

社会共治 守正创新 终结艾滋

2025年12月1日是第38个“世界艾滋病日”。今年我国的宣传活动主题为“社会共治，守正创新，终结艾滋”，旨在深刻认识艾滋病防治工作的重要性和长期性，在总结、继承既往有效防治工作经验和典型做法的基础上，进一步倡导社会各界共同承担艾滋病防治责任，加强艾滋病防治措施的探索创新，推进艾滋病防治工作高质量发展。



艾滋病知识问答

什么是艾滋病

艾滋病全称为获得性免疫缺陷综合征(AIDS)，是由人类免疫缺陷病毒(HIV，又称艾滋病病毒)引起的一种慢性传染病，是全球面临的重大公共卫生问题和社会问题。该病毒会破坏人体免疫系统细胞，人体在感染病毒2年~10年，免疫系统遭受严重破坏时，会发展成艾滋病。因个体免疫差异等因素，部分感染者多年后才进入艾滋病期，也有部分感染者可能在感染后快速发展成艾滋病。

目前，艾滋病尚无可预防的疫苗，也无可治愈的方法。一旦感染艾滋病，患者需要终身规律服药。通过及时接受抗病毒治疗、保持健康的生活方式、遵循医疗建议并定期监测免疫系统功能，可以有效延缓疾病进展。因此，艾滋病抗病毒治疗应遵循“早检测、早发现、早治疗”的原则，这样才能有效控制病毒复制、降低HIV/AIDS传染性、延缓病情进展、降低患者病死率并提高患者生活质量。

艾滋病的传播途径有哪些

HIV感染者和艾滋病病人是艾滋病的主要传染源。HIV主要存在于传染源的血液、精液、阴道分泌物、胸腔积液、腹水、脑脊液、羊水、乳汁等体液中。HIV可通过不安全的性接触(包括不安全的同性、异性和双性性接触)传播，还可

通过共用针具静脉注射毒品、不规范的介入性医疗操作、文身及接触被污染的血液或血液制品等经血液传播，也可由母亲通过妊娠、分娩和哺乳等途径传染给孩子。目前，性传播已成为我国艾滋病的主要传播途径。

HIV感染的3个阶段是什么

HIV感染全过程分为3期，即急性感染期、无症状期和艾滋病期。

急性感染期：HIV感染后，可能出现发热、咽痛、恶心、关节痛等症状，持续1周~3周。这些症状容易被忽视，误认为是“普通感冒”。对于有过于此类情况的高危人群，需尽快进行HIV相关检测。无症状期：急性感染期后，许多HIV

感染者可能长时间内没有明显症状，这一阶段被称为无症状期。在此期间，病毒仍在持续破坏免疫系统功能。艾滋病期：如果未及时接受检测和进行抗病毒治疗，HIV感染最终可能会发展成艾滋病。艾滋病是免疫系统功能受损严重的状态，患者容易感染传染病及其他严重疾病。

艾滋病的检测手段有哪些

一个人是否感染HIV，不能从外表进行判断，检测是发现HIV感染的唯一途径。发生高危行为后，建议尽快主动前往各级疾病预防控制中心或医疗机构进行咨询和检测，以便尽早发现自己是否感染艾滋病病毒，及时采取措施，保护自己和他人免受病毒的进一步侵害。

如果你怀疑自己可能感染了HIV，建议尽早咨询医疗专业人员并进行相应检测。目前常见的艾滋病检测手段包括以下几种：

一是HIV抗体检测：目前常用的HIV感染检测方法之一，通常在感染后21天左右可检测到HIV抗体。

二是HIV抗原/抗体联合检测：这是一种结合了HIV抗体和HIV抗原的检测方法，通常在感染后14天左右可检测到HIV抗原。

三是HIV核酸检测：这种检测方法最快可在感染后7天左右检测到HIV的核酸RNA(核糖核酸)或DNA(脱氧核糖核酸)，比HIV抗体和抗原检测更早确定感染。HIV核酸检测通常用于HIV早期感染的筛查及确诊。

