

ちゃんと知って、しっかり予防

エイズ

予防ガイド

監修 (公財)エイズ予防財団





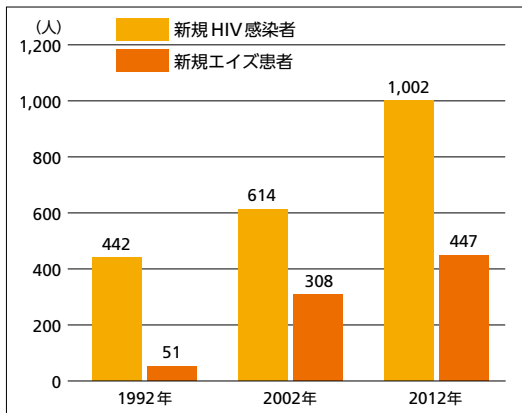
エイズのこと ちゃんと知ろう。①

自分は大丈夫と
思っていませんか？
エイズは身近な病気です。

2012年、HIV感染がわかった人は1,002人。新規エイズ患者数は447人にもなります。このように、日本では毎年新たな感染者・患者が報告されています。エイズは、決して過去の病気ではありません。とても身近な病気です。

自分自身のこととして捉え、エイズに対する正しい知識を身につけて、しっかり予防しましょう。

[新規HIV感染者・新規エイズ患者報告数の推移]



資料：厚生労働省エイズ動向委員会報告
「平成24年エイズ発生動向」

日本では新たに
HIVに感染する人が
多いね





エイズのこと ちゃんと知ろう。2

エイズはHIVに感染して
発症する病気の総称で、
HIV感染=エイズでは
ありません。

エイズとは、HIVというウイルスに感染し、発症する病気の総称です。ただし、HIVに感染しても、すぐにエイズを発症するわけではありません。症状が現れるのは、数年先といわれています。その間、体の中でHIVが増えて、体を守る免疫機能が壊され、健康な人なら防ぐことができる感染症や悪性腫瘍などにかかりやすくなります。

残念ながらHIV感染症を治す薬はまだありませんが、感染したことに早く気づいて適切な治療をすれば、エイズの発症を遅らせることができます。

HIV

(ヒト免疫不全ウイルス)

エイズ

(後天性免疫不全症候群)

HIV感染からエイズ発症まで

HIVに感染しても
自覚症状が
ほとんどないから、
自分では
気がつかないだって！



HIVに感染

感染から数週間後、かぜに似た症状が出ることもあるが、自覚症状はほとんどない。

無症候期

体内でHIVが増加していき、体の免疫機能が徐々に低下していくが、この間も自覚症状はほとんどない。



発症まで数年

この期間、自覚症状がなくても感染力はあるため、他の人にうつす可能性が！

エイズ発症

免疫機能が極端に低下し、さまざまな感染症や悪性腫瘍などの病気にかかりやすくなる。

★エイズ発症の目安とされる23種類の病気のうちいずれかを発症すると、エイズと診断される。



エイズのこと
ちゃんと知ろう。③

**HIVは感染力が
弱いウイルスだから、
ふだんの生活では
簡単に感染しません。**

HIVは、とても感染力の弱いウイルスです。そのため、感染者と性的接触さえなければ、日常生活でうつることはほとんどありません。

身近にHIV感染者がいても、今までと変わらない態度で接しましょう。正しい知識を持ち、きちんと理解していくことが大切です。

握手や軽いキスでは、
感染しないよ



こんなことでは感染しません！



せき、くしゃみ、汗、涙



電車の吊り革や手すり



洋式トイレの便座



お風呂やプール



飲み物の回し飲み



同じ皿の料理を食べる



蚊やノミに刺される



日本の医療機関、理髪店、
美容院の器具など

※血液が付きやすい歯ブラシ、カミソリ、ピアスなどの共用は避け、自分専用にしきましょう。



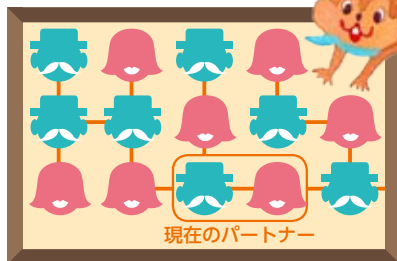
エイズのこと
ちゃんと知ろう。④

**HIVに感染する原因の
約9割は
性行為によるものです。**

HIVに感染する主なルートは、①性行為感染、②血液感染、③母子感染の3つ。そのうち日本では、性行為による感染が約9割です。

「自分には関係ない」「1人だけとしか、つき合っていないから大丈夫」と思っている、パートナーが他の人と性行為をしたことがあれば、感染の可能性は否定できません。

感染の予防をしない限り
1度でも性行為の経験があれば、
HIV感染の可能性があるんだね



3つの感染ルート

① 性行為感染

HIV感染者と無防備なセックスをすることで感染

※オーラルセックスや、アナルセックスでも感染する可能性があります。

予防するためには
コンドームを正しく使ったセーフアセックス（より安全なセックス）をする



② 血液感染

麻薬の回し打ちなど注射針を共有し、HIV感染者の血液が体内に入ること感染

予防するためには
麻薬や覚醒剤を使わない

※日本の医療機関の注射針は使い捨てなので心配ない。
※輸血の際は厳重な検査をしているが、感染の可能性をゼロにはできない。



③ 母子感染

HIV感染者の母親から、妊娠中や出産、授乳の時に赤ちゃんに感染する

予防するためには
予防治療薬、帝王切開、人工栄養などの適切な対処で、感染をほぼ抑えられる





エイズのこと
ちゃんと予防しよう。①

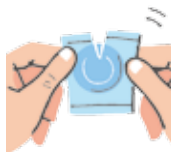
HIV感染を防ぐには コンドームが有効です。

HIVは、感染している人の血液、精液、膣分泌液などの体液内に存在します。感染ルートのお大半は性行為です。コンドームを使わない挿入による膣内感染のほか、肛門や口での行為（アナルセックス・オーラルセックス）でも感染します。

