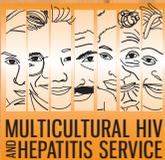


CHINESE





**HIV**

**基本常识**





HIV

基本常识

$$\left[ \begin{array}{c} \text{定期} \\ \text{检查} \end{array} \right] + \left[ \begin{array}{c} \text{及早} \\ \text{治疗} \end{array} \right] + \left[ \begin{array}{c} \text{保持} \\ \text{安全} \end{array} \right] = \text{2020 终结艾滋病}$$

# 目录

<b>简介</b>	1-2
本手册针对哪些人群?	3
本手册回答的部分问题	4
<b>什么是艾滋病病毒?</b>	5-6
艾滋病病毒 (HIV) 和艾滋病 (AIDS) 是一回事吗?	7
人们是如何感染上艾滋病病毒 (HIV) 的?	8
艾滋病病毒 (HIV) 对您的身体有哪些影响?	9
艾滋病病毒感染 (HIV) 有哪些症状?	10
<b>艾滋病病毒 (HIV) 的检测</b>	11-12
怎样知道自己有无携带艾滋病病毒?	13
哪些人应当接受艾滋病病毒检测?	14
应每隔多长时间检测一次?	15
检测类型	15
<b>艾滋病病毒的治疗</b>	17-18
艾滋病病毒的治疗方法	19
哪里可以接受艾滋病病毒治疗, 费用是多少?	20
艾滋病病毒治疗时的常用语	21
健康监测	22
辅助疗法	22
<b>艾滋病病毒的预防</b>	23-24
使用避孕套和润滑剂	25
治疗即预防 (TasP)	26
暴露前预防 (PrEP)	26
暴露后预防 (PEP)	27
使用清洁设备注射药物	28
<b>使用医疗保健系统</b>	29-31
艾滋病病毒专业医护人员和艾滋病病毒的专项服务	32
HIV 服务	35
<b>您在 艾滋病病毒治疗中应有的权利</b>	37-38
艾滋病病毒与法律	41
<b>服务列表</b>	43-46
<b>讨论艾滋病病毒时可能会听到的一些术语</b>	47-49



# 简介



# 本手册针对 哪些人群？

本手册适合任何有兴趣了解  
艾滋病病毒的人士阅读。

其中说明了什么是  
艾滋病病毒，  
如何保护自己不  
被艾滋病病毒感  
染，以及不将艾  
滋病病毒传染给  
他人的方法。  
它还说明了艾滋  
病病毒的检测方  
法和治疗方法。

# 您知道吗？

- 有一些方法可帮助您自己和您的性伴侣防止感染艾滋病病毒。
- 艾滋病病毒 检测方法多种多样。
- 通过 艾滋病病毒的治疗，您也能过上健康长寿的生活。
- 如果您感染了艾滋病病毒，有很多服务可以帮到您。

## 如果您有以下行为，本手册非常适合您：

- 在 艾滋病病毒 常见的国家/地区中发生过未使用避孕套的性行为
- 您有多名性伴侣，并且发生性行为时有时不戴避孕套
- 您的伴侣是一名 艾滋病病毒携带者
- 您的伴侣是一名 艾滋病病毒携带者，而您想要个孩子
- 您是一名有男性同性性交
- 您曾与他人共用针头或其他设备注射药物
- 您曾在海外进行过注射、纹身、穿孔或医疗手术，并且不确定所用设备是否干净。

## 本手册回答的部分问题：

- 什么是艾滋病病毒？
- 艾滋病病毒是如何感染的？
- 艾滋病病毒对我的身体有哪些影响？
- 如何保护自己不被艾滋病病毒感染？
- 我是否应该接受艾滋病病毒检测？
- 哪里可以接受艾滋病病毒检测？
- 澳大利亚有哪些艾滋病病毒的治疗方法？
- 有哪些服务可以帮到我？
- 如果我的艾滋病病毒检测呈阳性，我有哪些权利？



