

这种人人恐惧的疾病 专家教你如何预防

本报讯 今年 12 月 1 日是第 33 个“世界艾滋病日”，为了正确认识艾滋病，市一医院皮肤性病治疗专家蓝志平主任为你科普相关知识。

什么是艾滋病（AIDS）
艾滋病全称为“获得性免疫缺陷综合征”（英文缩写“AIDS”），是由感染艾滋病病毒（HIV）引起的、以人体 CD4+T 淋巴细胞减少为特征的进行性免疫功能缺陷，使人体抵御疾病的能力下降，疾病后期可继发各种机会性感染、恶性肿瘤和中枢神经系统病变，最终导致死亡。

艾滋病病毒感染途径有哪些
性传播：通过异性或同性性行为传播。

血液传播：通过共用不消毒的注射器和针头注射毒品、输入含有艾滋病病毒的血液或血液制品、使用未经消毒或消毒不严的各种医疗器械、共用剃须刀及牙刷等传播。

母婴传播：通过胎盘、产道和哺乳传播。

艾滋病的临床表现
艾滋病病人很容易发生各种感染，而且症状没有特异性，表现为复杂多样的综合症。常见症状有：长期低热、短期内体重减轻十分之一以上、消瘦、乏力、冒汗、慢性腹泻、慢性咳嗽、全

身淋巴结肿大、头晕、头痛、智力减退、反应迟钝等。

艾滋病病人常见的肿瘤主要以卡波西氏肉瘤最多见，表现为皮肤出现深蓝色或紫色的斑丘疹或结节。除了卡波西氏肉瘤以外，其他的如淋巴瘤、肝癌、肾癌等也不少见。

典型的艾滋病发病过程
这里需要区分两个概念，艾滋病病毒感染者是指已经感染了艾滋病病毒，但是还没有表现出明显的临床症状，没有被确诊为艾滋病的人；艾滋病病人指的是已经感染了艾滋病病毒，并且已经出现了明显的临床症状，被确诊为艾滋病的人。二者的相同处在于都携带艾滋病病毒，都具有传染性。

艾滋病发病过程包括急性感染期（窗口期）：15%—20%的感染者在 2—6 周内可出现发热、发汗、疲乏、肌痛、关节痛、厌食、皮疹、淋巴结肿大等症状，一般持续 3—14 天后进入无症状期。有的人感染 HIV 后并不出现任何急性症状。无症状期（潜伏期）：一般为 8—10 年，绝大多数艾滋病病毒感染者开始时都没有任何症状，如同健康人一样，因此自己并不知道是什么时候感染的。这些无症状的艾滋病病毒携带者是最主要的传染源，以及发病早

期和发病晚期的病人。
因此，艾滋病病毒感染者如果不进行治疗，最终将导致死亡。

艾滋病预防和治疗
研究证实，艾滋病可以治愈（“伦敦病人”是世界上第二例被治愈的艾滋病患者）。因此，除了科学治疗，对患者的心理支持疏导也很重要。医生、家属、社会各界都应在精神上给予患者鼓励，帮助他们积极配合医生治疗，走出疾病阴霾，乐观面对生活。

如何预防艾滋病病毒感染
握手、拥抱、抚摸等日常生活接触是不会感染艾滋病病毒的。艾滋病虽然是一种极其危险的传染病，但对个人来讲是可防可控的。

主要预防措施：坚持洁身自爱，不卖淫、嫖娼，避免婚前、婚外性行为。严禁吸毒，不与他人共用注射器。不要擅自输血和使用血制品，要在医生的指导下使用。不要借用或共用牙刷、剃须刀、刮脸刀等个人用品。不去消毒不严格的医疗机构或其他场所打针、拔牙、穿耳朵眼、纹身、纹眉、针灸或手术。使用安全套是性生活中最有效的预防性病和艾滋病的措施之一。

（通讯员 赵志勇）

健康建德

一晚两例鸡骨卡喉 吃鸡需当心

本报讯 近日，市二医院一晚连续接诊两例鸡骨卡喉患者。三都镇的周女士吃饭时不小心被鸡骨卡住喉咙，顿时感觉胸口隐隐作痛，家人让其吞咽米饭饭后症状更为明显，遂赶往市二医院耳鼻咽喉科就诊。在喉镜检查未见鸡骨后，经 C'T 检查在食道内发现鸡骨。无独有偶，正当周女士做检查时，梅城镇的潘女士也因鸡骨卡喉前来就诊，潘女士在鸡骨卡喉后，家人让其用“土办法”喝醋来缓解，结果更加难受，于是到市二医院就诊。

