

主动检测 知爱防艾 共享健康

# 艾滋病检测小知识



## 为什么需要检测?

### (1) 艾滋病离你并不远

截止 2017 年底,我国报告现存活感染者 75.9 万例;通过艾滋病检测,2017 年当年我国诊断报告的感染者为 13.5 万例。

近年来,通过检测并诊断报告的感染者中,每 100 个就有 90 个以上是经性途径感染。发生不安全性行为,就有可能感染艾滋病。我国还有相当一部分的感染者因没有接受检测并不知道自己感染状况。

### (2) 检测对个人的好处:

通过检测可以尽早发现自己是否感染艾滋病,早发现才可以早治疗,延长生命,提高生活质量。

早检测早发现,才可以更好采取措施,如使用安全套和开展抗病毒治疗,即保护自己免受病毒的进一步侵害,也保护性伴侣,避免艾滋病进一步传播。

### 哪些人需要检测?

1 有高危性行为史,包括仅发生 1 次未使用安全套的异性性行为或男性同性性行为;

男性和男性之间发生了性行为,没用套;

男性和女性之间发生了性行为,没用套;

发生了一夜情(无论男女),或通过手机

摇一摇等交友软件,与不认识的人发生的性行为,没用套(无论男女);

与已知感染艾滋病的人发生性行为;经常发生高危性行为、又不用套的人群,建议每 3 个月做一次 HIV 检测。

2 艾滋病感染者的配偶或性伴;

3 与他人共用针具吸毒者;

4 在非正规医疗单位拔牙、纹身者(过程中可能使用了没有严格消毒的器具);

5 其他情形:

梅毒、淋病、尖锐湿疣等性病患者;

准备结婚的伴侣建议婚前检测;

孕妇建议在刚发现怀孕时检测;

感染了艾滋病的妈妈生的宝宝。

什么时候检测?

感染艾滋病后不是马上就能检出是否感染,存在检测的窗口期,即从艾滋病病毒感染人体到血液中能检出抗体或核酸的一段时期。抗体检测的窗口期一般为 4-12 周,核酸检测的窗口期为 1-4 周。

目前,最常用的检测方法是抗体检测,建议在高危行为后 4 周检测抗体,大多数感染者 4 周可以检测到抗体。如果 4 周结果阴性可以等到 8 周或 12 周再检测。一般情况下,如果 12 周之内没有再发生高危行为,也没有检测到抗体,就可以排除艾滋病感染。

需要注意的是:“窗口期”尽管检测不出抗体,但有可能病毒核酸已经在体内复制,同样具有传染性。因此,在这段时间发生性行为,要使用安全套保护性伴不被感染。

如果既往有过高危行为,没有做过检测,应该尽快检测。

去哪里检测?

(1) 可以去接受检测的地方:

各地疾控中心自愿咨询检测门诊(VCT)可以获得免费咨询和检测服务。各地县级以上医院均可以提供检测服

务。

各地妇幼保健机构和大部分的基层医疗机构也可以提供检测服务。

开展艾滋病预防的社会组织小组可提供检测咨询和转介服务。

一些高校设立自助尿液检测包售卖机,可以自行购买。

(2) 检测机构的名录和地址:

提供初筛检测服务的自愿咨询检测机构名录和提供确证检测服务的确证实验室名录可以在中国疾病预防控制中心性病艾滋病预防控制中心官网查询。网址: [http://ncaids.chinacdc.cn/fazl/jcjc\\_10287/](http://ncaids.chinacdc.cn/fazl/jcjc_10287/)

(3) 可以自己检测(自我检测)吗?

自我检测是世界卫生组织推荐的一种检测手段,国际上已经有检测试剂获得认证。我国还没有获得认证的产品。目前购买快速试剂进行自我检测的人,需要特别注意:

自我检测者,由于没有接受过培训,采集样本、检测过程和对结果的理解,可能存在一些错误,因此可能出现不正确的结果,包括假阴性和假阳性。

自我检测阳性并不能确诊艾滋病感染,一定要到疾控中心或正规医疗机构进行检测。

自我检测阴性,一般来说,提示没有艾滋病感染,但因存在窗口期,建议在 3 个月后再到疾控中心或正规医疗机构进行咨询和检测。

有哪些检测方法?

1 艾滋病检测首先进行的是抗体初筛检测。如果初筛检测结果为“阳性”,一定要进一步做确证试验,才能确诊。

2 常用筛查试验方法包括酶联免疫吸附实验、化学发光实验、免疫荧光

实验、快速检测实验。也可以使用抗原抗体筛查实验,即在抗体检测基础上加入抗原检测,窗口期比仅用抗体检测提前 1 周。

3 筛查试验阳性不是最终结果,需要进一步确证,常用方法包括抗体免疫印迹实验、条带或线性免疫试验,也可用核酸试验进行确证(包括定量和定性试验)。

检测阳性怎么办?

1 可以到当地的疾病控制机构获得免费、保密、专业咨询和心理支持服务。

2 要尽早接受抗病毒治疗,治疗越早,效果越好。

3 国家有免费抗病毒治疗药物,每个地区都有开展抗病毒治疗的定点医院。

4 要采取防护措施,保护性伴侣不被感染,同时告知性伴接受检测。

5 不必担心个人患病会被别人知道,感染者的个人隐私受法律保护。

检测阴性怎么办?

