

# 生機

香港衛生署

特別預防計劃

護理組

6/2010修訂

BOK/AA4/10-01(C)HIV-EDU

# 愛滋病病毒抗體 呈陽性反應！



你是否感到很徬徨？

你願意和護士輔導員

傾談嗎？



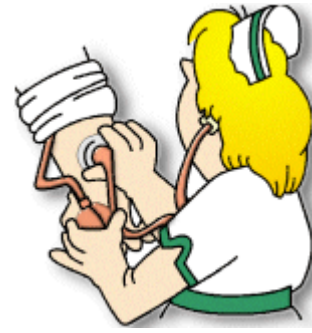
# 誰可以幫我？

- 醫生
- 護士
- 護士輔導員
- 醫務社工
- 非政府愛滋病團體
- 支援小組



# 診所服務

- 絕對保密
- 治療
- 疾病監察
- 輔導
- 電話輔導



## 其他支援服務

- 醫務社會服務
- 健康教育資源
- 支援小組



# 什麼是愛滋病病毒？

愛滋病病毒的正確名稱：

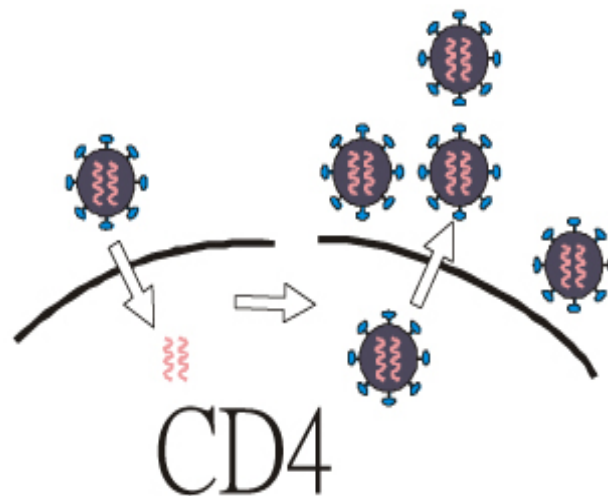
人類免疫力缺乏病毒



愛滋病正確名稱是

後天免疫力缺乏症

愛滋病病毒會入侵附有CD4的白血球，然後大量複製，破壞免疫功能



# 愛滋病病毒抗體測試呈陽性反應是什麼意思？



- 是一個愛滋病病毒感染者
- 你可以把病毒傳染給別人
- 如果沒有接受適當藥物治療，有一半感染者會在 10 年內演變成為愛滋病患者。



# 傳播媒介

愛滋病病毒大量存在：

血液

精液

陰道分泌

極少量：

汗、尿

眼淚

口水

# 為什麼我會被感染？

## 性接觸

- 肛交
- 陰道性交
- 口交



## 血液接觸

- 接受輸血及血液製品
- 共用針筒、針具



## 母嬰接觸

- 分娩
- 餵哺母乳
- 懷孕





# 傳播途徑

一般社交接觸不會傳播

愛滋病病毒

- 蚊咬
- 共用飲水器
- 在泳池游水
- 一同工作
- 一同進食
- 咳嗽或打噴嚏
- 共用廁所
- 握手
- 擁抱



# 愛滋病病毒怎樣影響我的健康？

感染後可分為三個階段



## 1. 早期徵狀：

免疫系統正常，外表健康，可以照常上課，工作和生活。

## 2. 中期徵狀：

帶病毒者會有一些不特定徵狀，如發燒、夜間出汗、體重驟降，極度疲倦等。



## 3. 後期徵狀：

當患者的免疫系統受到嚴重破壞時，便是患上愛滋病了。病者會患上一般正常人很少會患的疾病，稱之為機會性感染。



# 如何監察健康的發展？

## 血液測試監察病情：

- 衡量免疫系統的功能
- 量度CD4 水平



## 量度病毒載量

- 這些測試可以助你決定藥物治療的情況
- 通常每 3-4 個月量度一次



# 在香港有什麼藥物治療可提供？



香港現有的抗病毒藥物包括：

1. 核苷逆轉錄酶抑制劑 (NRTI)
2. 非核苷逆轉錄酶抑制劑 (NNRTI)
3. 蛋白酶抑制劑 (PI)
4. 進入抑制劑
  1. 融合抑制劑
  2. 共受體抑制劑
5. 整合酶抑制劑

