



防艾宣传



疫情时代,戴口罩已成为大众的习惯。

『因为有你们,我看到了希望!』

陈恺祺 朱洁

“怎么会这样,我还有许多的事情没有去做……我感觉自己仿佛被宣判了死刑,生活也从那一刻开始变得只剩黑白。”今年初秋,刚刚确诊艾滋病时,齐先生在日记里写下这段话。但短短几个月,经过医院治疗和医护人员的开导安慰,他对生活的态度焕然一新。11月底,齐先生来到株洲市二医院感染科,为医护人员送来感谢信,“因为有你们,我看到了希望!”

短几个月,经过医院治疗和医护人员的开导安慰,他对生活的态度焕然一新。11月底,齐先生来到株洲市二医院感染科,为医护人员送来感谢信,“因为有你们,我看到了希望!”

“HIV检测阳性?你在开什么玩笑!”

今年九月,齐先生因为头痛到医院进行检查,当时的诊断结果是隐球菌性脑膜炎,可随之而来的却还有一份HIV阳性检测单。

“我当时整个人都懵了,反复在问医生是不是和我开玩笑。我真的没办法接受。”齐先生回忆。30出头的齐先生也曾在日常生活中见过许多有

关艾滋病的新闻,那时,他还在网络、宣传板给艾滋病患者留言,鼓励他们积极面对。可当这件事发生在自己身上时,他是无法坦然接受的。“我觉得人生没有希望了。我害怕身边的人会排斥我、厌恶我,因为这个病,我开始变得自暴自弃了……”齐先生说。

“我曾想一了百了,但她说活着就有希望”

11月,因为艾滋病病毒感染引起全身免疫功能低下,齐先生患上了马尔尼菲青霉菌病,被家人送往株洲市二医院感染科治疗。

“病人刚来时并不配合治疗,也不吃药。”株洲市二医院是全市艾滋病定点医院,感染科主任王美英接触过很多和齐先生有着相似情况的病人,她认为这个时候,首先要做的不是治疗,而是心理安慰和引导。

在市二医院感染科团队的照料和引导下,齐先生的态度发生了180°的大转变,从拒绝和任何人交流到彼此能平心静气地聊天;从对艾

滋病的绝望恐惧到清楚认知艾滋病的健康管理;从不配合治疗、放弃人生,到积极面对、重新开始。改变之下,他的精神状态越来越好,病情也一天天好转。

“我当时真的就想一了百了。但从我住院的那日起,王主任她们就一直积极和我聊天,给我科普各种艾滋病的知识。一开始,我觉得挺烦的,但慢慢地也被她们感动到了。王主任告诉我,只要活着就有希望!”目前,齐先生身患的马尔尼菲青霉菌病已经治愈,而艾滋病,则要规律服药管理控制。

理解与关爱是另一种“救命药”

市二医院感染科的王美英主任几乎每天都在和艾滋病患者打交道,“无知才会恐惧,其实很多人排斥艾滋病患者是源于对艾滋病相关知识的匮乏,艾滋病患者与其他疾病的患者相比,除了要承受病痛的折磨,更多的是遭受心理的打击,因为身边人的谈‘艾’色变、对‘艾’恐惧,也在一步步的把病人推向死角。我想强调,在我们日常生活中与艾滋病患者正常交往是不会被感染的,所以正确、理性地看待艾滋病,了解艾滋病相关知识,给艾滋病患者多一些理解与关爱,这才是我们应该去做的!”王美英表示。

据悉,艾滋病也称获得性免疫缺陷综合征,是一种慢性而致命的传染病。因感染人类免疫缺陷病毒(HIV)引起,该病毒攻击人类免疫系

统,让人逐渐丧失抵御疾病的能力,最终因为感染或肿瘤而死亡。艾滋病主要传播途径有性传播、血液传播和母婴传播,因此只要切断以上传播途径就可以预防艾滋病,包括正确使用避孕套、不同时拥有多个性伴侣、不与患有性传播疾病的伴侣发生无保护性行为、不接触毒品、如需要拔牙、手术等其他医疗帮助尽量去正规医院就诊等。被免疫缺陷病毒感染的孕妇应积极接受正规治疗,将怀孕期间血液中病毒数量降低至检测不到的水平,及时实施母婴阻断措施,不要给婴儿喂奶。

12月1日是第34个“世界艾滋病日”,主题是“生命至上,终结艾滋,健康平等”。让我们一起携手,给予艾滋病患者多一分理解与关爱,这对于他们,也是另一种“救命药”。



病毒测试

艾滋病72小时内可阻断 最佳阻断时机为高危行为后2小时之内

朱洁

你可能不知道,艾滋病也有像“紧急避孕药”一样的阻断药。在危险行为后72小时内服用阻断药,可以阻断艾滋病毒。记者了解到,如果发生了危险行为,需要尽快到株洲市艾滋病定点医院株洲市二医院抗病毒门诊,由医生开具处方,到定点药房购买阻断药。

1. 阻断药是如何达到阻断目的的?

