

春暉專刊

NO.151

中華民國91年9月4日創刊 學務處生教組製 江宜庭 宮維均 老師編輯

注意！愛滋潛伏期長達10年

不戴套性愛，等於和性愛伴侶過往10年間的交往者做愛！台大醫院內科部感染科兼任主治醫師羅一鈞表示，愛滋病毒有3個月空窗期，潛伏期也長達10年，提醒民眾一定要遵守安全性行為；台大醫院愛滋病房護理長施鐘卿則提醒，愛滋患者應採取低微生物飲食，避免生食。

根據疾管局2012年12月的資料顯示，有高達7成的愛滋病感染者，因不安全性行為而感染。羅一鈞強調，愛滋病毒主要存在人體的血液、精液、陰道分泌物及部分體液（如羊水、母乳、關節液、腦脊髓液），病毒只會透過性行為、血液傳染，或是母子垂直感染，因此病毒在一般空氣中無法生存，民眾面對愛滋患者不需過度擔心。

「愛滋感染者需要長期、規律服藥！」愛滋患者每個月不可有超過一次以上未服藥或不按照時間、漏吃藥及少吃藥的情形，要維持不發病，目前最有效的方法則是利用雞尾酒療法治療。

台大醫院愛滋病房護理長施鐘卿表示，除了性行為應全程使用保險套外，民眾應避免與他人共用針具、稀釋液、牙刷、刮鬍刀、指甲剪等個人衛生用品，若家中有愛滋患者，清洗衣物時只要使用漂白水、酒精與清水，以1比10方式稀釋浸泡衣物15分鐘後再清洗，即可將病毒消除。

施鐘卿強調，愛滋患者應避免吃葡萄柚，以免與部分藥物產生交互作用，日常生活也需採取低微生物飲食，避免生食蔬菜、未煮熟的肉品及未經滅菌的生乳及乳製品，隔餐食物也應避免食用。

什麼是"雞尾酒療法"？副作用會不會很大？

所謂雞尾酒療法就是「雞尾酒式抗病毒藥物之混合療法」的簡稱。在過去十多年來針對愛滋病毒的研究，人類已漸漸瞭解此病毒感染細胞並完成病毒複製的整個過程中的各個步驟，並且因而能發展出阻斷各個步驟的藥物，以使病毒無法完成複製增殖的過程。這些抗病毒藥物可根據其所阻斷的步驟來分成幾類。目前的雞尾酒療法，就是將數種不同類的抗病毒藥物加以組合，以達到最大的抗病毒療效及避免詭譎多變的愛滋病毒產生抗藥性。感染者在開始雞尾酒療法後，在12至24週內往往不但可使CD4淋巴球數大幅提升，並往往可使血中病毒量降至測不到的地步。

至於副作用會不會很大，因人而異。對於同一處方，有的患者完全感受不到副作用，但有的

患者卻無法承受；有的患者感受到某些副作用，但有的患者卻感受到另外一些副作用，所以副作用的問題非常因人而異。所以，不要因為聽到別人有些副作用就不敢服用雞尾酒療法。在一般情形下，副作用即使發生，也大多是在患者能忍受的範圍內，或是有其他方法可以解決或減輕。另外，即使患者無法承受副作用，也還可以與醫師討論更換處方的可能性。因此，服用雞尾酒療法後，務必遵從醫師的指示服藥及追蹤，若有副作用發生或在服藥時間上有難以配合之處，也務必讓醫師知道及處理，千萬不可自行停藥或隨意更改處方及服藥指示，否則，將導致治療失敗，並且讓病毒有機會產生抗藥性，使將來的治療更加困難。