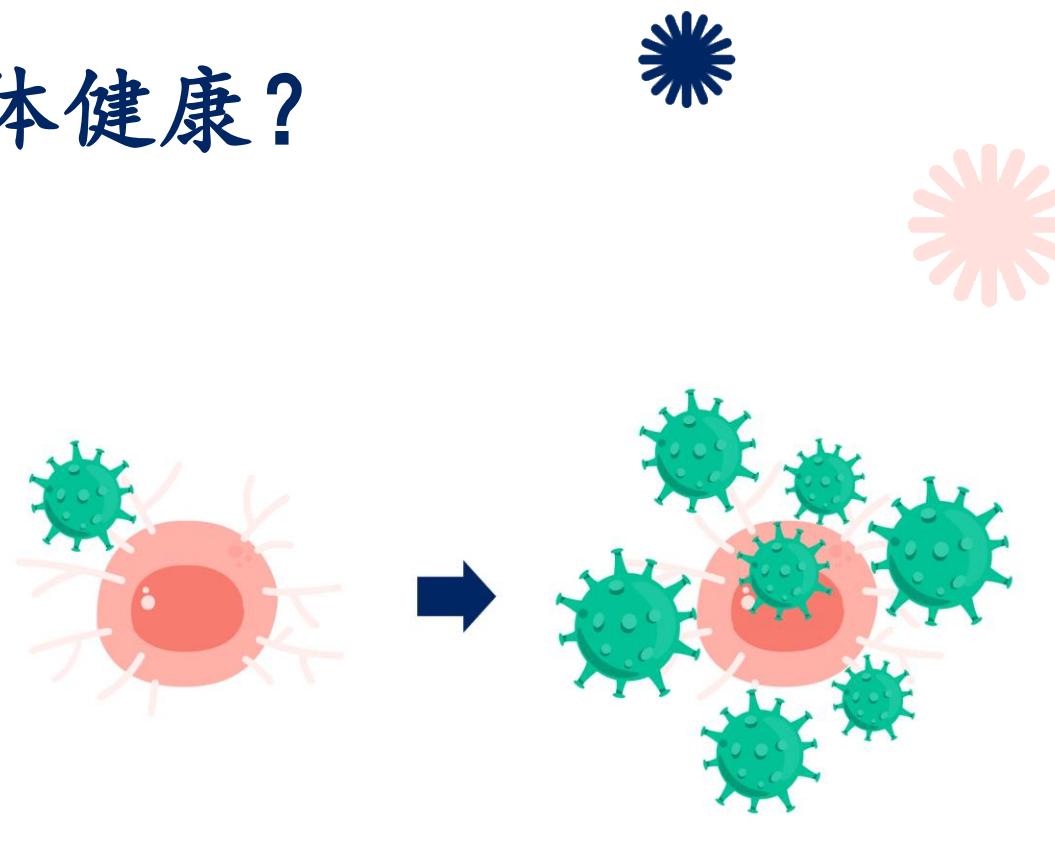
如不治疗，HIV 可能发展为 AIDS



HIV 如何影响身体健康？



免疫系统的功能是抵御
感染，维持健康



HIV 会攻击免疫系统中负
责抵抗病菌的细胞 (CD4
细胞)

如不治疗，HIV 会削弱
免疫系统，最终可能发
展成 AIDS



如果接受治疗，HIV 可
以得到控制，免疫系统
将保持强健

HIV 是如何传播的？

HIV 存在于包括血液、母乳、精液和阴道分泌液在内的体液中。
当感染者的体液进入他人身体时，HIV 就有可能传播。



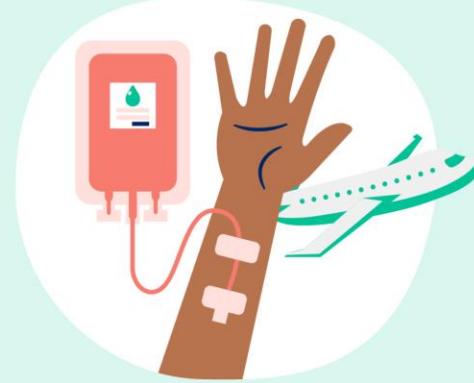
无保护措施的性
行为



共用注射毒品的针
具和其他器具



使用未消毒的穿刺
或纹身工具



在部分国家接受未经
消毒的输血或医疗操
作



妈妈在怀孕、分娩或
哺乳期间将病毒传给
婴儿

HIV 不会通过以下 方式传播...



