



至於 HIV ➤ 健康與治療

- 4.1 監測您的健康
- 4.2 血液檢查
- 4.3 治療
- 4.4 輔助療法

4.1 監測您的健康

與您的醫生合作保持健康，避免感染，對艾滋病毒陽性人們來說是非常重要的。這意味著每年做 4-6 次普通的健康檢查及血液檢查。定期檢查非常重要，您的醫生可以了解您的健康變化以及建議您將怎樣做。

還建議定期約見牙科醫生以預防蛀齒和牙床及口腔疾病。

4.2 血液檢查

您每次去見醫生，醫生會給您開兩種血液檢查來了解艾滋病病毒對體內免疫系統的影響。

病毒量檢查

病毒量是指艾滋病病毒在您血液中的含量。艾滋病病毒一直不斷地複製。通過檢查在一定量的血液中的艾滋病病毒含量，您的醫生便可估計出艾滋病病毒在您身體裏的複製速度。

病毒量越高，說明病毒繁殖速度越快，而您的免疫系統被破壞的可能性就越大。

CD4 細胞數目測量

艾滋病病毒會破壞您的免疫系統的 CD4 細胞。通過測量您血液中 CD4 細胞的數量，您的醫生便可以了解艾滋病病毒對您的免疫系統的損壞程度。

這兩種檢查結果會讓您和您的醫生知道艾滋病病毒在您體內的發展情況和幫助您決定什麼時候開始治療。

如果您在接受治療，這些檢查也可以監測您的治療情況。

4.3 治療

雖然目前對於艾滋病病毒感染或艾滋病沒有治愈的方法，但是現有的治療可以控制病毒，艾滋病病毒感染者仍然可以享受健康和充滿活力的生活。這些藥物又稱為抗逆轉錄酶病毒藥。抗艾滋病病毒藥並不能消滅艾滋病病毒，而是減緩復制速度和對免疫系統的破壞。

您可能聽說過一些服用抗艾滋病病毒藥的患者在血液檢查時沒有發現艾滋病病毒，這說明病毒量降到了無法測量的程度。這並不表示艾滋病病毒不存在於他們身體中，因而，使用安全套仍然是防止艾滋病病毒傳播的最安全的方法。使艾滋病病毒降到如此低的程度正是抗艾滋病病毒藥的目的。

最好和艾滋病專科醫生討論您的有關治療問題。如果您的醫生對艾滋病病毒/艾滋病沒有經驗，您可以約見性健康中心的醫生。許多大醫院也有艾滋病專科醫生。您所在州或領地的艾滋病委員會的負責治療的工作人員也可以給您提供有關的參考建議。

關於治療請應該知道的幾點：

- 艾滋病病毒治療非常有效但是治療是伴隨一生的。
- 接受治療您需要嚴格遵醫囑，並且保證不漏服任何藥物。
- 有些人對這些藥物會產生副作用。如果在您服藥后感覺不舒服，一定要告訴您的醫生。
- 有些興奮劑會影響抗艾滋病病毒藥物藥效，如果您正在用藥並同時準備使用興奮劑的話，一定要告訴您的醫生或艾滋病委員會的治療人員。
- 使用抗艾滋病病毒藥是一項重大決定。您需要和您的醫生商量。花些時間問問題，保證您了解您需要的所有信息。

“我在幾年前開始服用抗艾滋病病毒藥，當時我病得很重，曾幾次住院治療。現在治療方法有了改進，容易被接受了，我的健康也有了很大的提高，感覺好極了。進行治療是很值得的。”

4.4 輔助療法

一些感染了艾滋病病毒或患有艾滋病的人選擇輔助療法，不論單獨使用或配合抗艾滋病病毒藥。和其它任何形式的藥物一樣，輔助療法不能治愈艾滋病病毒感染或艾滋病。

輔助療法包括傳統療法、催眠療法、靜坐療法、順勢療法、針灸、自然療法及按摩。

重要的是如果您使用其中任何一種，您一定要告訴您的艾滋病專家，因為有些輔助療法會影響您的治療。

