

担心自己感染 HIV，应做哪些检测？

冯旭慧

阳泉市第三人民医院 山西 阳泉 045000

HIV 感染后，若未早发现、早治疗，HIV 会“潜伏”在体内不断复制，并随着细胞扩散，能“拉拢”更多细胞，久而久之，一旦“打赢”机体免疫系统，就到达了我們熟知的艾滋病期，此时遭受普通感染都可能致命。因此，今天为您科普 HIV 感染相关知识，希望帮助有关人士早发现异常，早检测，早“禁锢”HIV，而避免发展到艾滋病期。

HIV 感染的症状有哪些？

生活中，早察觉 HIV 感染引起的异常，而及时就医检测，能尽早知晓 HIV 感染状况，有助于在免疫系统被 HIV “打败”前进行抗病毒治疗，避免 HIV “悄悄搞破坏”，而让生活无“艾”。故下面先科普 HIV 感染者的症状，一起来看一看吧！

初来乍到：感染 HIV 后，“初来乍到”HIV 因不熟悉“新地方”，“乱闯乱撞”2~6 周，会使 50~80% 的感染者会出现下述症状，分别是：①发热：常表现为低度或中度发热，且是“持久战”。但数日后能自行消退。②咽炎：咽喉处出现红肿、疼痛症状，且常规抗感染治疗效果有限。③皮疹：面部和躯干会出现“不痛不痒”的红色皮疹，或者仅有轻微瘙痒，数日后自行消退。④淋巴结肿大：感染 HIV 后，腋下和颈部可能出现明显的淋巴结肿大现象，且触感较硬。⑤全身症状：关节痛、肌肉酸痛，或者“经久不息”的疲劳感。⑥其他：HIV 感染者可能伴随恶心、头痛、腹泻以及口腔溃疡等症状。

别小看“初来乍到”的 HIV，其病毒量极高，且具有极强的传染性。但因它“闯的祸”缺乏特异性，易被误认为流感或者普通感冒，而被忽视。

暗中使坏：HIV 在体内“入乡随俗”后，不“浮躁”、不“喧哗”，感染者无症状，外表和健康人没有差异。但 HIV 在体内会“暗中使坏”，约 8~10 年，时间不固定，该阶段 HIV 会不断“攻击”免疫系统，且仍然存在传染性。

大获全胜：HIV 潜伏在体内，长期的“暗中使坏”，一旦体内剩余“兵力(即 CD4+T 淋巴细胞计数)”不足 200 个/ μ L，则 HIV “大获全胜”，即病情发展到晚期，也被称作艾滋病期，此时免疫系统“崩溃”，纵使“小敌”，例如卡氏肺孢子菌等，亦能“乘虚而入”，而引起相关症状，可轻易取走感染者性命。常见的症状分别有：①全身症状：持久性(>30d)发热、夜间盗汗、体重锐减、明显且无法缓解的疲劳感。②消化系统症状：持久性腹泻，可能超过 30d。③皮肤黏膜病变：严重且反复带状疱疹、口腔念珠菌感染、口腔毛状白斑等。④神经系统症状：认知障碍、运动和精神异常，表现为明显的记忆力下降、行走不稳、性格改变等。⑤机会性感染和肿瘤：常见的有卡氏肺孢子菌肺炎、卡波西肉瘤、肺结核等。

担心自己感染 HIV，自我检测方法有哪些？

看完上文 HIV 感染者临床症状后，有些人担心自己感染 HIV，又怕确诊，不愿面对疾病带来的身体变化，甚至担心被亲朋好友歧视，而逃避去医院检测。有些人担心就诊过程尴尬、泄露隐私，尤其是涉及性行为、性取向等内容时，害怕遭受医护人员的歧视，而整日惶惶不安。故下面为您讲讲自测方法，希望帮助有关人士在家中初步判断是否感染 HIV，一起来学一学吧！

三省吾身：担心自己感染 HIV 时，可先“三省吾身”，回忆自己是否存在 HIV

感染症状(见上文)，并回顾自己是否出现高危行为史。常见的 HIV 感染高危行为如下：①多性伴侣，或存在无保护性行为、同性性行为；②性伴侣是 HIV 感染者；③接触毒品，包括吸食毒品、使用他人针具吸毒等；④在非正规医疗机构进行纹身、拔牙、输血、采血行为等。注意，若存在 HIV 感染症状、高危行为史，勿心存侥幸，需及时自行购买自检试剂盒检测。

自我检测：(1)尿液检测：自行购买人类免疫缺陷病毒 1 型尿液抗体检测试剂盒。检测前，先清洁双手，用尿杯采集适量中段尿液，即先尿 1s 或 2s, 然后接取尿液，接取结束后再排出剩余尿液，以便采集无污染的尿液样本。随后，用一次性滴管吸取 3 至 4 滴尿液，放平检测卡，然后将尿液滴入检测卡的加样孔，等待 15min 左右。(2)“唾液”检测：自行购买 HIV-1/2 唾液抗体检测试剂盒。检测前 30min，需禁食、禁水、禁烟。30min 后用试剂盒内的拭子擦拭上下牙龈线，采集渗出液，随后将拭子置入洗脱液内，并对其进行搅拌、挤压等处理，然后滴入 3 至 4 滴至检测孔，等待 20min。(3)血液检测：自行购买 HIV1/2 检测试剂。检查前，清洁双手，并用医用酒精对指尖消毒，待局部干燥后，在指尖用一次性采血针取血，用滴管吸取血液，然后滴入加样孔 1 至 2 滴，并加入适量稀释液，然后等待 15min 左右。(4)结果判读：仅 C 线变红，则为阴性，即未检测到抗体。但不要“高兴”太早，该结果可不代表没有感染 HIV。因为，HIV 感染有窗口期。若 C 线和 T 线均变红，则为阳性，勿慌，这不是最终“判决”，需及时去医院做检测，以确定是否感染 HIV。若未出现红线，或者单独 T 线变红，则是无效检测，需更换试剂再次检测。

院内诊断 HIV 感染时，使用哪些方法检测？

担心自己感染 HIV，自己检测仅能作为初步判断，要想确诊还需去医院检测。因为，院内检测技术更先进、流程更严重、检验员更专业，能获得准确的检查结果。故下面为您讲讲院内用哪些方法检测 HIV 感染，一起看一看吧！

核酸检测：该检测法能在感染 7~14 日检测到 HIV 的遗传物质，且能判断 HIV 载量，适合早期诊断 HIV 感染。

抗原/抗体联合检测：即同时检测 HIV 的抗体及其 P24 抗原，需要在感染 2~6 周才能检测到病毒。

抗体检测：通过检测 HIV 感染后机体产生的特异性抗体诊断，需要在感染 3~12 周才能检测到特异性抗体。

免疫印迹试验：用间接法检测抗 HIV-1/HIV-2 特异性抗体，并采用电泳分离病毒蛋白，并检测抗体结合状况，具有较强特异性，能准确判断受检者是否感染 HIV。

CD4+T 淋巴细胞计数：即根据 CD4+T 淋巴细胞计数判断受检者病情进展和免疫状况。

科普小结：

担心自己感染 HIV 时，勿恐慌，先“三省吾身”，回忆自己是否出现 HIV 感染症状以及是否存在高危行为史，若有症状或(和)高危行为史，也要保持冷静，这不是最终“判决”，要及时去医院检测或者自测。且注意，自我在家检测时，无论是阳性，还是阴性，都不可掉以轻心，最好及时去医院检测，尤其是阴性者，勿存侥幸心理，避免害人害己。