愛滋病防治

一、愛滋病（Acquired Immuno-deficiency Syndrome，AIDS）

一九七〇年自非洲海地蔓延開來，目前所知愛滋病最早源於非洲。一九八〇年，美國洛杉磯加州大學的免疫學醫師葛特勒比，以一位病人作為免疫學臨床實習的教學個案。患者是為藝術家，也是同性戀者，三十歲，過去未曾患過特殊疾病，卻忽然罹患不尋常的口腔內黴菌感染，醫師形容這種感染為 rare as hen's teeth（意即罕見如母雞長牙齒）。同時，病患還有相當嚴重的免疫機能障礙，其血液中幾乎沒有 T4 淋巴球，這種 T4 淋巴球是幫助其他免疫細胞產生免疫反應的淋巴球。患者在治好口腔的黴菌感染後沒幾天，又罹患嚴重的肺炎，經檢查發現是一種不尋常的原蟲隆凸肺囊蟲所致，不久又因其他感染而去世。

A－Acquired　後天的（由外得到或發展出來的）
I－Immune　免疫（免疫系統）
D－deficiency　不全（缺乏某物或某物不足）
S－Syndrome　症候群（某種疾病特徵的症狀群）

二、愛滋病症狀

愛滋病為一種可傳染，但傳染性極低的疾病。從感染愛滋病毒後，到抗體呈現陽性反應的間隔期間稱為空窗時期(Window period)，大約為六至十二週，也可能延至六個月，甚至十三個月。症狀的出現需經 5 年或更長的時間，但也有人會在幾個月，甚至幾星期內出現。愛滋病的初期症狀常會發生像感冒一樣的症狀，以下是一些最常見的早期症狀：

- 不明原因的發燒、發冷、發汗等
- 不明原因的體重減輕
- 呼吸不順、氣喘
- 持續的頭痛、咳嗽或下痢
- 在頸部、腋下、股間獲其他地方有腫大的淋巴腺
- 皮膚下、嘴裡、鼻子、臉皮、直腸產生但粉紅色或紫色，甚至腫塊
- 口內出現白色斑點或潰爛
- 不尋常的皮膚發疹
- 皮膚下、嘴裡、鼻子、臉皮、直腸產生但粉紅色或紫色，甚至腫塊
- 極度疲勞

大部分的愛滋病患者會有一段病期，然後康復，再生病，如此循環下去，直到最後免疫系統損壞到無法康復，死亡通常在兩年之內。

三、愛滋病的感染途徑

愛滋病毒可存在血液、精液、陰道分泌物、唾液、眼淚、乳汁、腦脊髓液、羊膜液、骨髓液及尿液中；其中血液、精液、陰道分泌物，經流行病學證實會感染，因此愛滋病毒的感染途徑有：性接觸、與受感染者共用針頭或注射筒、輸血、受感染的婦女在懷孕或生產過程將病毒傳染給胎兒，其中與受感染者進行肛交最容易感染愛滋病毒。

四、非愛滋病感染途徑

愛滋病毒並不容易感染，不會經由捐血而受到愛滋病毒感染；亦不會經由衣服、電話筒或馬桶座感染；被蚊蟲咬傷亦不會受到感染，因愛滋病毒在蚊蟲體內無法存活；與愛滋病患共食及社交性的親吻亦不會受到影響。