咳嗽或打喷嚏



接吻、拥抱或哭泣



与 HIV 感染者同床睡觉



与感染者共用食物



共用厕所、浴缸或淋浴



蚊虫叮咬

HIV 的症状有哪些？

感染 HIV 初期，可能不会有任何症状。



在感染初期可能会出现类似感冒的症状，包括：

- ✓ 感觉不适
- ✓ 疲劳

后期可能出现以下症状：

- ✓ 身体酸痛
- ✓ 发烧
- ✓ 夜间盗汗
- ✓ 皮疹



HIV 的检测



血液检测

HIV 血液 (抗体) 检测

- 少量血液样本
- 样本会送往实验室进行检测
- 1 至 3 天内可得知是否感染 HIV

医生
性健康诊所
计生中心

指尖采血检测

快速 HIV 检测

- 由护士从手指采集一滴血
- 30 分钟内可得知结果

检测点 (诊所)

干血斑 (DBS) 检测

- 自行从手指取几滴血，滴在样本卡上
- 样本会送往实验室进行检测
- 约一周内可得知结果

网上订购自检包

MyTest HIV 自我检测

- 自行从手指采集一滴血
- 15 分钟内可得知结果

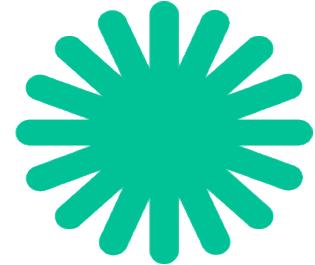
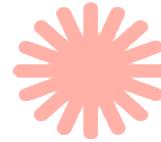
在线登记，然后从自动售货机领取自检包

哪些人需要做筛查？

应在以下情况中接受 HIV 检测：



- ✓ 男男性行为者
- ✓ 有多个性伴侣，并且在性行为中并非每次都使用安全套
- ✓ 伴侣是 HIV 感染者
- ✓ 伴侣是 HIV 感染者，并且希望要孩子
- ✓ 曾与他人共用针具或其他注射毒品或类固醇的设备
- ✓ 曾在海外接受注射、纹身、穿耳、牙科或其他医疗操作。



HIV的治疗方案

HIV?