实际上,这跟HIV病毒的感染过程有关。以性接触传播为例,病毒先侵犯粘膜部位,穿过粘膜屏障后进入人体组织、细胞、淋巴结,并在淋巴结繁殖,最后进入血液。整个过程有几个阻断时机,重要的是要在病毒到达血液之前将其杀死,就能达到阻断的目的。

2. 高危行为后越快服用阻断药,阻断成功率越高

越早服用阻断药,药物的血药浓度就能越早升上去,以保证在病毒进入血液前起效。目前,有效的阻断时机应为高危行为后2小时之内最佳,最迟不可超过72小时。

3. 阻断药物必须连续服用,定期随访

专家提示,即使药物出现副作用,也需要坚持服药不能中断。及时服用阻断药物后,还要做至少半年的随访,在服药后的第一、第三、第六个月定期到医院抽血检测,查看阻断是否成功。

关注

戴口罩前甩一甩,甩掉致癌物?

这两天,一段“口罩消毒残留物是一类致癌物质,戴口罩前要抖一抖”的视频在微信群里广泛流传。视频里,一名身穿白大褂的工作人员,给大家科普了口罩残留“环氧乙烷”的情况,并称“环氧乙烷是一级致癌物”,经检测五款口罩都有环氧乙烷残留,虽然符合国家标准,但是最好在打开包装后把口罩在空气中甩一甩,可以让环氧乙烷数值大幅下降。那么这道工序,真的会导致环氧乙烷残留,影响健康吗?

据人民网、科技日报等媒体报道,普通市民完全不用有这种担心和恐慌。环氧乙烷是一种有机化合物,化学式是C₂H₄O,英文名称Ethylene Oxide,简称EO。它确实是一种有毒的致癌物,可以用来制作杀菌剂,被广泛地应用于洗涤、制药、印染等行业。我们平时使用的口罩,一般都经过环氧乙烷杀菌的工序。

对于影响健康的问题,相关企业负责人认为,完全不用有这种担心和恐慌。首先最重要的一点是工艺流程。和一般人的理解不同,口罩的“环氧乙烷杀菌”不是先杀菌后包装,而是“完全形成了初包装以后,最少是内包装包好的情况下,进行灭菌,环氧乙烷气体的特点,是具有很强的穿透能力”,也就是说,包装好的口罩杀菌完,环氧乙烷依然可以挥发出来。口罩在进行环氧乙烷杀菌之后,厂家还会有一个经过验证的解析时间。之后,在口罩出厂时,还会进行环氧乙烷的检测,必须符合国家标准,也就是小于10μg/g。

而所谓的一级致癌物,听起来很可怕,实际上“环氧乙烷这个毒

性和我们日常生活中经常接触的甲醛比较近似”,并不是存在就会让人中毒,而是达到一定的量才有危害。一个口罩,从包装好,到环氧乙烷杀菌,然后在厂里经过解析时间,再出厂,仓储、运输、销售,最后到消费者手里,至少要经历一个月的时间,而环氧乙烷本身易挥发,出厂时已经符合国家标准了,再加上这么长时间的挥发,存在残留并且危害健康的可能性,真的是“微乎其微”。

“测EO(环氧乙烷)残留我们有很科学,全球通用的方法,我这个产品到底有多少EO残留,你用气象色谱的方法可以辨识出来,不需要这样误导消费者。”著名的医疗科普账号丁香园也发文表示,希望不要因为这样看似专业的视频,导致民众好不容易养成的戴口罩习惯发生动摇:“抛开剂量谈毒性,都是耍流氓”。

北京日报今天也就此事,采访了朝阳区疾控中心消毒科副主任医师朱琳。她表示,我们日常佩戴的医用外科口罩不存在环氧乙烷残留物致癌的威胁,对于正规企业生产的口罩,大家大可放心使用。不过,她表示,如不处在与呼吸道疾病病人直接接触等高风险环境时,不建议大家佩戴医用N95口罩。在病毒可能“出没”的地方,如医院、密闭的室内、中风险地区,戴一个医用外科口罩也够用了。关于换口罩的频次,建议一天换一个。中间如果要摘下来,可以找一张干净的纸巾把它包起来,或悬挂起来。最后,对于呼吸道、消化道疾病的预防,仅戴口罩都还不够,一定要注意手卫生。口罩不是万能的,勤洗手也是一道重要防线。



(本版图片来自网络)

生命至上 终结艾滋 健康平等