# 什么是 艾滋病病毒？



# 艾滋病病毒的全称是“人类免疫缺陷病毒”。

当 艾滋病病毒侵入人体时，人就会感染艾滋病病毒，即艾滋病病毒呈阳性。

艾滋病病毒会攻击您的免疫系统，而免疫系统用于保护身体免受疾病侵害。

## 艾滋病病毒和艾滋病是一回事吗？

艾滋病病毒（HIV）和艾滋病（AIDS）经常被写成一个词，但 艾滋病病毒与艾滋病不同。

艾滋病病毒是损害免疫系统的病毒。艾滋病病毒若不经过治疗，可以导致艾滋病（AIDS）。

艾滋病（AIDS）是指“获得性免疫缺陷综合征”。当免疫系统遭到严重破坏，您的身体无法抵抗感染时，就会患上艾滋病。艾滋病（AIDS）损害你的健康。

在澳大利亚，几乎所有接受 艾滋病病毒治疗的人都不会患上艾滋病。

有很多新的治疗方法。这些治疗方法能够对抗艾滋病病毒，减轻艾滋病病毒对您免疫系统的侵害。

## 人们是如何感染上 艾滋病病毒的？

艾滋病病毒存在于血液、精液、阴道分泌液和母乳等体液中。只有当 艾滋病病毒携带者的体液进入到另一人的体内时，后者才可能感染艾滋病病毒。

## 艾滋病病毒的 感染途径包括：

- 不戴避孕套进行阴道性交或肛交
- 注射药物时共用针头和其他设备
- 未经消毒就进行身体穿刺或纹身
- 在一些国家/地区进行的输血和医疗手术。

在澳大利亚，输血和医疗手术十分安全。

如果母亲的艾滋病病毒呈阳性， 艾滋病病毒也可能在怀孕、分娩或哺乳期间由母亲传给婴儿。

## 您不会因以下方式感染 艾滋病病毒：

- 咳嗽或打喷嚏
- 亲吻、拥抱或哭泣
- 与艾滋病病毒携带者同睡一张床
- 与艾滋病病毒 携带者分享食物
- 与艾滋病病毒携带者共用洗手间或淋浴设施
- 被昆虫或蚊子叮咬。

