

30 艾滋病毒（人类免疫缺陷病毒）



每个国家都有许多人感染艾滋病毒（HIV），这种病毒会导致艾滋病（AIDS）。如果有正确的药物和良好的工作生活条件，艾滋病毒感染者也可以健康地生活、工作和组建家庭。工人也可以帮助阻止艾滋病毒传播——拒绝不安全的性行为、定期接受病毒检测、在工厂开展相关教育和预防计划，并帮助感染者尽可能久地保住工作岗位。

人们很多时间都在工作，所以工厂应制定全面的“抗艾计划”，包括：

- 免费、保密的艾滋病毒检测，或者允许工人请假去做检测。
- 采取不歧视感染艾滋病毒的工人的政策。
- 安全培训，以减少因工作中的事故或伤害而导致感染的风险。
- 允许感染病毒的工人请假照顾自己及家人的健康。
- 为所有工人及其家人提供有关艾滋病毒预防、传播和服务的信息，包括相关咨询、检测和治疗的信息。
- 支持更安全的性行为，例如免费发放安全套。

关于艾滋病毒 你需要知道什么

艾滋病毒（人类免疫缺陷病毒）会导致艾滋病（获得性免疫缺陷综合症）。虽然目前还没有可以消除艾滋病毒的药物，但感染者仍有办法可以长期健康生活：接受抗逆转录病毒治疗，在需要时得到及时的医疗护理，吃有营养的食品，喝干净的水，有良好的居住条件，并获得情感和精神支持。

如果不治疗，艾滋病毒就会慢慢破坏人体免疫系统——也就是对抗感染和让人从疾病中恢复的系统。过度劳累、营养不良、疾病和接触某些化学品也会削弱免疫系统。如果没有治疗和适当的护理，艾滋病毒感染者通常会出现严重的健康问题和疾病，例如结核病（肺结核）和肺炎。如果免疫系统过于虚弱，不再能够对抗疾病或使人恢复健康，人就会死亡。但如果诊断出艾滋病毒并开始治疗，艾滋病是可以防止的。

艾滋病毒感染者可能看起来或自我感觉很健康。没有感染的人也可能出现类似艾滋病毒感染的症状。确定是否感染的唯一方法是做检测。



有工作我们才能继续生活，才能有钱买食物和药品。身体健康并且能够获得抗艾药物的话，我们就可以像没有感染病毒的工人一样继续工作。

感染艾滋病毒的症状

感染艾滋病毒后，患者可能很多年都没有生病的迹象。发病后首先出现的症状通常包括：

- 颈部、腋窝或腹股沟淋巴腺肿大
- 经常发烧和盗汗
- 体重减轻
- 疲劳
- 胃口减少
- 腹泻
- 口中有白斑（鹅口疮）
- 女性经常出现阴道酵母菌感染

但其他问题也可能引起这些症状。一旦发现这些症状，应马上做艾滋病毒检测。如果真的感染，也可以在体质尚好时及早开始治疗。

艾滋病病毒如何传染

艾滋病病毒存在于体液之中，包括血液、精液、阴道分泌物和母乳。如果感染者的这些体液进入另一个人体内，病毒就会传播。可能的情况包括：



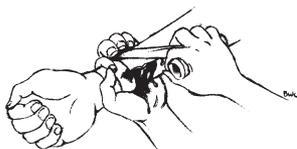
艾滋病病毒感染者与他人发生性关系且没有使用安全套。



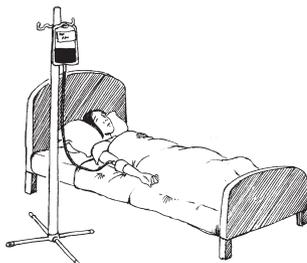
没有彻底消毒的针头或其他工具刺穿或割破皮肤。



孕妇感染艾滋病病毒或已感染的女性怀孕都可以将病毒传给胎儿。艾滋病病毒也可以通过母乳喂养传播。



感染者的血液接触他人的伤口或创面。



有些血库的血液没有检测艾滋病病毒，这些血液输给他人后也可能导致艾滋病病毒感染。

艾滋病病毒不会存在于其他体液中——如汗液、眼泪或唾液。病毒在人体外——如空气或水中，只能存活几分钟。

以下情况不会传染艾滋病病毒：

- 共用杯子、餐具、椅子、工具、工作台或电话。
- 分享食物和饮料。
- 共用浴室。
- 触摸、拥抱或接吻。
- 打喷嚏或咳嗽（艾滋病病毒不会像流感或结核病那样传播）。
- 蚊虫叮咬（艾滋病病毒不会像疟疾那样传播）。

