

防艾四十年:从“谈艾色变”到“科学应对”

患者规范治疗,与健康人无异

杨瑛是上海市闵行区疾控中心(区卫监所)艾性科科长。从事艾滋病防治20余年,她表示,公众认知度和检测的可及性都在稳步提高:“我们会定期发布并更新艾滋病咨询检测点的联系方式,方便有需要的人及时找到就近点位。此外,越来越多的人倾向于采取更隐私更便捷的自我检测方式,我们也在原有咨询检测点位的基础上,设置了更多的自检试剂发放点位。”

20多年的工作中,杨瑛遇到过形形色色的咨询者和感染者:有人对艾滋病存在认知误区,以为感染了就等于“被判了死刑”;有人则心存侥幸,忽视防护措施。面对确诊的感染者,杨瑛在给予其心理支持的同时,也会反复强调:“目前有免费的抗病毒药物和有效的治疗方法,只要遵医嘱规范用药,病情控制好了,可以和健康人一样

2025年12月1日是第38个“世界艾滋病日”。我国自1985年首次报告艾滋病病例至今,已经走过40年。这期间,人们从最初对艾滋病的未知恐慌,到如今已能科学应对,艾滋病防控领域发生了翻天覆地的变化。

“艾滋病是由人类免疫缺陷病毒(HIV)引起的慢性传染病,主要攻击人体免疫系统,”上海市疾病预防控制中心艾性病防治科主任岳清表示,“随着科技不断发展,暴露前预防(PrEP)和暴露后预防(PEP)为易感染艾滋病风险人群提供了有效的防治手段,可显著降低通过性传播感染艾滋病病毒的风险。目前,艾滋病已经成为一个可防可控的慢性病。”

工作和生活。”

杨瑛坦言,她在门诊中也遇到过很多不了解暴露前后预防、处于检测窗口期的咨询者:“有个男孩子在母亲的陪同下前来检测,他因一次无保护的高危行为心生恐惧,询问是否来得及吃阻断药。”杨瑛经询问得知,距离高暴露已超过72小时——这早已超出暴露后预防的黄金时间窗口,只能等待窗口期结束后再进行检测。她进一步解释:“用现有诊断技术检测HIV抗体、抗原和核酸的窗口期

分别为感染后的3周、2周和1周,通常我们会建议如果在本次暴露后没有再次发生高危行为的情况下,4周后进行检测。”

在杨瑛看来,近几年,艾滋病病毒暴露前与暴露后预防的理念逐渐普及,所谓暴露前预防,是指未感染HIV的人群在接触HIV之前,服用抗病毒药物来降低感染风险;而暴露后预防,是指没有感染HIV的人员在发生了可能具有高HIV感染风险的行为后,72小时内服用特定的抗病毒药物,且连

续服用28天,紧急阻断病毒感染以降低感染风险。

但是,去哪里配阻断药、阻断药怎么吃,这些问题常常是不少人的认知盲区。目前,上海在市公卫中心,以及部分区级医院、部分社区医院都建立了暴露前后预防门诊。

互联网开辟防艾新路径

随着近年来互联网技术的发展,艾滋病防控领域开辟了新的路径。一方面,它让检测试剂购买、阻断药咨

询、医疗资源对接变得更加便捷,另一方面,社交平台也成为消除偏见、为隐匿的高危感染者群体提供咨询和干预服务的重要载体。

“在当前的工作中,我们还会借助新媒体平台、短视频等互联网渠道,宣传艾滋病防控知识,告知公众便捷的检测服务渠道;随着暴露前后预防(PrEP/PEP)门诊的开设,也会通过宣传让公众提高对暴露前后预防的认识并知晓获取服务的路径。”杨瑛介绍。

但互联网的双刃剑效应同样不容忽视。互联网让艾滋病患者能绕过医院自行购买作为处方药的阻断药物,在获得便捷的同时也忽略了药物使用过程中的肝肾功能检查、耐药性评估等关键环节,这一风险不容低估。杨瑛表示:“对病人的教育太重要了,艾滋病是需要终身随访的慢性病,规范用药和防护缺一不可。”

宗合

“关节疼得像被刀割,心想多吃几颗药能好得快点,谁知上吐下泻,人都站不稳了。”前不久,李先生的朋友正好过生日,一帮人围在一起吃火锅。吃完到家后,李先生的脚趾关节突然传来一阵剧痛,高度怀疑是痛风发作的他为求快速止痛,在短时间内接连服下了10片秋水仙碱药片和9颗布洛芬胶囊。可是,疼痛却没有缓解,呕吐和腹泻等症状又接踵而至,他的血压更是一路飙升到237/132毫米汞柱,家人急忙把他送医。