四是艾滋病病毒载量检测：一旦确诊HIV感染，进行病毒载量检

测可以精准确定体内病毒的数量，这对于指导选择合适的抗病毒治疗药物具有至关重要的作用。

五是CD4⁺T淋巴细胞计数检测：CD4⁺T淋巴细胞是免疫系统的一部分，也是HIV主要攻击的靶细胞。在确诊HIV感染后，检测CD4⁺T淋巴细胞计数可以帮助了解疾病进展，评估免疫状况，从而更好地制定抗病毒治疗药物方案。

需要注意的是，艾滋病检测存在窗口期，即从病毒感染人体到血液中能检出HIV的抗体、抗原或核酸等感染标志物的这段时期。

现有诊断技术都存在窗口期，HIV核酸检测、HIV抗原检测、HIV抗体检测3种检测技术的窗口期分别是

感染后1周、2周和3周左右。建议根据窗口期长短选择合适的检测技术进行检测，方可排除HIV感染。

在窗口期内，虽然检测不到HIV抗体，但是感染者处于急性感染期，体内HIV快速复制，具有极强的传染性。尽早检测发现感染者、尽快开展抗病毒治疗，实现有效病毒抑制是全球终结艾滋病流行的重要策略。尽早检测治疗能够大幅降低高风险群体的病毒载量水平，降低传播风险。

《健康中国2030行动实施意见》提出，加强重大传染病防控，努力控制和降低其流行水平是重要的工作方向之一。按照国家艾滋病防治工作要求，结合实际，河南省制定了艾滋病防治策略，并出台一系列防控措施。

河南省创新构建“一个机制、三大体系”防治模式，全面落实“四免一关怀”政策。河南省疾病预防控制系统全面落实全国及全省疾病预防控制工作会议精神，坚持预防为主、防治结合、综合治理的策略，统筹资源，采取精准有效的措施，使全省艾滋病疫情持续稳定在低流行水平，经血液传播得到遏制，经母婴传播得到有效控制，经性传播正在积极控制中。

针对艾滋病易感染高危性行为人群，采取发放宣传资料、推广安全套、提供性病咨询及HIV暴露前(后)预防等综合干预措施，以扩大干预覆盖面、加强检测为导向，以更

大幅度发现HIV感染者为目标，加强警示性教育，重点遏制艾滋病传播。

在艾滋病防治策略中，预防是首要任务，提高对艾滋病的认识、采取科学有效的防治措施是控制艾滋病流行的关键。

以实现“三个95%”目标为核心，全面提升防治质量。在扩大检测方面，采取多种措施尽早发现感染者：一是强化医疗机构重点科室PITC(医务人员主动提供艾滋病检测咨询服务)，在从业人员健康体检、婚前和孕前孕期保健时增加HIV抗体检测；二是依托全省493个自愿咨询检测门诊，推进医防融合、多病共防。

艾滋病检测实验室网络化建设全面推进。艾滋病检测工作的全面推进，有力支撑了河南省艾滋病防治工作的高质量发展。

截至2025年11月，河南省共建立艾滋病检测实验室3808家。按检测能力分类，共有艾滋病筛查实验室1016个、艾滋病确证(中心)实验室44个、艾滋病CD4⁺T淋巴细胞检测实验室112个、艾滋病病毒载量检测实验室43个，以及艾滋病检测点2725个。建立了省、市、县(区)、乡四级实验室检测网络，实现全省覆盖。

完善监测体系。2025年，全省国家级和省级艾滋病监

测哨点扩大到148个，覆盖全省18个地市共9类人群，为掌握全省不同人群的艾滋病感

染状况、流行趋势及影响因素提供了数据支撑，也为效果评价和政策制定提供了重要依据。

近10年河南省哨点监测人群HIV抗体阳性率整体呈下降趋势。

推进艾滋病的随访与治疗。

河南省持续推进随访管理工作高质量发展，在降低新发感染率、死亡率和提高生存率等方面取得了积极成效。

一是通过对HIV感染者和艾滋病人开展定期规范随访，提供转介及治疗、关怀和支持服务，减少机会性感染发生风

险，提高生存质量。二是通过持续实施单阳家庭婚内性传播干预措施，艾滋病婚内性传播得到了有效控制。

科学执行“发现即治疗”策略。积极推进HIV检测、诊断、治疗“一站式”服务模式，缩短从发现到治疗的时间；扩大艾滋病抗病毒治疗覆盖面，实现应治尽治；做好治疗前患者宣传教育，提升服药依从性。