女性比男性的感染风险更大

和男性相比，女性更难保护自己免受艾滋病毒和其他性传播疾病感染。工厂老板、丈夫和男朋友都希望年轻女性能够顺从。男性通常不愿倾听女性对性健康的担忧。男性拒绝使用安全套时，很多女性都对拒绝性行为感到无能为力。

相比男性，女性更容易受到强奸和性侵犯的伤害。如果性行为是强迫的，女性生殖器经常会受伤。如果施暴者感染了艾滋病毒，很容易经过阴道伤口传染给女性（详见“遭强奸后的急救”一节）。

不使用安全套也会增加患上其他性传播疾病的风险。患有其他性传播疾病会增加感染艾滋病毒的风险，因为前者常常会导致生殖器疱疹。有关预防和治疗性传播疾病的信息，可参阅“有关计划生育和性传播疾病的教育”一节。



每次性行为都使用安全套有助保护你和伴侣免受艾滋病毒和其他性传播疾病感染。

艾滋病毒检测

确定是否感染艾滋病毒的唯一方法是接受检测。检测类型有两种：一种是病毒检测，查看血液中是否有病毒，需要更长时间才能出结果，费用更高，但更可靠；另一种是抗体检测（快速检测），查看人体对艾滋病毒的反应，不到1小时就能出结果，而且更便宜。

病毒进入人体后，需要1到3个月的时间才能检测出来。如果你认为自己可能接触了艾滋病毒，但没有检测到感染，那最好3个月后再检测一次。期间一定要使用安全套。如果病毒存在于一个人体内，即使检测不出，也可以传染给另一个人。

许多社区都提供免费的快速检测服务。如果快速检测的结果是阳性，诊所或卫生工作者通常会再做一次病毒检测来确诊。

艾滋病毒检测应该：

- 免费或低价。
- 自愿——不应强迫任何人接受艾滋病毒检测。
- 保密——结果应该只让接受检测者知道，不应告诉老板！



既然你希望自己的隐私得到尊重，那就应该尊重他人的隐私。不要传播关于他人的谣言或“八卦”。

咨询也是检测的一部分

咨询员会在你接受检测之前解释检测原理并回答相关问题。结果出来后，咨询员会在私密空间与你会面并解释结果。如果结果显示你感染了艾滋病毒，咨询员会提供你所属社区的诊所、治疗、支持小组和其他服务信息。虽然艾滋病毒无法治愈，但可以控制，所以你仍然可以积极健康地生活。

从社区中得到支持

生病的人如果得到来自家人、同事和社区的关爱、支持和理解，就会感觉更好，病情也更容易好转。艾滋病毒感染者需要得到的支持包括：善待和尊重，支持他们争取不受歧视和免费治疗，为他们提供更好的工作条件，不要背后议论他们或传播“八卦”。

控制艾滋病毒的药物

一旦检测出艾滋病毒感染，就要寻找护理和治疗方案。这些方案可以提供保持健康所需的资源。抗逆转录病毒疗法（ART）的药物有助于增强免疫系统，使其可以对抗病毒，但少量艾滋病毒将始终隐藏在感染者体内。

如果接受抗逆转录病毒疗法，患者每天至少要服用3种抗逆转录病毒药物。药物可能因患者所在地而异。药物可能合并成1颗药丸，也可能是3颗单独的药丸。但相同的是，一旦开始服用抗逆转录病毒药物，患者必须每天同一时间服用。服药后患者体重会增加，看起来和感觉上也会更健康。但是，如果停药、漏服或是在错误的时间服用，艾滋病毒就会变得更强，让患者健康恶化。