HIV 的治疗药物被称为抗逆转录病毒药物（ARTs）。

HIV 治疗非常有效，并且需要终身服用。

越早开始接受 HIV 治疗，对健康越有利。



HIV 的治疗原理

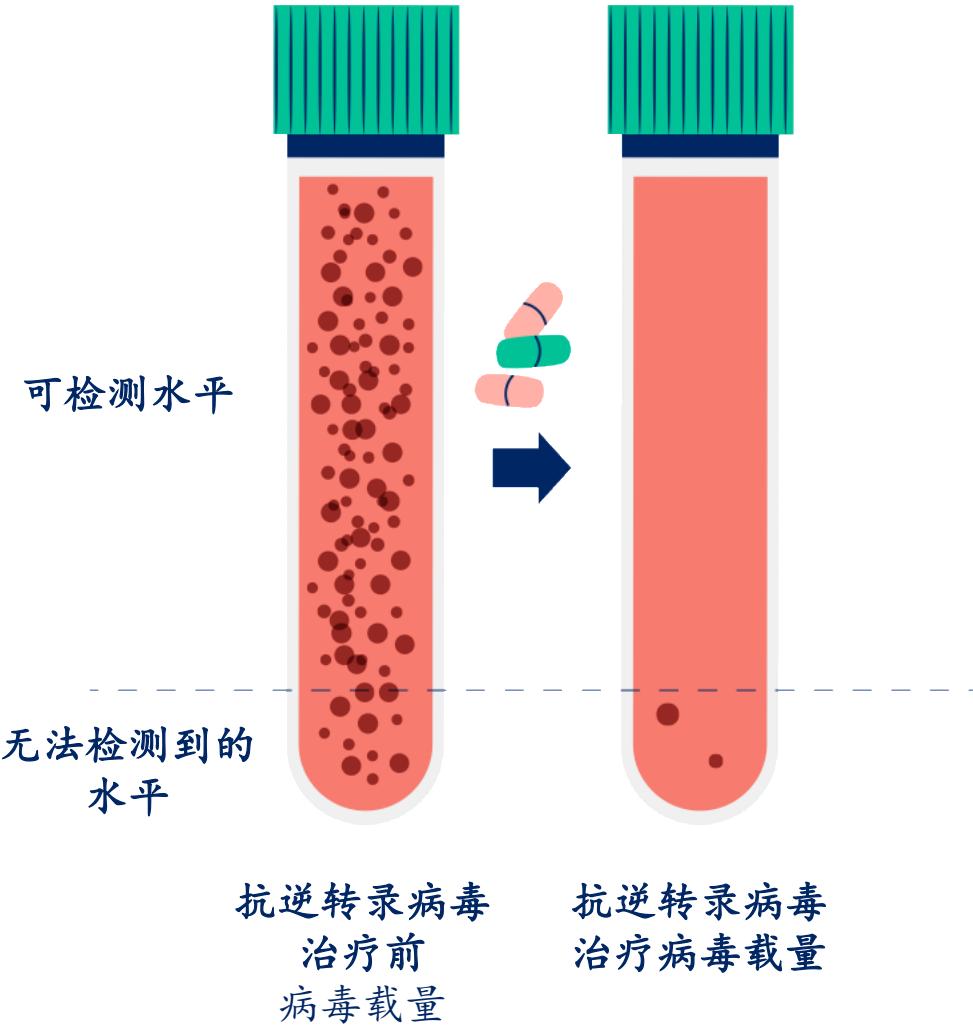
HIV 治疗的方法是：

- ✓ 通过降低血液中的病毒量（即“病毒载量”），阻止病毒对免疫系统的损害
- ✓ “病毒载量”是指血液中 HIV 的数量
- ✓ 需要规律地服药，以保持病毒载量在低水平。

当病毒载量降到“检测不到”的水平时，表示不会将 HIV 传染给他人



无法检测到的病毒载量



如何预防感染 HIV?

- ✓ 使用安全套和水性润滑剂 —— 可有效保护自己和他人免受 HIV 感染。
- ✓ 使用 PrEP (暴露前预防用药) —— 在接触 HIV 之前服用的预防性治疗。
- ✓ 使用 PEP (暴露后预防用药) —— 在可能接触 HIV 后尽早服用的紧急治疗，以降低感染风险。
- ✓ 注射毒品时使用干净的器具（不要共用针具）。
- ✓ 定期接受 HIV 检测。



