

一、認識愛滋

(一)愛滋病毒傳染有三大途徑：

1. 性行為傳染：與感染愛滋病毒感染者發生口腔、肛門、陰道等方式之性交或其他體液交換時，均有受感染的可能。

2. 血液傳染：

(1) 輸進或接觸被愛滋病毒污染的血液、血液製劑。

(2) 與感染愛滋病毒之靜脈藥癮者共用注射針頭、針筒。

(3) 接受愛滋病毒感染者之器官移植。

3. 母子垂直感染：嬰兒也會由其已感染病毒的母親在妊娠期、生產期、或因授乳而得到愛滋病毒。

(二)愛滋病毒不會傳染的途徑：

愛滋病毒不會從一般公共場所或日常生活接觸中得到，即使我們和感染者同處於游泳池、公共浴池、共用馬桶或一起吃飯都不會得到愛滋病。此外愛滋病也不會像登革熱那樣經由蚊子叮咬傳染，因為愛滋病毒不會在蚊子體內存活繁殖。

(三)愛滋病的高危險行為是什麼？

愛滋病毒的傳染沒有所謂的高危險族群，而是與高危險行為有密切的關係。包括：與不安全的性對象（如：性工作者、不熟識的人、有多重性伴侶者、網路一夜情者等），發生未施行保

護措施的性行為、注射時共用針頭或針筒、注射不安全的血液製劑等。

(四)如何才能做到預防愛滋病的安全行為？

1. 不要用毒、馬上戒毒；

不要使用毒品；尤其「注射類」毒品不可共用針具、容器、稀釋液；個人針具單次使用。

2、安全性行為「ABC」；

Abstain 拒絕性誘惑、Be Faithful 忠實性伴侶、Use a Condom 發生性行為時，要全程使用保險套。

二、關懷愛滋

愛滋感染者面臨身心各方面的困境，需要很多社會資源的協助，但是，因為害怕曝光而不敢求助，他們需要社會大眾的協助或民間愛滋機構的資源，以保障其生活品質。

如果懷疑自己感染愛滋病毒時，請前往全國各縣市衛生局（所）或醫療院所接受篩檢。