1 如果检测阴性,可能在窗口期内,建议 3 个月后再次检测,在此期间不再发生高危行为,也没有检测到抗体,则可排除艾滋病感染。

2 确定检测结果阴性,只能说明本次高危行为没有造成感染。要时刻注意保护自己健康,要坚持每次性行为使用安全套。



2018 年世界艾滋病日主题  
主动检测 知爱防艾 共享健康



## 您了解认知障碍症吗?

骨刺、骨性关节炎已经被中老年人所熟知,那是关节老化退化性病变。人的关节会老化,大脑同样也会老化。有资料显示,目前世界上每 3 秒钟就会新增一个认知障碍症病人;全球 2/3 的人对痴呆症知之甚少或根本不了解。

阿尔茨海默病是一种最为常见的神经系统退行性疾病,大脑发生老化,是痴呆症中最常见的一种类型。

世界痴呆日,又称世界阿尔茨海默病日、国际失智症日。世界痴呆日的设立是为了关爱失智症患者,预防老年痴呆。阿尔茨海默病俗称老年痴呆症,如今人们称之为认知障碍症,一般来说,该病过程可以分为三个阶段。

第一阶段为轻度痴呆期。患者出现记忆减退,对近事遗忘突出;判断能力下降,病人不能对事件进行分析、思考、判断,难以处理复杂的问题。病程一般为 1-3 年,但是家属常常无法界定患者起病的时间。

第二阶段为中度痴呆期。患者出现各种神经症状,可见失语、失用和失认;情感由淡漠变为急躁不安,常走动不停,可见尿失禁。病程一般为 2-10 年。

第三阶段为重度痴呆期。患者生活完全不能自理,病程一般为 8-12 年。

虽然造成阿尔茨海默病的病因目前还无法确定,但诊断认知障碍症还是比较简单的,通过 CT、核磁共振、简短精神状态量表(MMSE)、蒙特利尔认知评估等相关的检查就能确诊。如果您发现家里老人出现记忆障碍、情绪失常等情况,建议早到医院寻求神经内科医生的帮助。  
《健康报》

## 冬季节小“心”些

秋冬季初时节,脑血栓、脑溢血发病率远高于其他季节。

由于天气变凉,皮肤和皮下组织血管收缩,周围血管阻力增大,导致血压升高。寒冷还会引起冠状动脉痉挛,直接影响心脏血液供应,诱发心绞痛或心肌梗死;低气温可致体表血管弹性降低,周围阻力增加,使交感神经兴奋,肾上腺皮质激素分泌增加从而引起小动脉收缩、血压升高,而致脑血管破裂。寒冷还能使血液纤维蛋白浓度增加,引起血液黏稠,导致血栓形成。

(1) 饮食方面,要尽量减少脂肪、胆固醇的摄入量,如果吃肉,“鱼比禽好,禽比畜好”,脂肪、胆固醇含量都很高的猪肉、牛肉少吃为妙,深海鱼类则对心血管具有一定的保健作用。对于蛋黄、蟹黄、蟹子、动物的大脑、鱼膏、鱼肝油等含高胆固醇的食物,尤需注意。

(2) 保证充足的睡眠 每日睡眠应不低于 6 个半小时。睡眠不充足可是会给心脏带来不利的影响,所以一定要保证睡眠时间和休息的质量。

(3) 适度锻炼。必循序渐进,不可强度过大,时间过久。可选择强度低、有节奏、能持续较长时间、在锻炼时可达有氧代谢作用、方便可行、容易坚持的项目,如散步、慢跑、太极拳、健身操等。

(4) 身边常备急救药、护心药 如硝酸甘油片或复方丹参滴丸,可舌下含服,经粘膜吸收入血,迅速起效,而且在保心、护心的同时,可应用于急救治疗,体积小便于出行携带,所以是冠心病病人秋季必备的药品。

冬季天转凉,对有心脑血管病的人来说,要积极做好防护工作。冬天是心脑血管疾病的多发季节,据有关资料统计,

## 关于整治城区非法广告(小广告)的通告

为维护我县良好市容环境,确保创卫工作顺利,杜绝户外小广告张贴行为,根据《中华人民共和国治安管理处罚法》、《山西省城乡环境综合治理条例》等有关规定,现就开展非法广告(小广告)集中整治行动有关事项通告如下:

一、严禁任何单位或个人在建筑物、构筑物、公共设施、楼道、管线和树木上涂写、刻画张贴各类非法广告(小广告),违者依据《山西省城乡环境综合治理条例》予以处罚;对因非法广告(小广告)乱贴、乱涂造成

公益广告损毁或公私财产损失的犯罪行为,依法追究刑事责任。

二、已张贴、涂写、刻画非法广告(小广告)的单位和个人,应在通告发布之日起三日内自行清除,对于积极主动清理的,可不予行政处罚;对未按要求整治清理到位的,公安、住建等部门将联合予以坚决打击,按照规定对其处以上限 5000 元的罚款,并由县新闻媒体进行曝光。

三、城区各单位、门店应自觉按照“门前五包”责任制要求,不在沿街店铺墙体、

门窗上张贴或者涂写商业性广告,对在权属范围内乱贴、乱涂非法广告(小广告)的行为,要及时制止并清除已张贴的非法广告(小广告)。

四、广大居民、志愿者要积极主动配合非法广告(小广告)集中整治行动,发现有乱张贴、乱涂写、乱刻画非法广告(小广告)等行为的,请及时主动制止,并拨打举报电话。我们对举报者严格保密,并给予 2000 元奖励。

举报方式:

1、直接拨打 110  
2、拨打 0359-6521678

绛县住房保障和城乡建设管理局  
绛县公安局

2018 年 11 月 1 日