感染艾滋病毒的孕妇也应接受抗逆转录病毒治疗。这可以让她们更健康，还可以避免胎儿感染病毒。

另外患者可以每天服用复方新诺明来预防其他病菌的感染。艾滋病毒治疗方案通常会包括复方新诺明。

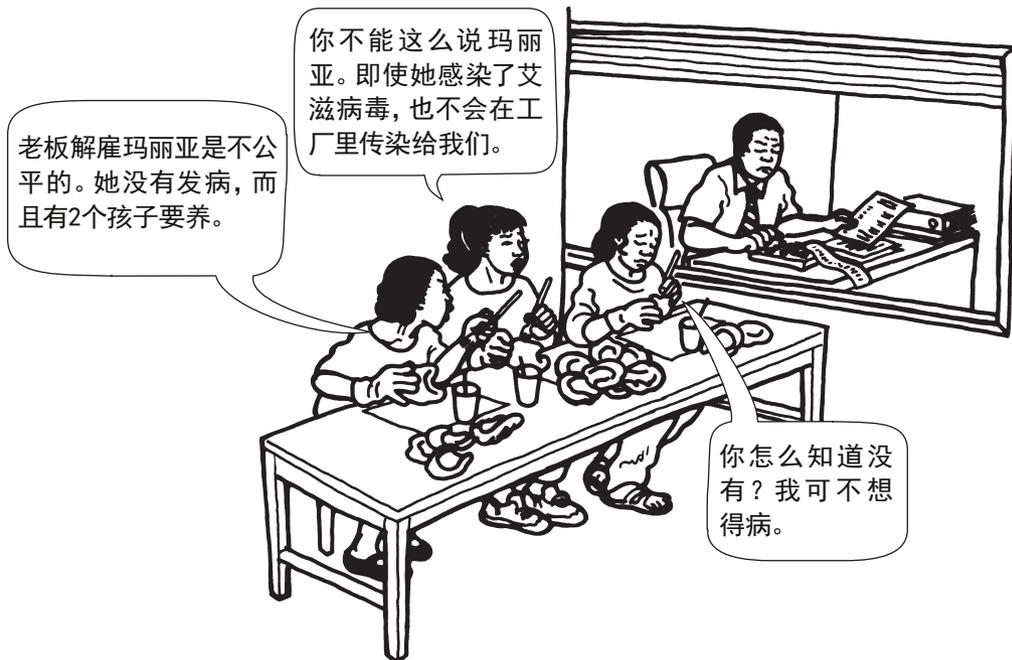
抗逆转录病毒疗法的药物越来越便宜，也越来越容易获得。政府和工厂诊所都有可能免费或低价提供。

工厂中的艾滋病毒

如果艾滋病毒感染者在社区或工作场所面临排挤，那他们会更难获得治疗和过上健康生活。排挤意味着人们对艾滋病毒感染者有着消极的观念、态度和行为。排挤的行为包括羞辱、欺负和非议，有时甚至是暴力的。排挤产生的原因来自对艾滋病毒的恐惧和误解，它也会迫使患者隐藏感染情况。

感染艾滋病毒的工人也面临老板的歧视。在一些地方，雇主会要求求职者做艾滋病毒检测。还有雇主会解雇艾滋病毒感染者或疑似感染者。如果艾滋病毒感染者无法获得或保住工作，他们就更难获得治疗或保持健康。

有些艾滋病毒感染者即使能保住工作，也仍然可能面临歧视——例如没有获得健康保险、加薪和晋升的机会，甚至被禁止使用厕所。更多有关歧视的信息，请参阅第21章。



对艾滋病毒的恐惧使人们无法照顾自己和他人的健康。

活动

艾滋病毒不会在工作中传染

1. 将参加者分成两人一组，让他们讨论工厂中对艾滋病毒传染的恐惧。然后让他们把担忧的东西写到黑板上。如有必要，事先想好如何引发讨论。



2. 从列表中选择一项来做角色扮演（关于“角色扮演”，本书22章有介绍）。例如，如果选出的是“握手”，那就表演艾滋病毒感染者在和主管打招呼时伸出手来打算握手。对方的反应会是什么？为什么人们认为这种接触会传染艾滋病毒？让参与者探讨他们恐惧的真正原因。
3. 共同回顾前面几节中关于艾滋病毒的信息，重点注意艾滋病毒的传播途径以及哪些行为不会传染。之后再问参与者是否仍然认为黑板上列出的东西都会导致艾滋病毒传染。

注意：上面列表中唯一可能导致艾滋病毒传染的是“尖锐物品”。如果尖锐物品扎伤病毒感染者并导致出血，那就会有传染风险。如果讨论中出现这点，应谈谈艾滋病毒如何通过血液接触传播以及如何使用手套或塑料袋来防止传染。有关如何安全地为受伤出血的工人提供急救，请参阅“机器伤害的急救”一节。遭遇强奸或强迫性行为，也有感染艾滋病毒的风险，详见22章“遭强奸后的急救”一节。

活动

艾滋病毒导致障碍，但不意味着完全丧失能力

感染艾滋病毒的工人可以做到继续工作而不给其他工人带来风险。像对待其他残障人士一样，我们也可以创造对艾滋病毒感染者安全的工作场所。虽然过度劳累、不安全的设备、肮脏的卫生间、糟糕的食物、通风不良等危险对所有工人都是问题，但它们对艾滋病毒感染者尤为有害。艾滋病毒感染者更容易生病，也更容易死于常见疾病。为艾滋病毒感染者改善工作条件也会令其他工人受益。

1. 列出工人在工厂面临的工作危险。
2. 让参与者比较每种危险对健康工人和艾滋病毒感染者的影响有何不同。也可以用此活动来讨论某些危险对孕妇、身体或精神残障者以及其他弱势工人的影响。