## 艾滋病病毒 有哪些症状？

刚刚感染艾滋病病毒 时，您可能没有任何症状。

但在某些情况下，当您第一次感染艾滋病病毒时，可能感觉不舒服，就像得了流感，感到疲劳，并会出现以下症状：

- 发烧
- 晚上睡觉时盗汗
- 皮疹
- 全身疼痛。

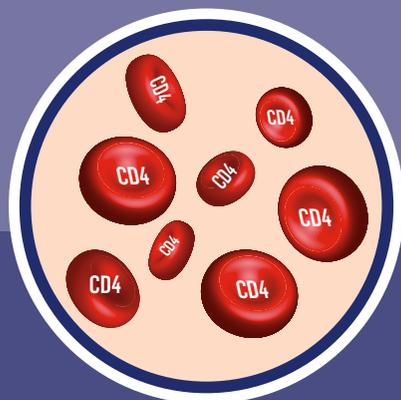
定期检测 艾滋病病毒 非常重要。

# 艾滋病病毒对您的

## 艾滋病病毒的生命周期



免疫系统保护您的身体免受感染和疾病侵袭，从而使您保持健康。

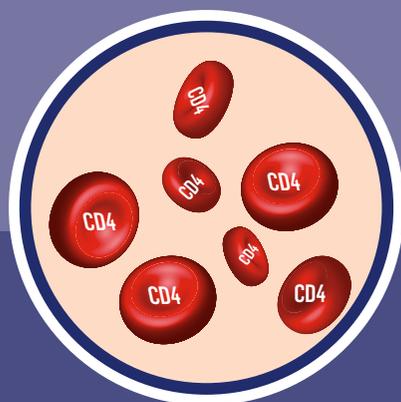


免疫系统由很多不同细胞组成，它们共同作用，发现和消灭使您生病的病毒、细菌和其他微生物。其中一些细胞称为CD4细胞（或T4细胞）。

## 艾滋病病毒的生命周期



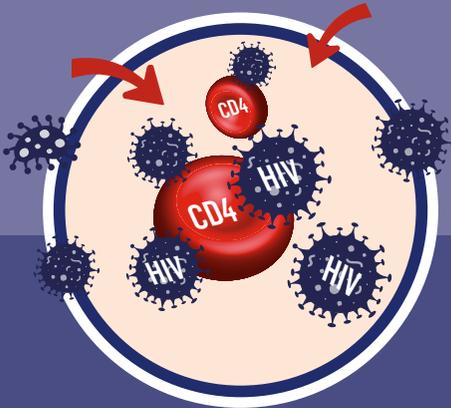
免疫系统保护您的身体免受感染和疾病侵袭，从而使您保持健康。



免疫系统由很多不同细胞组成，它们共同作用，发现和消灭使您生病的病毒、细菌和其他微生物。其中一些细胞称为CD4细胞（或T4细胞）。

# 身体有哪些影响？

## 没有接受治疗

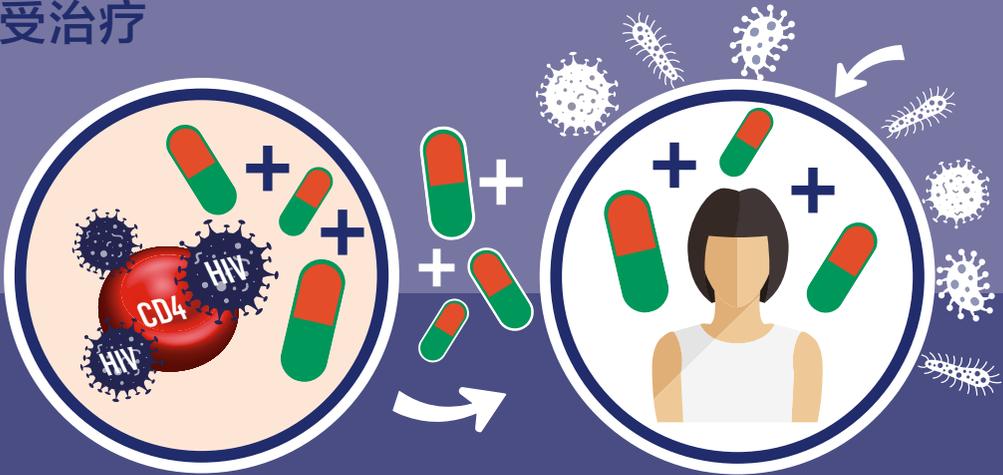


艾滋病病毒 会攻击和破坏您的 CD4 细胞，并损害您的免疫系统。



随着时间推移，如果您不接受艾滋病病毒治疗，体内的 CD4 细胞数量就会变得极少。此时您可能患上艾滋病。

## 接受治疗



艾滋病病毒会攻击和破坏您的 CD4 细胞，并损害您的免疫系统。艾滋病病毒治疗是有效的，并会减少您体内的病毒量。

接受治疗，艾滋病病毒不会损害您的免疫系统。尽早开始治疗对您的健康越有利。



# 艾滋病病毒的检测

# 怎样知道自己有无携带艾滋病病毒？

**了解您是否携带艾滋病病毒的唯一方法就是进行 HIV 检测。在新南威尔士州，艾滋病病毒检测免费、简单且匿名进行。**

在一些诊所，您不需要全民医疗卡，也无需提供真实姓名。诊所将至少需要您的两种联系方式来告知检测结果，这些联系方式可能包括正确的手机号码、电邮地址或通讯地址。

如需获得有关诊所具体位置的详细信息，请致电性健康信息热线 (Sexual Health Infolink: 1800 451 624，或多元文化 HIV 和肝炎服务中心 Multicultural HIV and Hepatitis Service on 02 9515 1234。

艾滋病病毒检测方法多种多样。您可以：

- 前往性健康诊所
- 前往称为 a[TEST] 的快速检测诊所（仅限于男性男性同性性交）
- 要求您的家庭医生进行检测
- 在家进行干血纸片法 (DBS) 艾滋病病毒检测。

有关不同类型检测的更多信息，请参见第 15 页。

**担心检测和结果很正常，但是检测是知道您是否携带艾滋病病毒的唯一方法。**

很多人不知道自己是艾滋病病毒携带者，这意味着他们没有机会从 HIV 治疗中获得健康益处。不知道自己是否携带艾滋病病毒，也可能意味着您会将艾滋病病毒传给其他人。

如果您担心所提供信息的保密情况，请咨询您的医生、性健康诊所或 a[TEST]诊所（见第15页）。

专业医护人员掌握的与您相关的任何信息均为隐私。

## 哪些人应当接受艾滋病病毒的检测？

**任何人认为他们可能感染艾滋病病毒都应当接受艾滋病病毒检测。**

如果您有以下行为，应当接受检测：

- 在艾滋病病毒常见的国家/地区中发生过未使用避孕套的性行为
- 您有多名性伴侣，并且发生性行为时不会总是使用避孕套
- 您的伴侣是一名艾滋病病毒携带者
- 您的伴侣是一名艾滋病病毒携带者，而您想要个孩子
- 您是一名有男性同性性交的男士
- 您曾与他人共用针头或其他设备注射药物
- 您曾在海外进行过注射、纹身、穿孔或医疗手术，并且不确定所用设备是否干净。

# 应每隔多长时间检测一次？

如果您从未接受过艾滋病病毒检测，那么有很多充分理由立即进行此检测。

我们中的很多人需要比别人更经常接受检测。  
向您的医生或性健康诊所咨询，看您该多久检测一次。

## 艾滋病病毒检测类型

艾滋病病毒检测类型	检测方式	检测对象
<b>HIV 验血</b> (艾滋病病毒抗体检测)	这是最常见的检测类型。您的医生会取一份血样，送到实验室去检测艾滋病病毒。 如果检测显示已感染全民医疗卡，医生将重复检测以确认结果。	想要进行全民医疗卡检测的任何人
<b>快速艾滋病病毒检测</b> a[Test]	检测 艾滋病病毒，只需取手指上的一小滴血，。30 分钟内即可出结果。 有三种可能的结果： <b>阴性</b> - 未感染艾滋病病毒 <b>活性</b> - 已感染艾滋病病毒。您需要进行HIV 病毒验血来确认结果。 <b>无效</b> - 检测不起作用。您必须再做一次检测。	发生同性性交的男性
<b>干血纸片法</b> (DBS) 艾滋病病毒检测	DBS 手指穿刺检测可在线预定，亦可在家操作。 您可以使用检测盒中的小针从手指上采集几滴血液，然后将其寄送至实验室进行检测。一周后即可得到检测结果。	发生同性同性性交 ● 的男性。 ● 来自艾滋病病毒常见国家/地区的人士。 ● 其性伴侣来自艾滋病病毒常见国家/地区的人士。 您必须年满 16 周岁 并在新南威尔士州居住。 无需全民医疗卡。

如果您的艾滋病病毒检测结果为阳性，请尽早开始治疗。这意味着您将保持健康，并可增强自己的免疫系统，同时减少您体内艾滋病病毒的数量，以防止让伴侣感染艾滋病病毒。

## 检测地点

家庭医生 (GP)  
性健康诊所  
新南威尔士州计划生育中心  
(Family Planning NSW)

