

與愛滋共舞

- 保護自己，不要再次受到傷害

如果您做了H I V抗體的血液檢查，經過兩次的酵素免疫法與一次西方墨點法確定診斷為陽性反應——也就是說，確定您已經感染了H I V愛滋病毒——之後，請您要保持冷靜，不要驚慌失措。您要開始冷靜地想一想，下一步應該要怎麼做對自己會最好。國內已有許多愛滋防治團體，如「希望工作坊」、「天主教露德之家」，可以幫助您學習如何與愛滋病毒共存，儘可能過正常的生活。

- 愈早接受治療愈好

接下來，您要愈早接受治療愈好；愈早與醫師配合，接受治療，並藉此調整自己的生活，對您的健康會愈有利，您可以因此而活得更久。

- 學習新知識

您必須更進一步去學習有關愛滋病的健康知識。您需要知道究竟有哪些最新的愛滋病醫學資訊，對我的健康有沒有幫助，更要知道其他與我自己一樣的帶原者他們有什麼寶貴的經驗，可以供我學習。

- 改變生活習慣與態度

一個人的人格，包括你對這個疾病本身、以及對你的人生的看法，其實相當重要。除了人格以外，與其他人保持良好的人際關係，擁有支持你的親人好友，也同樣重要。大部份我所知道的長期存活者，在他們的生活中都有相當良好而穩定的人際關係。



台灣每天 10 人染愛滋

感染者年輕化

衛生署疾病管制局統計，截至今年十一月底，本國籍愛滋感染者逼近萬，雖然最老的感染者今年九十三歲，但整體而言，愛滋感染者呈現年輕化，而且蔓延速度加快，大約每天新增十名感染者。

今天是世界愛滋病日，衛生署長侯勝茂邀請前署長 張博雅、義工「孫叔叔」孫越、「飛躍的羚羊」紀政、愛滋感染者代表「瓢蟲」，一起參與「停止愛滋，從我做起」記者會，並共同簽署停止愛滋的承諾，種下象徵 承諾的巨型魔豆。

據疾管局統計，從民國七十三年至今年十一月底，愛滋感染人數達一萬零四百一十四人，其中本國籍占九千八百七十二人，主要感染原因以異性戀之間的性行為佔四成九居多，但毒癮者共用針頭感染愛滋已躍居第二大死因，占全數的四成一，今年新增個案有六到七成皆為毒癮感染者。

今年「瓢蟲」躍上關懷及愛滋防治宣傳海報，成為 代言人，他表示他雖然帶原，但持續治療，活得很健康，他向大眾承諾「讓愛滋病毒留在我體內就 OK」。

愛滋感染年齡從幼兒到九十三歲的老爺爺都有，但主要年齡落到二十到四十歲的族群，疾管局副局長林頂 指出，因為 e 世代性行為觀念開放，性愛搖頭派對與夜店的盛行，再加上使用保險套比率偏低與注射毒品人口增加等因素，導致愛滋感染者迅速增加，一天增加十個，年增率達二位數的百分點。

儘管愛滋防治面臨嚴苛的挑戰，林頂認為，社會應關懷感染者，目前愛滋感染者的就醫、就學、就業，均有明文保障，民眾在正確了解愛滋的傳染途徑後，就會了解愛滋傳染力比禽流感、肺結核還要低，不要因為害怕誤解而排斥愛滋感染者。