	健康工人	感染艾滋病毒的工人
机器伤害	<ul style="list-style-type: none"> · 受伤 · 工伤 · 截肢 	<ul style="list-style-type: none"> · 和健康工人一样 · 其他工人有感染艾滋病毒的风险 · 可能没人愿意提供急救
化学品和粉尘	<ul style="list-style-type: none"> · 刺激物 · 哮喘 · 咳嗽 	<ul style="list-style-type: none"> · 与健康人的免疫系统反应相同 · 可能反应更严重
过度劳累	<ul style="list-style-type: none"> · 累 · 力竭 · 压力 	<ul style="list-style-type: none"> · 相同 · 可能更严重
没有水	所有人都需要水	更容易脱水
肮脏的卫生间	污垢会让每个人生病	可能病得很重，甚至死于水或厕所中的病菌
不健康饮食	<ul style="list-style-type: none"> · 饿 · 累 · 头晕 	<ul style="list-style-type: none"> · 和健康人一样 · 营养摄入不够可能会严重生病
肺结核	<ul style="list-style-type: none"> · 严重生病 · 需要治疗 	<ul style="list-style-type: none"> · 更容易得结核病 · 更容易死于结核病



艾滋病病毒感染者在工作场所的权利



根据国际劳工组织**消除（就业和职业）歧视公约（第111号）、社会保障公约（第102号）、职业安全与健康公约（第155号）和艾滋病病毒和艾滋病建议书（第200号）**，雇主必须做到以下几点：

- 将艾滋病病毒和艾滋病视为工作场所中的议题。
- 采取措施限制艾滋病毒的传播和影响。
- 消除对艾滋病病毒感染者的歧视。不能要求求职者做艾滋病病毒检测，也不能辞退感染艾滋病毒的工人。
- 为所有工人提供健康安全的工作环境，并尽可能满足艾滋病病毒感染者的需求。
- 通过信息和教育来预防艾滋病毒。
- 提供医疗保健，包括为感染艾滋病毒的工人提供治疗。
- 为艾滋病毒的治疗、护理和支持提供便利。

关于联合国、国际劳工组织和其他促进工人权利的国际组织所发挥的作用，详见附录A。

工厂中的抗艾计划

你的团体或工会可以在工厂和社区中就艾滋病毒的传播和预防提供教育。可以让成员学习如何纠正对于艾滋病毒的错误观念，分发免费安全套，以及为提供艾滋病毒检测和药物的组织做宣传。你们还可以去帮助艾滋病毒感染者获得治疗和服务，使他们过上健康长寿的生活并为社区做出贡献。

培训教育伙伴

“适当的健康技术计划（PATH）”培训我们成为工厂中的抗艾教育伙伴。我们学习了有关艾滋病毒预防、检测和安全套的知识。公司为我们提供了工厂门前的空间，让我们分发并解释如何使用安全套，以及分发关于社区抗艾计划的宣传材料。有时我们也去镇上给工人的家人讲解。



工作场所的抗艾计划

有些计划的重点是向雇主展示保持工人健康如何令他们受益，另一些则关注工人的健康权。在艾滋病病毒感染者较多的地方，抗艾计划可以减少人员流动并保持生产质量。

工厂的抗艾综合计划应包括：

- 免费、保密的艾滋病病毒检测，或者让工人可以请假去做检测。
- 为艾滋病病毒感染者保密。
- 禁止歧视艾滋病病毒感染者政策。
- 安全和健康实践培训，以减少事故发生时的感染风险。如果事故导致血液暴露，工厂应提供暴露后的预防治疗（参见《妇女身边的医生》）。
- 允许感染艾滋病病毒的工人请假去照顾自己或家人的健康。
- 关于艾滋病病毒预防、传播和治疗的免费讲座。
- 支持安全性行为，如发放免费安全套。
- 为所有工人及其家人提供医疗保健服务，包括艾滋病病毒的咨询、检测和治疗。
- 提供结核病的检测、治疗和预防，因为艾滋病病毒感染者常常患有结核病（详见第31章）。

工厂为抗逆转录病毒治疗买单

因为越来越多工人和管理层感染了艾滋病病毒，大众汽车制造公司的巴西工厂于1996年开始实施一项抗艾计划。和大多数类似计划一样，它包括艾滋病病毒检测。大众汽车为感染者提供的治疗方案包括专家治疗、免费药物、抗逆转录病毒治疗临床监测、家庭护理以及重返工作岗位的协助。

该计划还为工人的家人提供检测、治疗和支持。有了这些治疗和支持，几乎90%的感染者都能正常生活，没有出现艾滋病症状。该计划的另一部分是强有力的教育工作。计划邀请工人接受有关艾滋病病毒的培训，然后支持他们与同事分享信息。许多公司都不敢在抗艾计划中包括免费或有补贴的抗逆转录病毒治疗，但大众汽车的计划（以及世界上许多其他抗艾计划）证明，让感染艾滋病病毒的熟练工人保持健康，比经常雇用新人更节省资金。