快速 HIV 检测中心，称为 a[TEST]，  
请在以下网址查询：

[www.endinghiv.org.au/test-often/where-to-get-tested/](http://www.endinghiv.org.au/test-often/where-to-get-tested/)

在线订购 DBS 艾滋病病毒检测套件，  
网址为  
<https://www.hivtest.health.nsw.gov.au/> /

您将收到使用机密文件信封寄出的检测套件，其中有您进行检测所需要的所有工具。

## 检测费用

该检测在接受全额报销的家庭医生处、性健康诊所和新南威尔士州计划生育中心均可免费进行。

如果您的家庭医生不接受全额报销，则您可能需要为此服务付费。

免费

免费



# 艾滋病病毒的治疗



# 如何治疗艾滋病病毒？

**当前的艾滋病病毒治疗方法非常有效。**

艾滋病病毒的治疗方法是使用抗逆转录病毒药物 (ARV)。

抗逆转录病毒药物无法清除艾滋病病毒，但可减少体内病毒数量，从而阻止病毒破坏免疫系统。一旦病毒被降低到极低水平（通常在开始治疗的几周内），艾滋病病毒就无法从一人传染到另一人。

即使您感染了艾滋病病毒，只要您在接受艾滋病病毒治疗，也能过上充实、长寿和健康的生活。越早开始艾滋病病毒治疗，就越有益于健康。

## 艾滋病病毒治疗需要了解的事项：

- 艾滋病病毒治疗非常有效，但需要终身治疗。
- 越早开始接受艾滋病病毒治疗，就越有益于健康。
- 您需要严格遵照医嘱接受治疗，并确保不会漏服任何药物。
- 有些人服药会有副作用。如果您有任何副作用，应当立即告知医生，他们可让您接受不同治疗来阻止副作用。
- 服用抗逆转录病毒药物是个重要决定，您需要和医生讨论。多花时间问些问题，以确保掌握所需的全部信息。

# 哪里可以接受艾滋病病毒治疗，费用是多少？

谈论治疗方法的最佳人选是艾滋病病毒的专科医生。如果您的医生对治疗艾滋病病毒没有经验，请预约性健康诊所的医生，或者请您的医生帮忙转诊到艾滋病病毒专科医生。

您的医生会给您开具适合您的艾滋病病毒药物处方。您需要携带该处方前往：

- 医院药房：如从医院药房取药，请提前致电预约，以确定药房的开门营业时间。
- 当地药房：询问当地药房是否销售您需要的艾滋病病毒药物。如需更多药物，请提前计划，留出时间让药房订购。一些当地药房可免费为您递送药物。所有药房均须对您的个人信息保密。
- 网上药店：您可以网购艾滋病病毒药物，选择让卖家将药物邮寄到家中或其它您指定的地址。

在新南威爾士州(NSW)，任何愛滋病病毒感染者（愛滋病病毒呈陽性）均可**免費**接受治療。您不需要醫療保險卡即可獲得免費治療。

**向您的医生咨询更多信息。**

# 艾滋病病毒通用术语

在您接受治疗期间，您的医生会使用以下一些术语：

## 病毒载量

**病毒载量用于描述您血液中 艾滋病病毒 的含量。**

如果您的病毒载量很高，意味着免疫系统正遭受攻击，逐渐变弱。

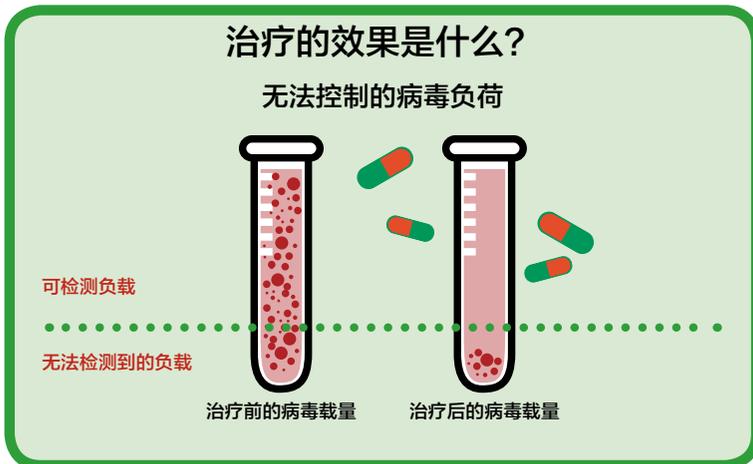
如果您的病毒载量很低或者检测不到，这意味着免疫系统未受攻击，您不太可能生病或患上艾滋病。

