

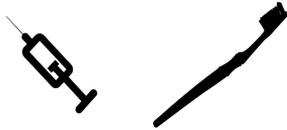
在这个卡片里你可以遇到关于VIH病毒(爱滋病病毒)是怎样传染的, 怎样预防以及在性交关系中无论你是否患有VIH病毒性疾病, 怎样减少VIH病毒传染的风险的基本信息。

### 怎样传染VIH病毒(爱滋病病毒)?

通过性交渠道: 无保护措施的阴茎伸入阴道的性交, 阴茎伸入肛门的性交以及口头性交。



通过血液的渠道: 共同使用注射针管, 含有血液的个人使用的切割工具, 使用不消毒的器具来纹身或身体穿洞。



通过母亲向子女传染: 在怀孕期间, 分娩过程中, 或哺乳期间。



### 怎样不会传染VIH病毒?

睡在同一张床上不会传染VIH病毒, 共同吃饭以及使用同一个厕所也不会传染VIH病毒。



握手, 拥抱及亲吻已被染上VIH病毒的人不会导致被染上VIH病毒。



工作, 上学或者同已被染上VIH病毒的人一起参加体育锻炼不会被染上VIH病毒。



蚊虫的叮咬不会被染上VIH病毒。



### 什么样的液体表现出传染VIH病毒的最大可能性?

- 血液(包括月经血)
- 精液
- 阴道分泌物
- 母乳

### 什么样的液体不会传染VIH病毒?

- 唾液, 尿, 汗液及眼泪不会表现出传染VIH病毒的危险。
- 尿道球腺液(即预射精液)可能会包含病毒, 但是不含有能传染VIH病毒的足够数量的病毒。

### 怎样产生VIH病毒的传染?

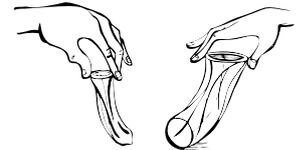
VIH病毒的传染是当在血液, 精液及阴道分泌物中存在着足够水平的病毒来进入一个人的血流时才产生的, 一般是通过在阴道, 肛门, 直肠, 嘴或皮肤的黏膜或者小的伤口来传染的。

VIH病毒不能穿过皮肤, 尽管如此, 由于它的体积很小, 而身体的某些部位是由黏膜而覆盖的(比如, 肛门及直肠, 阴道, 阴茎, 嘴及眼睛), 所以VIH病毒就能够穿过它们并且就这样到达血流中。

当VIH病毒一被暴露在空气或水中时, 病毒就不能在人体之外生存. 因此, 厕所里不能获得病毒, 也不能因使用被一个患VIH病毒性疾病的人原先已使用过的刀叉, 杯子, 毛巾或床单而被染上病毒。

### 怎样预防传染?

使用男性及女性避孕套。



如果使用正确并且没有破损, 男性及女性安全套是已被验证过的用来预防VIH病毒传染及大量性感染的传染的有效工具。



水溶性润滑剂的使用减少了安全套破损的危险并且使阴茎的伸入更加容易, 对更多的人来说, 它也使得性交更加舒服并且愉快。



### 传染的危险

某些实践被认为比另外一些实践会拥有更大的风险, 比如像无安全套的性交实践或者共同分享使用针管. 与此相反, 就是在性交实践中使用安全套或者个人使用新的消毒过的针管. 一个好的来理解VIH病毒传染的危险的方式是认为有如下的等式(这个能帮助来说明需要三种条件才能产生一种病毒传染的可能性)。

含有高水平的VIH病毒的身体液体

- 血液(包括月经血)
- 精液
- 阴道分泌物
- 母乳



实践活动/处境

- 无保护措施的肛门或阴道性交
- 共同分享使用针管
- 怀孕
- 分娩
- 哺乳



病毒进入血液的直接入口

- 阴道黏膜
- 肛门黏膜
- 尿黏膜(在阴茎上的)
- 开口的刀口及伤痕
- 身体上的其他的黏膜
- 由其他的ITS病毒而导致的创伤
- 注射液针管的针眼



## VIH病毒传染的危险

三种必要的增加VIH病毒传染的风险的条件是:

- 一种含有大浓度的VIH病毒的身体液体。
- 通过一种实践活动或者一种状况使含有病毒的液体同另一个人的身体相接触。
- 人体的液体可直接进入另一个人的直接入口。

什么样的性交实践会表现出传染VIH病毒的可能性的更大的可能性?

**高风险的**

- 无安全套的阴茎伸入肛门的性交
- 无安全套的阴茎伸入阴道的性交
- 以不正常的方式使用安全套的阴茎伸入阴道或肛门的性交
- 不正确地使用安全套的阴道或肛门性交
- 在每次新的使用或者没有足够地清洗好时, 不戴安全套来共同分享性交器具

**低风险的**

- 对一个男人而实行的无安全套的有射精或无射精的口头性交。
- 如果在进行口头性交实践的人的嘴黏膜中存在着创伤, 那么被传染的风险就会增加。
- 对一个女人实行的无保护措施的口头性交。
- 无保护措施的口肛性交

VIH病毒传染的可能性有哪些?

很难衡量每个人在任何一种情况下被VIH病毒传染的准确的危险。上面所述的传染的详细等式可能成为一个来评价每个感染的危险的有效工具。也应该知道, 某些因素能够增加因VIH病毒而导致的传染的危险。

- 拥有一个由于性传染而导致的感染(包括无症状的), 在一种性关系中会增加传染VIH病毒或得上VIH病毒性疾病的危险。
- 那些刚被传染上VIH病毒的人在血液中拥有高水平的病毒, 因此, 在急性传染的阶段会拥有更大的传染VIH病毒的可能性(如果没有采取适当的预防性措施的话)。

- 那些同多于一个伴侣保持无保护措施的性交关系的人在短暂的期间内拥有更大的传染VIH病毒或患VIH病毒性疾病的可能。
- 从生物学上来说, 在性交的实践中, 在面对VIH病毒上, 女人比男人更容易受伤害。

减少VIH病毒传染的风险

尽管安全套的使用是用来预防传染VIH病毒的更安全的工具, 但对有些人来说也不总是一种现实的或理想的选择。甚至在那些机会中, 还存在着减少传播VIH病毒或因VIH病毒而被重新再感染的危险的可能性。对那些不使用安全套或不经常使用安全套的人来说, 降低风险是一种不用采取任何预防措施的选择。

在不提供避孕套的情况下是可取的:

- 进行其他的不含有阴茎伸入的性交活动, 比如像相互手淫。
- 实行口头性交活动, 而不进行阴茎伸入阴道或肛门的性交活动。
- 在阴茎伸入的性交中使用润滑油。
- 实行阴茎主动伸入的性交, 而不进行接受性的性交。
- 实行无射精的性交, 而不进行有射精的性交。
- 在阴茎伸入的性交中, 减少射精的次数。
- 减少在同样的情侣中进行无保护措施的性交的次数。
- 减少在无保护措施下实行性交活动的性伴侣的人数。

更多的信息:

如果你需要更多的关于VIH病毒的预防以及其他的性传播的感染的信息, 你可以打入如下的免费电话:

- 西班牙红十字会: 900 111 000
- 900 Rosa: 900 601 601

来源: gTt / Aids Vancouver / Canadian AIDS Society.