ですから、感染を防ぐためには、性行為のはじめから終わりまで、コンドームを正しく装着する、セーフターセックス（より安全なセックス）を心がけましょう。

なお、ピルは避妊薬なので、感染の予防はできません。

コンドームの正しい使い方！



1 コンドームを傷つけないように袋から取り出す。



2 先端の精液だめをつまみ、爪を立てずに空気を抜く。



3 勃起したペニスの皮を根元までたぐりよせる。



4 精液だめの空気を抜いたままコンドームを亀頭に置いてから、根元近くまでかぶせる。



5 かぶせた部分を亀頭のほうに寄せ、根元であまっている皮膚を張らせる。



6 根元の張った皮膚に密着させながら、コンドームを根元までかぶせる。

★射精後は、精液がもれないように注意しながらコンドームをはずし、コンドームの口をしぼって捨てる。

こんな
ことにも
注意

- 表裏をよく確かめる
- 使用期限を守る
- 財布など、傷がつきやすい場所に保管しない

HIV感染の予防のためには、
性行為のはじめから終わりまで、
コンドームを正しく使う
セーフターセックスが不可欠だよ



エイズのこと
ちゃんと予防しよう。②

検査は全国の保健所で
匿名・無料で受けられます。

HIVの検査は、全国の保健所なら、無料・匿名で受けられます。感染しているかどうかは、血液検査でわかります。ただし、感染後にHIVの抗体が血液中にできるまで6～8週間かかるので、確実な結果を得るには、思い当たる行為から3カ月後以降に検査を。

「もしかして」と不安を抱えている人は、保健所に電話で相談しましょう。

※医療機関でも行っているところもありますが、原則、匿名では受けられず、有料になります。

結果が 陽性だったら

医師から専門の医療機関を紹介してもらえます。すぐに受診をし、適切な治療を受けましょう。そうすればエイズの発症を遅らせることが可能です。



保健所での検査

1

予約

検査の日時を電話やHPで確かめる。予約が必要な場合は、電話予約をする（匿名でOK）。

2

検査

検査当日は受付後、検査前相談をしてから、採血（5ml程度）をする。

3

結果

指定された日時（通常1～2週間後）に、本人が直接結果を聞きに行く。

検査結果が当日わかる保健所も！

即日検査を行っている保健所もあります。しかし、陰性と確認できなかった場合、確認検査が必要となるので、後日改めて聞きに行くことになります。

検査目的での献血は絶対やめて！

献血をしても、HIV検査の結果は献血者に知らされません。もしもHIV抗体ができる前に献血をすると、輸血された人に感染させる恐れがあります。

STI予防もしっかりと

STI（性感染症）は、性行為によって感染する病気のことです。無症状の場合もあり、感染に気づかず他人にうつしてしまうこともあります。自然には治らないので、気になるとき、感染したときは、パートナーと一緒に受診し、早めに治療を受けましょう。

[主なSTIの症状]

性器クラミジア 感染症/ トリコモナス症/ 淋病	<p>男 排尿時の痛み。性器から膿が出る。</p> <p>女 症状が出にくい。おりものの増加。下腹部の痛み。</p>
性器ヘルペス 感染症	<p>男 性器に米粒大の水ぶくれができかゆい。つぶれると痛みが変わる。</p> <p>女 性器に潰瘍や水ぶくれができ、初期は激しい痛みと38度以上の発熱。再発しやすい。</p>
せんけい 尖圭コンジローマ	<p>男 女 性器にかゆみや違和感を感じ、先のとがったカリフラワーのようなイボが多発。</p>
梅毒	<p>男 女 性器に大豆ほどのしこりができる。3カ月ほどで全身に発疹など。</p>
B型肝炎	<p>男 女 症状が出にくい。食欲不振、だるさ、関節痛、黄疸など。</p>

STIを防ぐには

コンドームを正しく使う


HIV感染予防同様、コンドームの正しい使用が不可欠です。

B型肝炎ワクチンの接種

B型肝炎はB型肝炎ワクチンを接種することで予防できます。

エイズinformation

エイズに関する電話相談
(公財)エイズ予防財団


 0120-177-812

携帯電話からは 03-5259-1815


月曜日～金曜日（年末年始・祝日を除く）
10時～13時 / 14時～17時

エイズに関するウェブサイト


保健所などの検査・相談窓口情報サイト

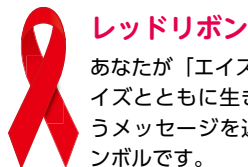
 エイズ予防情報ネット (API-Net)
<http://api-net.jfap.or.jp/>

病院などのHIV検査・相談窓口情報サイト

 HIV検査相談マップ
<http://www.hivkensa.com/>

すぐに役立つHIVの総合情報サイト

 HIVマップ
<http://www.hiv-map.net/>



レッドリボン

あなたが「エイズに偏見を持っていない」、「エイズとともに生きる人々を差別しない」というメッセージを込めた、理解と支援を表すシンボルです。