该院耳鼻咽喉科主任徐剑锋认为患者所食鸡骨头较大，两端尖锐，所卡位置又比较特殊，一旦操作不当极易出现大出血。徐

剑锋与消化内科主治医师游世明制定了内镜治疗方案，最大限度保障患者的安全。征得患者同意后，医护人员顺利帮两名患者取出了鸡骨头。

徐剑锋介绍，吃饭时误吞骨头、鱼刺等异物是日常生活中很常见的情况，一般依靠喉镜即可将取出食道内的异物，但由于患者卡喉后都采取“土办法”使异物进入食道内，必须借助内镜才能取出，像这样一个夜班遇到两例鸡骨卡喉还是第一次。

徐医师提醒大家，被骨头卡



住食道千万不能拼命下咽或者是利用饭团等帮助下咽，应该到正规医院耳鼻喉科或者是消化内科就诊，以避免不必要的伤害。

（通讯员 陈黎）

建德电大 2020 年秋季学历教育招生简章

浙江广播电视大学建德分校始建于 1979 年，隶属于教育部直属高校——国家开放大学（原中央广播电视大学）办学体系，是建德市内唯一一所国民教育序列的公办成人高校。

学校座落于新安江街道电大路 88 号，校园占地 5909 平方米，建筑面积 5050 平方米，建有较为完备的现代远程开放教育服务支持体系，已为建德经济建设和社会发展培养大中专毕业生近万

人。学校现有在职在编教职工 23 名，外聘兼职教师 10 余名，大专本科在读生 800 余人，是一所集学历教育、教师培训和社区教育于一体的现代开放教育综合体。

热忱欢迎有志者踊跃报读！

院校	层次	专业	报名携带资料	收费标准	学制	学习期限
国家开放大学	专科	行政管理 会计 经济学 保险学	1.身份证原件（正反两面）电子稿 1 份及复印件； 2.毕业证原件电子稿 1 份及复印件； 3.1 寸蓝底免冠照片 2 份。 1.身份证原件及复印件（正反两面）； 2.毕业证书原件及复印件； 3.电子注册报名表电子稿。	1. 78 学分毕业，110 元 / 学分； 2. 录取建档费 200 元 / 生； 3. 教材费 1200 元（多还少不补）。		2.5 年—8 年
南开大学网络教育学院	本科	广播电视学 工业工程 信息安全 市场营销 计算机科学与技术 旅游管理（国际酒店方向） 旅游管理 金融学 国际经济与贸易 法学 社会工作 汉语言文学 视觉传达设计 工商管理 会计学 财务管理 人力资源管理 行政管理 物流管理 电子商务 物联网工程 药学		1. 80 学分毕业，105 元 / 学分。 2. 照片采集费 30 元。 3. 教材费 600 元。	2.5 年	2.5 年—5 年

报名地点：建德市新安江街道电大路 88 号浙江电大建德分校教学楼一楼大厅招生报名（咨询）处。
咨询热线：64722899 64721306 64728809

健康小知识(六十三)

抢救触电者时，不直接接触触电者身体，要首先切断电源。

发生触电时，应立即切断电源，或用干的不导电的工具拨开电线，将触电者拖离电源。注意站在干的地方，千万不要直接接触触电者身体，防止自己触电。触电者也应尽可能自救，一边呼救，一边奋力跳起或者用力蹬墙后退，以摆脱电源。若发现触电者呼吸停止或者颈动脉不能触及搏动，需要进行口对口人工呼吸和胸外心脏按压，并求助 120 将其送往医院抢救。

典型误区
一、直接拉拽触电者。
人体也是导体，当发现有人触电时，如果直接接触其身体，会导致自己也触电。此时应立即切断电源，用非导电的物体，如干燥的木棒、扫把等挑开电线，将触电者与电源分开。电击可对身体造成严重损害甚至死亡，因此发现触电者的救护必须争分夺秒。

二、乱接电线。
随着家电的增多，为了方便，有的人便私拉电线或者用很多接线板串联电路；电线年久老化；接线板做工粗糙；有的电器插头与插座不吻合，有人便去掉地线一端；用铜丝代替保险丝……这样都会造成严重的安全隐患。尤其是不接地线和用不熔性金属代替保险丝，就失去了一旦发生触电事故时的保障。

三、大树下避雨。
雷击也是常见的一种电击伤害，危害更加严重。在雷雨天气要做好防雷准备，关上门窗，高层房屋要有避雷设施。由于尖端放电原理，处于高处的人或物体更容易受到雷击，因此雷雨天气应当避免在大树、高压电杆下避雨，避免停留在高处，如楼顶、山坡上。打雷时会产生高压电，要将电器切断电源。

商铺招租

新安江城区沿新安东路二楼商铺 1220 余平方米，框架结构，房屋两侧有楼梯和货梯，可开办教育培训机构、舞蹈学校、医院、超市、办公等，可整体或分开出租，有意者请与王女士联系：0571-64713098、13868104369

广告位招租

联系电话：58313829