

艾滋病并非不治之症 有效防控是关键

王 毅

四川省峨眉山市疾病预防控制中心 614200

【中图分类号】R512.91

【文献标识码】A

【文章编号】2095-9753 (2020) 02-070-02

艾滋病的全称是获得性免疫缺陷综合征，是由于艾滋病病毒感染引起的慢性传染病，艾滋病病毒在人体内大量繁殖，能够杀死免疫细胞，破坏人体的免疫系统。免疫细胞就相当于人体保护伞，使人体不被各种病毒侵害，正常人体凭借免疫系统能够防御各种疾病，而艾滋病病毒会破坏这种人体防御机制，直接导致人体免疫功能衰竭，这就是艾滋病的可怕之处。

一、什么是艾滋病

艾滋病是一种由人类免疫缺陷病毒侵入人体后破坏人体免疫功能，使人体发生多种不可治愈的感染和肿瘤，最后导致被感染者死亡的一种严重传染病。艾滋病全称为“获得性免疫缺陷综合征”(Acquired Immune Deficiency Syndrome, 英文缩写“AIDS”)。

人类免疫缺陷病毒俗称艾滋病病毒，英文简称是HIV，主要在感染者的体液、组织液、血液、精液中存在，但艾滋病病毒对外界的抵抗力很弱，在空气和阳光中很快就会死亡，普通的消毒剂就能将它们杀死。如果艾滋病病毒一旦侵入人体，那么很快就会在人体内大量繁殖，在病情的发展过程中，

患者的免疫系统就会逐渐遭到破坏。从感染艾滋病病毒到成为艾滋病病人，大概需要6-8年的时间，在这期间患者会变得越来越脆弱，抗病能力不断下降。

艾滋病本身没有特殊的症状，它有许多症状与其它疾病相似，主要的症状有：不明原因地发烧，持续一个月以上；不明原因地体重减轻5-15公斤；不明原因地腹泻，持续一个月以上；其它症状。如持续咳嗽、皮肤炎症、广泛的淋巴结病等。在早期病人一般无特殊症状，有的患者出现持续性全身淋巴结肿大。中期部分病人会出现持续性全身淋巴结肿大，鹅口疮、口腔毛状粘膜白斑病，血小板减少性紫癜等。中晚期出现传染性软疣、卡波济肉瘤、肺孢子虫肺炎。晚期多伴有各种条件性感染和恶性肿瘤及多脏器损害，也可有消耗综合征和痴呆。

二、艾滋病的传播途径有哪些？

艾滋病病毒的主要感染途径是性传播，包括异性与同性传播。除此之外还有血液传播，如与艾滋病患者共用血液制品、注射器也会感染艾滋病。除了以上两种传播途径还有母婴传播，感染艾滋病病毒的母亲可以将之传染给胎儿，也可通过母乳传给新生儿。对于艾滋病大家不必过于紧张，因为除这三种途径外，普通的生活接触是不会感染艾滋病病毒的。如共同用餐、握手、游泳、肢体接触、蚊虫叮咬等，这些途径是不会传播艾滋病病毒的。

1. 性接触传播。目前全球最主要的艾滋病病毒传播途径就是性传播，在被感染艾滋病病毒的患者中有60-80%都是通过性接触被传染的。患有性病或生殖器官出现溃疡的人，通过性接触感染艾滋病的风险会增加许多。感染者的体液、血液、

阴道分泌物、精液中都存在大量的艾滋病病毒，在性交的过程中会传染给另一半。私生活混乱、同时拥有多个性伴侣的群体感染艾滋病的几率会远高于普通人。女性在生理期性交以及男性性交时没有使用安全套，都是容易感染艾滋病的高危行为。

2. 血液传播。艾滋病感染者的体液、组织液、血液中都存在大量的艾滋病病毒，有些聚众吸毒者共用注射器，这是通过血液感染艾滋病的高危行为。吸毒者在一起吸毒时大多不会对注射器进行消毒，多人共用一个注射器，那么吸毒者中只要存在艾滋病病毒就会通过针头进入血液，使多人同时感染艾滋病。有些人通过地下献血渠道非法卖血，一旦使用带有艾滋病病毒的血液制品，那么被感染艾滋病的几率会高达90%。除此之外，以下两种情况也会通过血液传播被感染艾滋病病毒：①不小心被带有艾滋病病毒的针头、注射器等物品扎伤；②输入带有艾滋病病毒的血液。