有一项检测可测量您的病毒载量，以显示艾滋病病毒的治疗效果。它可帮助您和医生确定治疗是否有效，或者是否需要调整艾滋病病毒治疗方法。

## 病毒载量检测不到

病毒载量检测不到意味着艾滋病病毒仍然存在于您的体内，但数量极少。血液中艾滋病病毒的含量过低，以至无法检测到。

当您的病毒载量检测不到时，艾滋病病毒不会损害您的免疫系统，您也无法将艾滋病病毒传染给他人。



遵照医嘱接受艾滋病病毒 治疗，您的病毒载量就会检测不到。

您需要定期验血来检查病毒载量。您需要坚持定期服药，以保持病毒载量检测不到。

如果您是艾滋病病毒携带者，并且没有全民医疗卡，请咨询您的医生或联系支持服务（参见第 45 页）以获得更多信息和支持。

## 健康监测

配合医生的工作以保持健康，并保护自己免受其他感染，这对于艾滋病病毒携带者过上健康生活非常重要。定期检查非常重要，方便医生检查您的健康状况，并建议您如何应对。

## 辅助疗法

一些艾滋病病毒携带者在服用 HIV 药物（抗逆转录病毒药物）期间，会同时使用辅助疗法。

辅助疗法包括：

- 针灸
- 顺势疗法
- 催眠疗法
- 按摩
- 冥想
- 自然疗法
- 传统医药
- 服用维生素

辅助疗法无法治疗或治愈艾滋病病毒，但可能有助于缓解艾滋病病毒治疗的副作用。

告知医生您是否在使用任何辅助疗法，因为这些疗法可能会影响您的 HIV 治疗疗效。



# 如何防止 艾滋病病毒的 感染



您可以通过以下方式保护自己和其他人免受艾滋病病毒的感染：

## 使用避孕套和润滑剂

这有助于保护自己和其他人免受性传播疾病 (STI) 的感染，包括艾滋病病毒的感染。

避孕套的形状、尺寸和颜色各异。您可能需要尝试多款不同产品，才能找到适合自己的避孕套。

避孕套只能与水基润滑剂搭配使用。精油和凡士林可能会降低避孕套的强度，使其破裂。

您可以从以下地点购买避孕套和润滑剂：

- 药房
- 超市
- 便利店
- 男女卫生间内的自动售货机

您可以从以下地点购买避孕套和润滑剂：

- 计划生育诊所
- 社区保健中心
- 性健康诊所
- ACON（见第 35 页）。

## 治疗即预防 (TasP)

如果您是艾滋病病毒携带者，请遵照医生医嘱来接受艾滋病病毒治疗，这会让您的病毒载量检测不到。病毒载量检测不到意味着您不会将艾滋病病毒传给其他人。

## 暴露前预防 (PrEP)

如果您没有携带艾滋病病毒，可服用 PrEP 来保护自己免受 HIV 侵害，PrEP 需每天服用，每日一粒。

如果您是刚开始使用 PrEP 的男性，您需要连续 7 天，每天服用一次，才能完全免受艾滋病病毒的感染，然后继续每天服用一粒 PrEP 药片。

女性需要服用 PrEP 更长时间，才能完全免受艾滋病病毒的感染。如果您是女性，您需要连续 20 天，每天服用一次 PrEP，才能完全免受艾滋病病毒的感染，然后继续每天服用一粒 PrEP 药片。

您应该每天在同一时间服药。  
如果没有每天服用该药片，那么您可能会失去针对艾滋病病毒的保护。

PrEP 无法阻止您感染其它性传播疾病，因此应当使用避孕套来帮助您避免感染其它性病，这点仍然很重要。

咨询您的医生或性健康诊所，了解您是否适合服用 PrEP。



## 暴露后预防 (PEP)

PEP 就是在您认为自己接触艾滋病病毒 之后，接受四个星期的 艾滋病病毒治疗，以帮助自己免于感染艾滋病病毒。

PEP 适用于任何认为自己可能接触过艾滋病病毒的人，因为他们曾经：

- 在未使用避孕套的情况下性交
- 曾与他人共用针头或其他设备注射药物

**您应该尽快开始服用 PEP。只有在接触 HIV 后 72 小时内服用，PEP 才会起作用。**

如果您的医生认为 PEP 适合您，您需要每天服用，连续服用 28 天。

您可以从性健康诊所、艾滋病病毒专科医生和医院处获得 PEP。

## 使用消毒过的设备注射药物

只有使用自用或全新的针头、注射器和其他设备，才能最有效地保护自己 and 他人免受艾滋病病毒病毒的感染。

针头和注射器项目 (NSP) 和部分药房提供免费针头和设备。

在此标志出现的任何地方，均可免费领取新的注射设备。





# 使用医疗 保健系统



# 使用医疗保健系统

医疗保健系统由提供保健护理的服务、机构和人员组成。该系统包括医院、诊所、医生、护士、社会工作者和口译员。

您可能很难找到您需要的信息和服务，尤其是在您身体不好或者英语水平有限的情况下。您可能需要使用一些您从未使用过的医疗保健服务。您需要知道有哪些医疗保健服务可用，以及这些服务如何帮到您。

**如果您有全民医疗卡，很多医疗保健服务可以免费。**

这些服务称为全额报销。但是，您可能要支付某些药物费用或为您定制的一些检测。

如果您有全民医疗卡，在您去医生或任何其他医护人员处就诊前，务必询问是否提供全额报销。

去医生、诊所或医院处就诊时，务必随身携带全民医疗卡。

您的全民医疗卡详细信息为保密信息。

**如果您没有全民医疗卡，您可以免费使用一些性健康诊所的服务。**

要找到您住所附近的性健康诊所，请浏览：

[www.health.nsw.gov.au/sexualhealth/pages/sexual-health-clinics.aspx](http://www.health.nsw.gov.au/sexualhealth/pages/sexual-health-clinics.aspx)