打破 HIV 的污名和误解



污名化会影响 HIV 感染者的生活，特别是在人际关系、性关系和性取向方面。

许多 HIV 感染者受到社会偏见影响，原因包括：

- ✓ 他人对感染途径的主观猜测
- ✓ 社会上对 HIV 相关行为的刻板印象。

这些误解会让人不敢公开自己是 HIV 感染者，从而影响他们寻求帮助和接受医疗。

污名会阻碍患者获得必要的医疗服务和支持。

应该告诉谁？不必告诉谁？

在新南威尔士州，只要采取了“合理预防措施”，法律上无须在性行为前告知对方自己感染 HIV。

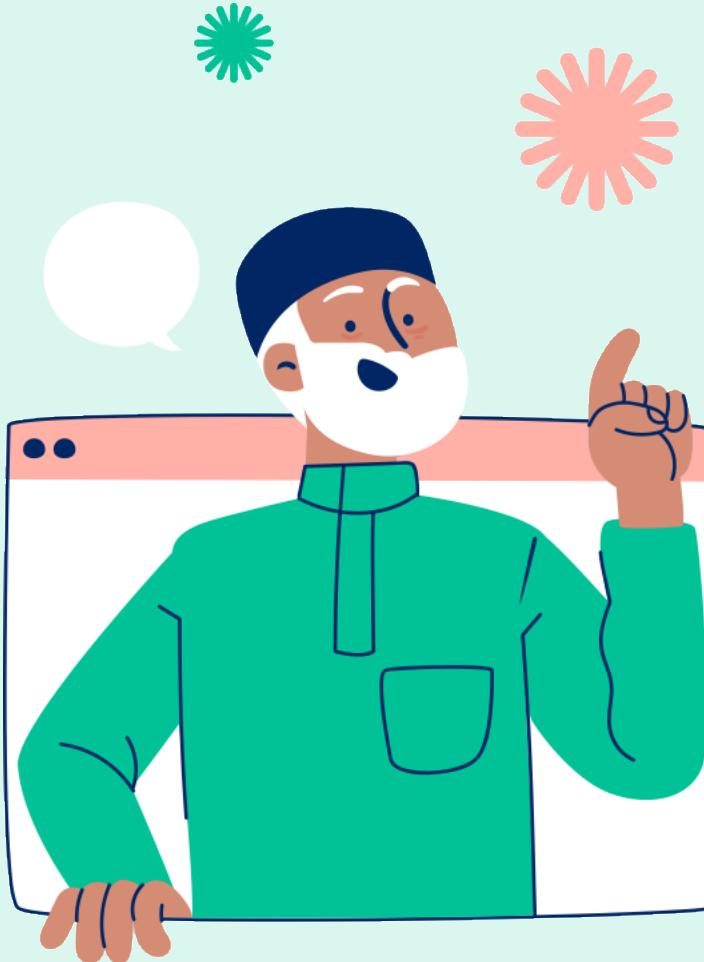
合理的预防措施包括：

- ✓ 使用安全套
- ✓ 因接受 HIV 治疗，病毒载量已降至“检测不到”水平
- ✓ 确保性伴侣使用 PrEP（暴露前预防性用药）。

请向医生咨询如何保护自己和伴侣。



去哪里寻求帮助？



Multicultural HIV and Hepatitis Service
www.mhahs.org.au | (02) 9515 1234 | Forest Lodge

ACON
www.acon.org.au | 1800 063 060 | Surry Hills
(02) 4962 7700 | Newcastle | (02) 6622 1555 | Lismore

Positive Life NSW
www.positivelife.org.au | 1800 245 677 | Surry Hills

Pozhet (Heterosexual HIV Service NSW) www.pozhet.org.au
Forest Lodge

Sexual Health InfoLink
www.shil.nsw.gov.au | 1800 451 624

Bobby Goldsmith Foundation (BGF)
www.bgf.org.au | (02) 9283 8666 | Darlinghurst and Parramatta

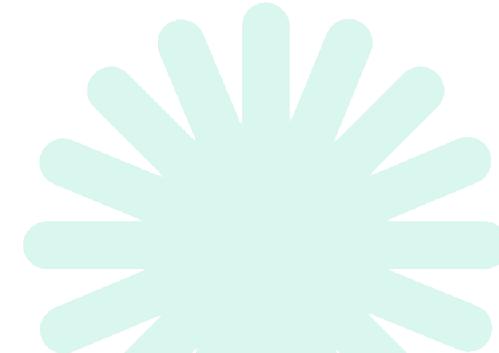
HIV/AIDS Legal Centre (HALC)
www.halc.org.au | (02) 9492 6540 | Surry Hills

Sex Workers Outreach Project | www.swop.org.au | (02) 9184 9466

需要母语协助

如果需要用母语与医生或医护人员沟通：

- ✓ 请致电 Translating and Interpreting Service (TIS)13 14 50
- ✓ 服务免费且保密
- ✓ 请向诊所前台说明需要预约口译服务。