3. 母婴传播。母婴传播共有以下几种途径：①患有艾滋病的孕妇通过胎盘血液循环，会将艾滋病病毒传染给胎儿；②在分娩的过程中，胎儿经过产道也会被感染；③胎儿吸食患病母亲的乳汁，也会被感染；大部分被感染艾滋病病毒的婴儿会在三岁前死亡，因此，患有艾滋病的女性是不建议怀孕的，如果意外怀孕建议在医生的指导下终止妊娠。

三、艾滋病有效防控是关键

我们要做到洁身自好，坚决远离任何形式的毒品，注意个人卫生，不借用也不外借自己的私人用品，例如：剃须刀、牙刷、水杯、洗脸巾等物品。看病时要前往正规的医院进行就诊，不要去私人诊所进行接入性检查，例如：针灸、验血、静脉注射等，输血以及使用血液制品前必须要严格检查并做好消毒工作，为避免感染可以要求医院出示血液制品检验合格书。必须前往正规的机构进行美容项目，例如：纹眉、打耳洞、整牙、美容针等，避免不正规的美容室为了节约成本而使用未经消毒的操作器具。在公共场所，如果被不明物体扎伤皮肤，建议前往医院进行相关检查，避免艾滋病病毒经血液传播进入体内。

保持健康的性生活，性伴侣单一有利于预防艾滋病，避免发生一夜情，建议保持正当的男女关系，要做到自重自爱。

与艾滋病病人日常接触并不会被传染，一定要避免接触患者血液、体液或私人物品。有关部门要做献血者的筛查工作，避免被污染的血源流入血库，艾滋病女性患者要处理好经血，不要污染其他的物品，同时应做好避孕工作，以免将艾滋病病毒传染给下一代。艾滋病女性患者不能进行哺乳，可以用奶粉喂养，在生活中要避免与孩子过多的亲密接触。

结束语：

艾滋病病人的免疫力非常低下，对正常人来说很小的感

(下转第71页)

冠心病介入治疗后该注意什么

唐 凯

成都市双流区第一人民医院心内科 610000

【中图分类号】R541.4

【文献标识码】A

【文章编号】2095-9753 (2020) 02-071-01

在我们的日常生活中,我们总是可以发现这样的一群人。大多数是我们的长辈因为一些体力活动或者是有一些情绪上的变化后就会突然感觉到自己心的部位有疼痛感,并且这些人还会感觉自己全身发热、恶心等等。这样的感觉常常让我们感觉到恐慌、害怕。这究竟是怎么回事呢?原因就是冠心病。这样可怕的病症我们要避而远之,但倘若不幸中招,请乐观面对,积极治疗。今天,我们要说的就是冠心病介入治疗后该注意什么。

一、什么是冠心病

首先,我们简单介绍什么是冠心病。冠心病的全称为冠状动脉粥样硬化性心脏病。通俗来讲就是为我们的心脏去提供血液的冠状动脉血管发生粥样硬化,从而导致我们的冠状动脉血管的管腔变窄,甚至闭塞。

二、冠心病的易发人群

(一) 高血压患者, 血压的长期升高会让血管内膜形成损害, 从而加速动脉硬化;

(二) 糖尿病患者, 患有糖尿病的人耐糖量异常, 容易引起动脉内膜损伤;

(三) 高血脂、肥胖患者;

(四) 具有极大烟瘾的人群, 吸烟有害健康, 它会对我们的血管内膜造成损失;

(五) 有巨大的情绪波动或者是压力过大的人;

(六) 生活不规律的患者。

三、冠心病的治疗方法

(一) 在进行冠心病的治疗时我们首先要对患者的情况进行了解: 1、仔细的询问患者的既往病史, 尤其是是否有一些特殊病史, 患者切记不能有所隐瞒; 2、对患者进行全身检查包括患者的基本生命体征; 3、排除相关传染性疾病;