# 专业医护人员和健康服务在 HIV 治疗中的作用

## 家庭医生 (GP)

家庭医生 (GP) 是在社区而非医院工作的医生。您可前往医疗中心或私人诊所的有家庭医生服务之处就诊。如果您有全民医疗卡（您无需付费），一些家庭医生就会全额报销，但有些家庭医生会另行收取服务费。应当了解去家庭医生就诊是否收费，这点始终很重要。

如果您是艾滋病病毒携带者，应当去找一位了解艾滋病病毒并有治疗艾滋病病毒 艾滋病病毒感染者经验的家庭医生。并非所有家庭医生都有资质开具艾滋病病毒治疗处方。如果您的家庭医生无资质开具 HIV 治疗处方，他们可能会将您转诊到有资质的家庭医生或专科医生那里。

全科医师可以开具 PrEP 的处方，如果您认为 PrEP 适合您，请向您的家庭医生提出相关要求。

## 专科医生

专科医生是指在特定健康问题接受过培训的医生。HIV 药物专科医生将监督您治疗和护理的每个阶段。您必须有家庭医生的转诊单才能预约 HIV 专科医生。

## 性健康诊所

新南威尔士州各地均设有性健康诊所。这些诊所提供性健康和生殖健康方面的医疗服务、咨询和支持，其中包括艾滋病病毒。

所有性健康诊所：

- 拥有对艾滋病病毒极富经验的员工
- 提供免费服务。

某些性健康诊所：

- 有时晚上营业
- 不要求提供身份证明
- 会为没有全民医疗卡的人士就诊。

## 医院

医院为身体不适者（包括 艾滋病病毒 携带者）提供专业治疗。医院内有一些艾滋病病毒专科医生。

## 咨询医生、社会工作者和心理咨询师

很多服务机构都配备咨询医生、社会工作者和心理咨询师，您可以和他们谈谈您的感受，并就 艾滋病病毒者生活中的一些挑战寻求解决方案。

咨询医生或社会工作者可以：

- 帮您找到所需服务
- 就您可能不明白的艾滋病病毒治疗方法进行说明讲解
- 提供情感支持
- 帮助您决定将自己携带艾滋病病毒的事告诉哪些人，如何告诉他们，甚至可在您告知对方时陪在您身边。

## 口译员

如果您不会说或听不懂英语，您可以要求找一名口译员帮助您和医护人员或其他服务人员沟通。

口译员的职责是翻译您和医护人员之间的对话。

有了口译员，您就能：

- 理解别人告诉您的所有内容
- 确保他人理解您讲述的所有内容
- 提问并得到解答
- 理解检测和治疗，并可以签署同意书。

像所有专业医护人员一样，口译员也必须对您所提供的信息予以保密。

澳大利亚各地均提供电话口译员。此服务称为电话口译服务 (TIS)。此服务为免费服务，无需提前预订。

**要使用此服务，请拨打 131450**

# HIV 服务

## 多元文化 艾滋病病毒 和肝炎服务 (MHAHS)

该服务 (MHAHS) 为艾滋病病毒的移民和难民提供支持，帮助人们理解艾滋病病毒，帮助他们使用健康服务和其他服务，并提供情感支持。

该服务雇用的男性和女性工作人员的背景来自亚洲，非洲，欧洲，中东和南美洲。他们了解如何帮助有艾滋病病毒和艾滋病感染者处理文化问题。

此服务为免费服务。

如需了解更多信息，请浏览：

[www.mhahs.org.au](http://www.mhahs.org.au)

电话: 02 9515 1234

## ACON

ACON 专注于 HIV 预防、HIV 支持以及男同性恋者、女同性恋者、双性恋者、跨性别者和双性人 (LGBTI) 的健康。ACON 提供包括咨询、支持和支持团体在内的各类信息、计划和服务，以此帮助 艾滋病病毒 携带者管理自己及伴侣的健康。

如需了解更多信息，请浏览：

[www.acon.org.au](http://www.acon.org.au)

电话: 02 9206 2000

## POZHET

Pozhet 专注于在整个新南威尔士州推动携带艾滋病病毒的异性恋者、异性恋者伴侣和家人的健康和福祉。Pozhet 为携带艾滋病病毒的异性恋者提供教育和支持，并为人们提供相关的健康和社会服务。Pozhet 还向所有异性恋者提供艾滋病病毒预防的相关信息。

如需了解更多信息，请浏览：

[www.pozhet.org.au](http://www.pozhet.org.au)

电话: 1800 812 404

## 新州阳光生活

“新州阳光生活” (Positive Life NSW) 致力于树立艾滋病病毒携带和感染人群的正面形象，其目的是杜绝偏见、孤立、羞辱和歧视现象。“新州阳光生活”旨在帮助新南威尔士州的艾滋病病毒携带者、其伴侣、朋友、家人和照看者，以改变歧视他们的一些体制和做法。