五、愛滋病的預防方法

愛滋病是二十世紀末葉發現的「黑死病」，進入二十一世紀，依舊未見有效的治療方法，病情仍在世界各地蔓延，故只好由「預防」來遏止，茲將預防之道說明如下：

（一） 忠於性伴侶，正確的使用保險套，避免性濫交，因為性伴侶數目增加，罹患愛滋病的　　機會也相對增加。

（二） 不要與人共用可能被血液汙染的用具，例如：剃刀、刮鬍刀或任何尖銳器械、穿刺工具。

（三） 使用拋棄式針筒、針頭，拋棄前應先置入刺不破的容器中，以免刺傷他人。

（四）輸血或使用血液製劑及接受凝血因子或器官移植時，必須經過篩檢、測試處理；有些人在接受手術之前與醫師商議，事先貯存自己的血液，以便施行「自體輸血」。

（五）避免不必要之輸血及接受凝血因子或器官移植。

（六）當性伴侶無法提供性的安全保證，又不願做好愛滋病防範措施時，就應拒絕與其發生性行為。

六、正確使用保險套

發生性行為時需正確且全程使用保險套才可預防愛滋病。使用保險套時，應注意下列的幾個要點：

（一）在性器尚未接觸，而陰莖勃起時，就應立即套上保險套。

（二）須將保險套緣捲到陰莖根部。若保險套尖端沒有貯囊，則保險套尖端應留空隙，以貯存精液。

（三）性交後陰莖拔出時，應在陰莖尚未鬆弛時抓住保險套的邊緣，要留意不可漏出精液。

（四）若是保險套不慎破裂，則應迅速使用殺精劑。

（五）保險套只能使用一次，不可重複使用，即使再次射精時亦然。性交時常有不能預期的事情發生，因此要多準備一些保險套以防萬一。丟棄時應妥善處置，避免任何人（如年幼兒童）再使用或玩耍。

（六）通常男女間正常性交時，保險套撕裂情形極為罕見；若需使用潤滑劑，不要使用石油、植物性或動物性油脂製劑，因為這些油脂類可能使乳膠變質。為了避免保險套撕裂，可使用水或水性潤滑劑。

（七）保險套應放置在陰涼、乾燥的地方，避免日光直接照射；操作時應小心，尤其指甲長時應格外留意，以免破損。不可長時間放在皮夾內或高熱的地方，以免乳膠變質。

七、愛滋病帶原者應如何避免將愛滋病毒傳染給他人？

愛滋病毒是經由親密的性接觸，或經由黏膜直接接觸病人的血液或體液而傳染給他人，因此，要避免將愛滋病毒傳染給別人，必須做到：

（一）不可捐贈血液、血漿、身體器官（包括眼睛和眼角膜）、組織和精液。

（二）告知醫師、牙醫師或任何提供照護的人，自己是愛滋病毒帶原者。

（三）避免與人共用針頭、針筒。

（四）避免與人共用個人用品，如牙刷、刮鬍刀或其他沾有血液、體液的用具。

（五）用熱水或清潔劑洗淨餐具或茶杯後，方可與他人共同使用。

（六）避免懷孕。

（七）勇敢告訴性伴侶，自己已感染愛滋病毒。

（八）只進行「安全性行為」，即是發展一夫一妻制、固定性伴侶，鼓勵以擁抱、愛撫、按摩等取代性接觸，如果您決定要性交時（不論是肛交、口交或陰道性交）皆必須使用保險套。

八、家屬或同事與愛滋病毒帶原者的相處之道：

感染愛滋病毒者往往有心理方面的障礙，因此必須幫助他們減輕心理壓力。對於帶原者最重要的就是「接納他」、「關懷他」讓他有「家」的感覺。目前尚無報告顯示，沒有性行為的家庭成員被感染愛滋病毒。因此只要與帶原者的血液、精液及陰道分泌物無直接的接觸就可避免感染。若需要進一步了解在家中如何照顧愛滋病患，可請教醫師或與愛滋病諮詢專線電話聯絡。

九、愛滋病防治全民運動策略：

（一）節制（Abstain）：不濫交。

（二）忠實（Be faithful）：單一性伴侶。

（三）安全（Condom）：使用保險套。

十、愛滋病國內感染概況：

臺灣二〇〇二年迄十月底新通報感染數六百四十九人（本國籍六〇三人），已超過二〇〇一年同期五百五十九人（本國籍五百二十八人），愛滋人口每年也以超過一〇% 速度增加。臺灣的愛滋增加速度令人憂心，惟有全民共同參與，才能使臺灣成為一個無愛滋威脅的國度。

十一、國內愛滋病指定醫院：

（一）北部：臺大、臺北榮總、三總、市立仁愛、忠孝、和平、中興、陽明、臺北市立性病防治所、馬偕、林口長庚、衛生署桃園醫院。

（二）中部：中國、臺中榮總、中山、彰化基督教醫院。

（三）南部：成大、高醫、高雄榮總、高雄長庚、高雄市立民生醫院。

（四）東部：花蓮慈濟、花蓮門諾醫院、馬偕臺東分院。

（五）離島地區：衛生署澎湖醫院。

十二、臺灣今年世界愛滋病日主題：

意念：LIVE＋LET LIVE＝有量有福，有愛有希望；寬容的心，施比受有福。
行動：關心愛滋，全民參與；全身感受，平等相對；全民參與，鼓舞生命。

更多資訊：

臺灣愛滋病防治學會 http://www.aids-care.org.tw/

資料來源：http://www.military.kyu.edu.tw/l_link/pasc/AIDS.htm