今天我们学到了什么？

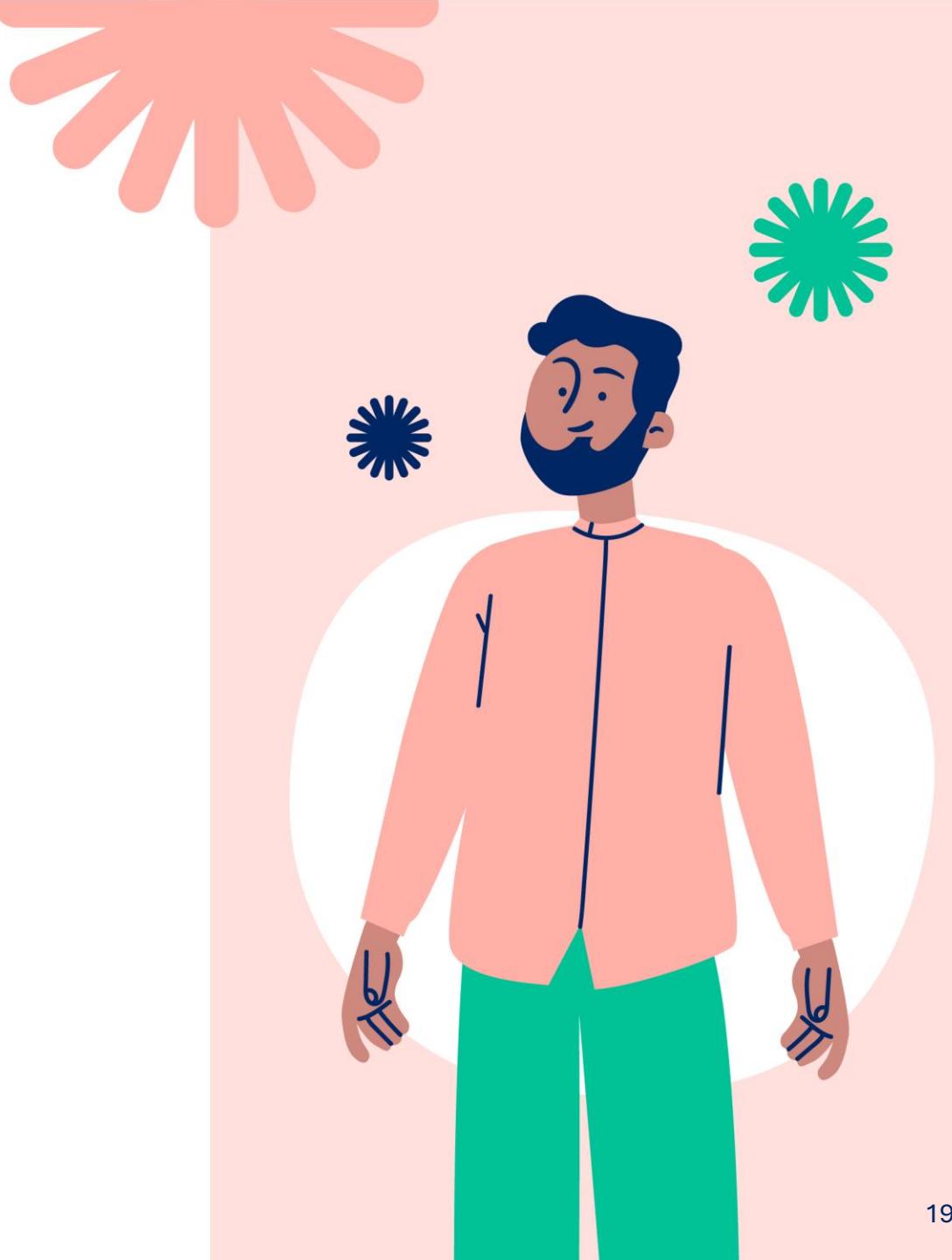


判断题？

1. 与 HIV 感染者共用厕所会感染 HIV。
2. HIV 可以通过蚊虫叮咬传播。
3. HIV 感染者如果病毒载量低至无法检测，就不会传染他人。
4. 亲吻 HIV 感染者会感染 HIV。
5. 接受治疗的 HIV 感染者可以长时间健康生活。
6. 使用安全套或服用 PrEP 可以预防 HIV。

重要信息总结

- ✓ 确认是否感染 HIV 的唯一方法是接受检测。
- ✓ 定期接受 HIV 检测很重要。
- ✓ HIV 可通过规范治疗有效控制。
- ✓ 越早开始治疗，对健康越有利。
- ✓ 必须严格遵照医嘱进行治疗。
- ✓ 如遇到歧视或需要帮助，应寻求法律咨询和支持服务。





有问题吗？



August 2025

编制单位：

新州多元文化部 HIV
与肝炎服务中心
(NSW Multicultural HIV
and Hepatitis Service)

(MHAHS) mhahs.org.au

