

如需了解更多信息

HIV Tests and Treatments (HIV 的检测与治疗服务)

该澳大利亚网站汇集了有关 HIV 管理与治疗的信息，内容准确、更新及时且通俗易懂。

www.hivtnt.org.au

Treat HIV Now (尽早开展 HIV 治疗)

这是一个针对男同性恋者及与男性发生性行为的男性，提供 HIV 治疗信息的网站。

www.treathivnow.org.au

HIV Drug Interactions (HIV 药物之间的相互作用)

这是一个可供检索的网站，能够查询 HIV 治疗药物与其他药物（含娱乐性药物）之间的相互作用。

www.hiv-druginteractions.org

MyLife+

一款可帮助您追踪 HIV 健康状况、治疗进程、血液检查结果及整体身心健康的应用程序。

www.mylifeplus.com.au

Next Steps (后续步骤)

供新近确诊 HIV 的人士参考的指南。您可以在您就诊的 HIV 诊所或 HIV 社区机构索取该小册子，或从以下网址下载：

www.hivnextsteps.org.au

本内容经昆士兰州阳性人士协会（Queensland Positive People）同伴支持引导项目（Peer Navigation Program）授权改编。本资料的重新设计与制作已获维多利亚州阳性人士协会（Living Positive Victoria）健康促进项目（Health Promotion Program）许可。



事实真相

治疗：这是您的选择



南澳大利亚州卫生部（SA Health）为本项目提供了资金支持。

Chinese (Simplified) | 简体中文

HIV 可以治疗吗？

HIV 的治疗方法非常有效。大多数接受 HIV 治疗的感染者都能过上健康长寿的生活。

治疗的原理是阻止 HIV 在体内繁殖并防止其破坏免疫系统。HIV 治疗可降低血液中 HIV 的数量（病毒载量），并增加 CD4 细胞（被 HIV 攻击的免疫细胞）的数量。治疗可以改善您的健康，延长您的预期寿命。它还可以阻止 HIV 通过性传播。

治疗 HIV 的方法被称为抗逆转录病毒疗法（英文简称 ART）。HIV 药物分为五类，它们以不同的方式阻止 HIV 病毒的传播。还有一些增效药物可以帮助加强 HIV 药物的效果。

HIV 治疗通常是三种不同药物的组合。一些较新的治疗方法是基于两类药物。这两类药物可以合并在一颗药丸中。一些治疗方法也可以用长效注射的方式进行。

病毒载量被抑制（低于 200 拷贝 / 毫升）的感染者，如果按照医生的处方服用药物，就不会把 HIV 传染给他们的性伴侣。

什么时候开始治疗？

确诊后应尽快开始治疗，这可以：

- 降低你的病毒载量，即血液中 HIV 病毒的数量
- 减少 HIV 对身体的影响
- 改善你的健康
- 延长预期寿命

一旦开始接受治疗，就必须坚持下去。务必要考虑清楚自己是否准备好开始接受治疗。如果您不确定，请咨询您的医生或同伴引导员 (Peer Navigator)。如确诊艾滋病相关疾患 (AIDS-defining illness)，或 CD4 细胞水平很低，或怀孕，则应立即开始治疗。医生会和您讨论这个问题。

那副作用呢？

HIV 治疗可能有副作用。许多现代 HIV 治疗方法只会带来轻微的副作用。然而，这些副作用可能会导致一些问题。有些副作用只会在治疗开始后持续几天或几周。而其他副作用会随着时间的推移而出现。请咨询您的医生，了解开始治疗后可能会出现副作用。

您的医生可能会做测试来监测药物的副作用。

如果出现副作用，请告诉您的医生。您可能需要更换药物，或者服用其他药物来减轻副作用。

我的 HIV 治疗是否会与其他药物相互作用？

部分 HIV 治疗药物会与您可能正在服用的其他药物相互作用。医生会询问您正在服用的其他药物、消遣性药物和补充剂，以帮助他们选择合适的 HIV 治疗方法。务必要告诉医生您正在服用什么，这样他们才能为您开出最好的治疗方案。

我需要接受多长时间的治疗？

HIV 无法治愈。一旦开始接受治疗，则需要终生继续接受治疗。这意味着每天吃药，或者按时接受治疗注射。

接受治疗

务必要遵医嘱服药。漏服或停止治疗会削弱免疫系统，从而损害健康。它还会导致耐药性，可能会让治疗失效。如果您产生了耐药性，则需要更换药物，而新药的疗效可能比您不如先前的有效，副作用也可能会更大。如果您忘记在正常时间服用 HIV 治疗药物，请在想起来的时候补服，然后再回到正常的服药时间。如果您意识到即将要服用下一剂，请不要服用双倍剂量。如果您错过了预约的治疗，则应尽快重新预约。

帮助您接受治疗的建议

- 使用有分隔格子的药盒，这样您就能看到药盒，知道自己是否已经服药
- 让服药成为日常生活的一部分，就像刷牙一样
- 使用手机上的闹钟来提醒自己吃药
- 如果您经常漏服药物，请向您的 HIV 主治医生、护士或 SAMESH 的同伴支持引导员寻求协助。
- 尽量保留少量治疗 HIV 的药物，以免用完。尽早备药，尤其是在旅行或度假前
- 安排药房发送手机短信提醒您取药
- 您可以使用 MyLife+ 等应用程序来帮助您记录用药和验血情况。
- 寻求帮助，解决导致服药困难的问题：如精神健康、酗酒、吸毒或经济问题

如果我怀孕了，我可以接受 HIV 治疗吗？

怀孕期间服用 HIV 治疗药物大多数情况下是安全的。它可以让您保持健康，并保护您的宝宝免受 HIV 感染。但有些治疗方法不适合在怀孕期间使用。如果您怀孕了，或者打算怀孕，请务必咨询您的医生，了解最适合您的治疗方案。