如需了解更多信息，请浏览：

[www.positivelife.org.au](http://www.positivelife.org.au)

电话: 02 9206 2177 或 1800 245 677



# 您的权利与 艾滋病病毒



## 人们对艾滋病病毒有一些共同的担忧：

虽然我还生活在这个世界上，  
却不觉得自己属于这个世界，  
因为我把自己锁了起来，跟这个世界隔离开来。

我害怕接受检测。  
万一阳性该怎么办？我的家人会和我断绝  
关系。我宁可不知道检测结果。

在我所在的国家/地区，人们对艾滋病病毒携  
带者有很多偏见。

我的家人因我而感到无地自容，他们不想和我说话。

我不希望我的签证被取消而不得不回家。在澳  
大利亚，我可以活出自我。

在本国的文化中，  
我们甚至不会和同性恋人讨论性。



污名化是指针对人们的性别、性取向、种族、肤色、健康问题或宗教信仰而对其产生的负面想法、感觉和看法。

当某人被视为与众不同时，可能会遭到非议和歧视，并遭到污名化。  
这可能导致艾滋病病毒携带者变得孤立无援，并可能会让他们无法接受艾滋病病毒检测、开始治疗以及使用健康和支持服务。

在澳大利亚，任何人士或医护人员因性别、性取向、种族、肤色、健康问题或宗教信仰而对您有歧视、非议或评判行为，或拒绝为您提供服务，均为违法行为。



## 艾滋病病毒与法律

了解艾滋病病毒和法律很重要。

**新南威尔士州法律规定，您无需在做爱前告诉别人您是艾滋病病毒携带者，而只需采取合理的预防措施来保护对方不被艾滋病病毒感染即可。**

避免传播艾滋病病毒的合理预防措施可能包括：

- 使用避孕套
- 拥有检测不到的病毒载量  
(通过进行 艾滋病病毒 治疗实现)
- 您的性伴侣接受暴露前预防 (PrEP)。

如果您是艾滋病病毒携带者，您应咨询医生可采取哪些合理的预防措施来保护您的伴侣免受艾滋病病毒的感染。

如需了解详细信息，请访问：

[www.health.nsw.gov.au/phact/Pages/pha-s79.aspx](http://www.health.nsw.gov.au/phact/Pages/pha-s79.aspx)





# 服务列表



# 支持服务

## 多元文化 HIV 与肝炎服务 (MHAHS)

[www.mhahs.org.au](http://www.mhahs.org.au)

悉尼: 02 9515 1234

免费电话: 1800 108 098

Level 2, 18 Marsden Street

Camperdown, NSW 2050

电子邮件: [info@mhahs.org.au](mailto:info@mhahs.org.au)

## ACON

[www.acon.org.au](http://www.acon.org.au)

电话: 02 9206 2000

免费电话: 1800 063 060

414 Elizabeth Street

Surry Hills, NSW 2010

电子邮件: [acon@acon.org.au](mailto:acon@acon.org.au)

## 新州阳光生活 (Positive Life NSW)

[www.positivelife.org.au](http://www.positivelife.org.au)

电话: 02 9206 2177

免费电话: 1800 245 677

Suite 5.2, Level 5, 414 Elizabeth Street

Surry Hills, NSW 2010

电子邮件: [contact@positivelife.org.au](mailto:contact@positivelife.org.au)

## Pozhet (新州同性恋 HIV 服务)

[www.pozhet.org.au](http://www.pozhet.org.au)

同性恋 HIV 信息热线: 02 9206 2177

免费电话: 1800 812 404

18 Marsden Street

Camperdown, NSW 2050

电子邮件: [pozhet@pozhet.org.au](mailto:pozhet@pozhet.org.au)

## Bobby Goldsmith Foundation 基金会 (BGF)

BGF 是新南威尔士州全州范围提供的服务, 为 HIV 携带者提供支持和信息。

[www.bgf.org.au](http://www.bgf.org.au)

免费电话: 1800 651 011

Level 3, 111-117 Devonshire Street

Darlinghurst, NSW 2010

电话: 02 9283 8666

电子邮件: [bgf@bgf.org.au](mailto:bgf@bgf.org.au)

## NUAA (新州药物使用者和艾滋病协会)

NUAA 由有药物使用经验的人士领导。他们为使用药物的新南威尔士州居民提供信息和支持。

[www.nuaa.org.au](http://www.nuaa.org.au)

电话: 02 8354 7300

免费电话: 1800 644 413

345 Crown Street

Surry Hills, NSW 2010

## 哪里可以接受检测？

按位置搜索 HIV 检测中心  
[www.endinghiv.org.au/test-often/  
where-to-get-tested](http://www.endinghiv.org.au/test-often/where-to-get-tested)

### 性健康服务

新州性健康 (NSW Sexual Health)  
[www.health.nsw.gov.au/sexualhealth/  
pages/sexual-health-clinics.aspx](http://www.health.nsw.gov.au/sexualhealth/pages/sexual-health-clinics.aspx)  
信息热线: 1800 451 624