(二) 治疗方法

因为冠心病的疾病类型是不同的, 因此, 面对不同类型的病症我们会采取不同的治疗方法。一般情况下, 我们会根据病情的轻重缓急程度采取以下的三种治疗方式: 1、药物治疗: 对于病情比较轻的患者我们一般情况下会采取保守的药物治疗, 其中药物一般包括降血脂、降血压、降血糖等等; 2、介入治疗: 该方法适用于那些对药物治疗没有产生效果并

且病情相对严重一些的患者, 我们将采取心脏支架植入治疗; 3、外科治疗: 适用于病情极重的患者, 即进行冠状动脉搭桥手术。4、预防: 对于那些年龄大于 60 岁并且还伴有高血压、高血脂等高危因素的人群, 我们建议早期应用药物。

四、冠心病介入治疗后该注意什么

从我们的日常来看, 我们绝大多数的患者在进行治疗以后不知道自己该注意哪些方面, 有的人是事事注意, 有的人却随心所欲; 更有甚者会擅自停药等等从而导致病情加重。从这些来看, 了解治疗之后的注意事项是至关重要的, 因此以下为治疗后注意事项:

(一) 药物方面

在介入治疗之后患者要在医生的指导下服用相关的药物, 以预防血管管壁在狭窄的发生。切记一定不能在手术后擅自停药, 以防造成不可挽回的伤害, 因此患者一定要自觉的进行服用。

(二) 术后随访

在治疗过后会有定期的随访工作。在这时, 患者一定要积极配合定期进行门诊随访。一定不能抱有侥幸心理, 觉得自己一次不去不会有太大问题, 并且要准时去, 不可今天拖明天, 明天拖后天的。随访是为了能够及时发现并且处理药物产生的毒副作用以及相关症状的复发情况。患者不要对随访有抵触心理, 同时我们的家属也要做好监督与陪同的工作。此外。还要严格的观察是否有心律失常或者心功能的状况。

(三) 生活方面

很多人都很想知道我们在治疗之后怎样可以检测我们的支架是否通畅, 最好的办法就是进行运动。一定是做自己力所能及的运动(切记逞强), 如果在运动之后没有胸痛的症状, 闹就可以说明血管是通畅的。但是如果在运动之后有胸痛或者是胸痛加剧。那么一定要去医院就诊。再者, 保持正常的生活节律, 戒烟戒酒, 注意饮食。饮食方面要清淡, 控制血糖、血压、低盐、低糖、低脂饮食, 多吃蔬菜, 水果, 家属要尽心尽责, 做好监督。

最后, 真诚的希望大家身体健康, 如若发现病症, 不要恐慌, 及时就医治疗; 以乐观的心态积极配合, 并且在治疗过后不要有一种万事大吉的感觉, 在治疗过后更要对许多事情多加注意, 注意自己的生活习惯、生活质量, 多加锻炼。

(上接第 70 页)

染或疾病都有可能导导致艾滋病患者死亡。例如: 流感, 就是很常见的流行性感冒, 在艾滋病病人身上却可以无限恶化, 最终引起各种严重并发症导致患者死亡。有人说艾滋病患者就好比是玻璃人, 非常脆弱, 是不是说患了艾滋病就只能等死呢? 并不是这样的。艾滋病病人只要接受规范的抗病毒治疗, 就能够将体内病毒的量控制到较低水平, 延缓发病甚至终身

都不发病。也有人说艾滋病是不治之症, 太恐怖了, 是不是大家都得谈“艾”色变呢? 也不是这样的。当前艾滋病虽然不能彻底治愈, 但是通过阻断艾滋病的传播途径, 可以有效预防艾滋病。其实艾滋病没有我们想象的那么可怕, 只要做好宣教工作, 提升预防意识, 采取积极有效的防控措施, 就能控制艾滋病流行, 阻止其蔓延。有效防控才是防制艾滋病的关键。