“患者入院时已处于高血压危象,若不及时处理,可引发多器官功能衰竭,死亡率很高。”由于李先生病情危急,经过两个小时的抢救才脱离生命危险。“接诊医生介绍,这是一次典型的药物毒性叠加事件,类似情况在冬天的发生率很高。”热腾腾的火锅、香喷喷的烤肉,以及海鲜加啤酒的经典组合,都是引发痛风的导火索,在这种情况下一定要及时就医,若擅自服药,可能会引发更严重的连锁反应。据“浙江日报”公众号



千年观前街 一个采芝斋

苏州热线电话:0512-67276198
地址:苏州市观前街91号

全国热线电话:0512-67274512
网址:caizhizhai.tmall.com

“中老年病”年轻化,少年确诊高尿酸血症引关注

日前,浙江中医药大学附属第二医院风湿免疫科接诊了一名特殊患者:12岁小刘(化名)被确诊为高尿酸血症。他身高1.48米,体重达126斤,腹部肥胖明显,检查显示其尿酸值高达440微摩尔/升,明显超出同龄人≤357微摩尔/升的正常范围。令人欣慰的是,因发现及时,患者尚未出现明显症状及肾功能损伤。

经详细问诊,医生发现该男孩长期以碳酸饮料和奶茶替代饮用水,家长为

给他“补充营养”,还经常为他烹制各类浓度较高的肉汤。这种不健康的饮食结构最终导致其尿酸水平持续升高。该病例清晰地表明,传统认知中的“中老年病”逐渐年轻化。

据《中国高尿酸及痛风趋势白皮书》数据显示,我国高尿酸血症患病人数约1.77亿,其中18~35岁年轻患者占比已近60%。

高尿酸血症是指在正常嘌呤饮食状态下,非同日两次空腹尿酸水

平高于420微摩尔/升。当体内尿酸长期超标,会形成尿酸盐结晶,这些微小晶体沉积在关节腔内可引发痛风性关节炎,沉积在肾脏内则可能导致肾结石、肾功能损害,严重者甚至出现肾衰竭。

预防高尿酸需建立健康生活方式:保持膳食均衡,增加蔬果摄入,足量饮水,严格控制碳酸饮料的摄入;坚持体育运动,避免久坐;保证充足睡眠,拒绝熬夜。

据“新闻坊”公众号



答读者问

杨浦区刘先生来信咨询:我于去年9月切除了胆囊,为何今年又长出胆结石?

复旦大学附属中山医院胆道外科胡捷回答:胆囊切除手术可以有效地预防胆结石的再次形成。然而,即使胆囊被切除,胆道内仍然可能形成结石。这些结石可能在肝内胆管或胆总管等其他部位形成。在胆囊切除手术后,医生通常会建议采取一些措施,例如饮食调整或药物治疗,以减少胆道结石的风险。

沪疆医护携手,脑出血患者转危为安

近日,经过上海市静安区市北医院专家与新疆维吾尔自治区巴楚县人民医院医护人员的全力抢救,56岁的维吾尔族脑出血患者努尔尼沙(化名)生命体征平稳,脑室引流管已经拔除,手术切口愈合良好,从重症监护室(ICU)转入普通病房。

11月13日,努尔尼沙突然感到剧烈头痛,随即陷入昏迷。送医后,她被诊断为小脑出血,双侧瞳孔对光反射迟钝,情况万分危急。

幸运的是,当日,上海市静安区医疗专家团正在巴楚县人民医院进行医疗帮扶,市北医院神经外科主任张立国得知情况后,立即奔赴抢救一线,与当地医护人员迅速组成临时抢救团队,麻醉、插管、定位、穿刺、开颅……每一步都精准而迅捷。

手术台上,张立国以精湛的技术,小心翼翼地避开重要的血管和神经结构,精准定位出血点并予以妥善处理,随后将血肿一点点清除。其间又见血管畸

形,他小心探查,切除畸形血管团。经过两个多小时的手术,患者脑内血肿被彻底清除,血管畸形也得到了妥善处理。

上海市静安区市北医院院长陈俊峰介绍:“11月12日至14日,上海市静安区医疗专家来到新疆巴楚县人民医院,通过义诊、专题讲座、教学查房与手术带教等形式对当地医护人员进行了深度帮扶。努尔尼沙的成功抢救,是援疆工作‘既授人以鱼、更授人以渔’的生动体现。”通讯员喻文龙

专家进社区 健康零距离

11月27日,浦东新区孙桥社区卫生服务中心联合上海中医药大学附属曙光医院中医团队,在申佳社区卫生服务站举办中医健康咨询活动。

活动中,专家团队为居民提供一对一专属问诊,细致询问其身体状况与生活习惯,并针对秋冬养生保健、慢性疾病调理、等

问题逐一为他们答疑解惑,同时结合老人、儿童体质特点,为其量身定制秋冬调理方案。专家现场开展体质辨识,通过望闻问切,精准判断咨询者的体质类型,结合秋冬进补理念提供针对性膏方配伍建议。该中心护士团队还提供了免费血压测量服务,现场的家庭医生签约服务深受



百姓欢迎。

孙桥社区卫生服务中心 供稿