美沙酮药物维持治疗工

作规范开展，近年来在服药人群未发现HIV感染者。2006年，河南省启动戒毒药物维持治疗；2007年，首家美沙酮药物

维持治疗门诊开诊。目前，全省有20家美沙酮药物维持治疗

门诊，覆盖全省11个地市。

重点人群干预模式不断

创新，预防关口前移。高危人

群HIV暴露前(后)预防工作取得重要进展。艾滋病病毒暴露前(后)预防是指未感染HIV者，在发生易感染HIV危险行为前(后)使用特定抗病毒药物，以降低感染风险的方

法，根据用药时机不同，分为暴露前预防(PrEP)和暴露后预防(PEP)。河南省自2020年开展此项工作，目前全省共

有17个地市26个门诊开展艾滋

病病毒暴露前(后)预防工作。该生物医学干预措施在全省的应用推广，减少了HIV在高危人群中的感染和传

播。此外，由河南省艾滋病防治工作者编写的健康科普丛书《生命之光——艾滋病病毒暴露后自救之路》即将正式出版。

该书聚焦HIV暴露后的紧急应对，系统清晰地阐述了发生HIV高暴露风险后如何科学、及时开展自救。

建立“互联网+”平台，综

合干预覆盖面进一步扩大。先行区覆盖的8个省辖市均已建立“互联网+”平台，开展综合干预服务。

郑州市创建“郑在防艾”咨询检测小程序并向全市推广，引导公众通过搜索小程序获取艾滋病、性病、丙肝、乙肝等疾病的线上线下宣

传、咨询与检测等服务。

创新工作亮点突出，防治能力全面提升。

精准溯源模式全国推广。不断提升精准溯源与“追阳”工作质量，推动HIV/AIDS精准随访，探索“互联网+”精准干预模式。该模式获中国疾病预防控制中心性病艾滋病预防控制中心高度评价，并在全国推广。

“追阳”工作机制高效运行。2025年4月，制定并下发《河南省HIV抗体筛查阳性者追踪工作方案(试行)》，完善“追

阳”等信息系统的功能与用户体验，加强对各级工作人员的规范，并形成了可持续发展的趋势。

2025年8月，上线省级“追阳”管理信息系统，实现筛查阳性者从送样到确证的全流程闭环管理。

高校防艾项目深入开展。设立河南省高校艾滋病防治基金项目，鼓励学生社团开展防艾活动。经过多年

的项目实施，高校防艾宣传暨大学生预防艾滋病知识竞赛(河南赛区)覆盖191所院校，吸引逾18万学生参与，院校覆盖率达96.46%。

河南艾滋病防治工作的亮点与成效

河南艾滋病防治工作措施与经验

创新工作亮点突出，防治能力全面提升。

精准溯源模式全国推广。不断提升精准溯源与“追阳”工作质量，推动HIV/AIDS精准随访，探索“互联网+”精准干预模式。该模式获中国疾病预防控制中心性病艾滋病预防控制中心高度评价，并在全国推广。

“追阳”工作机制高效运行。2025年4月，制定并下发《河南省HIV抗体筛查阳性者追踪工作方案(试行)》，完善“追

阳”等信息系统的功能与用户体验，加强对各级工作人员的规范，并形成了可持续发展的趋势。

2025年8月，上线省级“追阳”管理信息系统，实现筛查阳性者从送样到确证的全流程闭环管理。

高校防艾项目深入开展。设立河南省高校艾滋病防治基金项目，鼓励学生社团开展防艾活动。经过多年

的项目实施，高校防艾宣传暨大学生预防艾滋病知识竞赛(河南赛区)覆盖191所院校，吸引逾18万学生参与，院校覆盖率达96.46%。

社会组织参与作用凸显。2016~2025年度，河南省各地申请项目积极性不断增加，基金项目覆盖面不断扩大，全省共实施547个项目，覆盖男男性行为、HIV感染者和艾滋病病人共4类人群。

2025年，河南省共有26个社会组织申请并实施了45个社会组织参与艾滋病防治基金项目。

(本版内容由河南省疾病预防控制中心性病艾滋病防治研究所提供)