## 法律服务

### HIV/艾滋病法律中心 (HALC)

HALC 向携带 HIV 或有肝炎的新南威尔士州居民提供免费法律援助。

[www.halc.org.au](http://www.halc.org.au)  
电话: 02 9206 2060

414 Elizabeth Street  
Surry Hills, NSW 2010  
电子邮件: [halc@halc.org.au](mailto:halc@halc.org.au)

# 讨论 HIV 时可能会听到的一些术语

## 坚持

坚持是指遵照医嘱每天接受艾滋病病毒治疗。

## 抗体

人体产生抗体来对抗细菌和病毒，例如艾滋病病毒。

## 抗逆转录病毒 (ARV)

抗逆转录病毒药物是用于治疗艾滋病病毒的药物。

## 全额报销

如果您的医生接受全额报销，您就诊时将全额免费，全民医疗卡。如果您的医生不接受全额报销，您则需要向医生付费，然后向全民医疗卡申请报销。

## CD4 细胞

CD4 细胞是体内的一种免疫系统细胞，HIV 可随时间推移，攻击并杀死这种细胞。CD4 细胞数量越少，免疫系统就越弱。

## 临床试验

临床试验是试验性研究，人们自愿对新的治疗方法接受测试，管理各种疾病或医疗状况。

## 避孕套

一种较薄的橡胶（乳胶）袋，可套在男性勃起的阴茎上，用以防止女性怀孕，并减少传播 艾滋病病毒 和其他传播性疾病的机会。

## 保密性

专业医护人员掌握的与您相关的任何信息均为隐私。专业医护人员只会在您允许时（或在极为特殊的情况下）重复您说过的话。

## 诊断

医生在检查、检测以及与病人交谈后可能得出的结论。

## 干血纸片法 (DBS) HIV 检测

一种简单、免费、匿名的手指穿刺 HIV 检测，可在线预定。

## HIV 阴性

未携带艾滋病病毒的人士。

## HIV 阳性

携带艾滋病病毒的人士。

## HIV 状态

HIV 状态是指您是艾滋病病毒阳性还是 艾滋病病毒 阴性。

## HIV 检测

通过验血来寻找艾滋病病毒抗体。也称为艾滋病病毒抗体检测。

## 感染

一种具有致病性的体内或身体上的微生物。感染可能由病毒、细菌、真菌或寄生虫引起。

## 润滑剂

润滑剂是一种润滑物质，可与避孕套搭配使用，减少性交时的摩擦。

## PEP

暴露后预防 (PEP) 指 HIV 阴性人士在可能的 HIV 风险事件后 72 小时内接受治疗，用以防止 HIV 感染。

## PrEP

Pre-exposure prophylaxis (暴露前预防) PrEP 是指通过每天服用抗艾滋病病毒药物去保护您免受艾滋病病毒感染。

## 快速 HIV 检测

取手指上的一小滴血，用于检测艾滋病病毒。30 分钟内即出结果。

## 消遣性药物

是指并非由医生开具，而是仅供消遣放松的药物。在澳大利亚，所有消遣性药物均违法。

## Section 100 (s100)

### 高度专门化药物

高度专门化药物是用于治疗 and 预防 艾滋病病毒 的药物，只能由受过特别训练的医生开具处方。

## S100 处方者

接受过 Section 100 (s100) 高度专门化药物（包括用于治疗 and 预防 艾滋病病毒 的药物）处方培训的医生。

## 性传播疾病 (STI)

通过性接触传播的感染。由细菌、病毒或寄生虫所引起。

## 血清转换期

感染艾滋病病毒后，HIV 抗体在血液中被检测到的时间。有时也称为“窗口期”。

## 副作用

对药物或治疗可能产生的负面反应。

## 污名化

某一社会或群体基于性别、性取向、种族、肤色、健康问题或宗教信仰对某个人所持的负面想法、感觉和看法。

## TasP

治疗即预防 (TasP) 包括遵医嘱服用 HIV 药物，让您的病毒载量检测不到。

## 传播

疾病从一人传到另一人。

## 治疗

某人为保持健康或康复而做的事。治疗可能包括服药、辅助疗法和/或改变生活方式。

# TERMS YOU MAY HEAR WHEN TALKING ABOUT HIV

## 病毒载量检测不到 (UVL)

病毒载量检测不到意味着 HIV 仍然存在于您的体内，但数量极少。这是艾滋病病毒治疗的主要目标，因为这意味着免疫系统未受攻击，从而不会将艾滋病病毒传给性伴侣。

## 自动售货机

自动售货机是一种零售设备，只需投入钱币并按下按钮，即可购买巧克力、咖啡或避孕套等物品。一些地方（如酒吧或大学的洗手间内）经常配备装有避孕套的自动售货机。

## 病毒载量

用于描述血液中艾滋病病毒含量的术语。病毒载量越高，艾滋病病毒越有可能传播，并越快削弱您的免疫系统。

## 病毒

一种某些抗生素无法治疗的微生物。HIV、乙型肝炎和丙型肝炎均为抗生素无法治疗的病毒，均可使用抗病毒药物进行治疗。

## 窗口期

参见“血清转换期”。