## 抗愛滋病病毒藥物的作用

- 壓抑病毒的複製
- 減慢病情的惡化
- 增加免疫能力



# 我可以把病情告訴誰？

先作一個週詳的考慮：

- 誰需要知道 ？
- 可與護士輔導員傾談



我將來的生活  
可以怎樣？



我還可以有性行為嗎？



採取保護性或較安全的性行為： -

- 正確使用安全套
- 選擇非進入式的性行為，如愛撫、親吻、自慰等
- 假如你的性伴侶也是帶病毒者，也需要使用安全套以減低感染其他疾病的機會。



# 我可以有小孩嗎？

如你或你的伴侶希望懷孕生子，  
你們該考慮的因素：-

1. 病患者的健康
2. 如性伴侶受感染，胎兒也可能受感染
3. 孩子的照顧安排
4. 預防治療可減低嬰兒感染的機會
5. 與醫生及護士輔導員詳細傾談





# 好好照顧自己的健康



1. 充足睡眠
2. 運動



3. 均衡飲食



# 均衡飲食

每天理想飲食：

- 1 杯奶
- 2 個水果
- 3 碗飯
- 4 兩肉
- 5 兩菜每餐
- 6 杯水



圖片來源：[enafs.ifas.ufl.edu](http://enafs.ifas.ufl.edu)



病從口入



注意食物衛生  
食得更開心



1.



食用煮沸的水

1.



- 未經煮沸的水



- 用生水所做的冰

2.



食物要徹底煮熟

食剩或隔夜食物

再煮熟才進食

2.



未熟的蛋

半熟牛排



生蠔



魚生

3.



水果要去皮

3.



切開的水果

4.



處理食物或進食前要洗手

4.



不潔的食具 / 食物

# 覆診程序

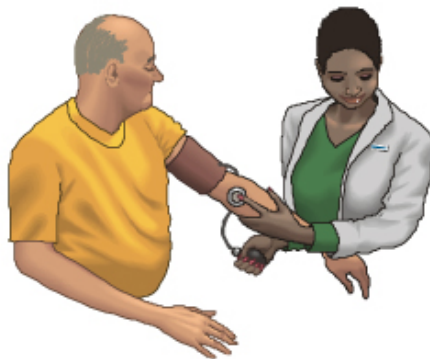


## ● 定期覆診

- 藥物治療：每 2 - 4 星期覆診
- 未需藥物治療：每 3 - 4 個月覆診

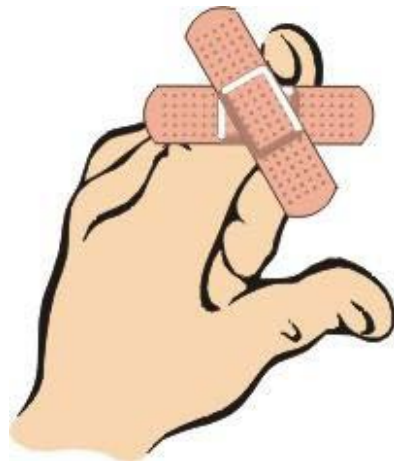
## ● 定期檢查

- CD4及病毒載量的測試
- 通常每 3-4 個月測試一次



# 請注意：

- 傷口要包上膠布
- 沾染血液的物件應適當消毒
- 不應共用私人物件，例如：牙擦等



# 寵物(貓狗)

1. 加強個人衛生，觸摸寵物後洗手，減少經寵物帶來的感染。



2. 保持寵物清潔，清理寵物糞便時要戴手套。



3. 寵物需要杜除寄生蟲和打預防針。



# 給自己時間

你感覺害怕，憤怒，孤單，不快是可以理解的

- 找一個你信任可靠的人傾吐你的感受
- 與醫護人員建立良好的聯繫
- 多留意相關的健康知識及治療資訊



# 記着 - 你不是孤獨的!



## 支援及資料提供

- 綜合治療中心醫務社工 **2116 2878**  
**2117 0810**
- 關懷愛滋 **2898 4411**
- 愛滋病基金會 **2560 8528**
- 愛滋病寧養服務 **2559 2006**
- 社會福利署熱線 **2343 2255**
- 勞工處 **2591 1318**