

疾控微课堂

老年人离艾滋病并不遥远

通讯员 张庆梅

“医生,你要救救我!” “我身体一直都很好啊,怎么会有病呢,医生,是不是诊断错了?” “那我是怎么感染的呢?” “这种‘脏病’,是见不得人的,我不敢说出来,不能让我家人朋友知道。”

一说到艾滋病,好多人第一反应是年轻人。然而,越来越多的案例让我们明白,HIV并不是年轻人的“专属病”。 老年人如何防艾滋病? (一)正视老年性需求,风险意识不能少。 老年人的性需求是一个重要但常被忽视的议题。由于老年群体不需要考虑避孕,因此该人群在发生行为时经常不会使用安全套,这种行为增加了老年人群感染HIV的风险。

次”等等。由于健康风险意识较差,许多老年人走在感染和传播艾滋病的边缘。 (二)避免高危性行为,安全措施有一套。 无保护性行为、多性伴及卖淫嫖娼行为都是感染艾滋病的高风险行为,老年人预防艾滋病要坚决避免发生这些行为。如若不慎发生了高危行为,应在72小时内尽快使用阻断药,有效减少感染风险。 安全套始终是预防艾滋病的第一道防线。无论年纪多大,只要不使用安全套,或者不能正确使用安全套,就有可能感染艾滋病。老年人绝不能心存侥幸,让艾滋病有机可乘之机。另外,随着年龄增长,老年人的免疫系统通常会变得较弱,包括黏膜屏障减弱等,加之部分老年人可能需要长期用药来管理一些慢性疾病,一定程度上影响免疫系统功能等,使得老年人更容易感染艾滋病。所以,如果发生性行为,务必全程正确使用安全套。

(三)共病感染勿小觑,及时诊治很重要。 老年人的HIV感染常存在共病感染风险高、死亡风险高、治疗效果和远期生活质量相对较低等情况。首先,老年人感染HIV不仅导致免疫系统受损,还可能增加其他慢性疾病(如心脏病、糖尿病、肾脏疾病等)的发生风险,导致多种疾病共存,给身体健康带来更大挑战。同时,感染HIV可能面临社会排斥、歧视和心理健康等问题,对老年人的心理和情感健康造成负面影响。第二,共病感染可能给老年人带来更高的死亡风险。目前,艾滋病虽可防可控,但仍无法治愈,感染者需终身接受抗病毒治疗。另外,老年人的共病感染还导致生活质量下降,影响日常生活、社交等。因此,共病感染问题不容小觑。 感染HIV后及早接受抗病毒治疗可提高患者的生活质量、延长寿命,同时减少HIV传播。

(四)健康生活益身心,无艾夕阳更美好! 老年人应积极参与有益身心健康的活动。首先,老年人进行适当体育锻炼、健身活动等,有助于增强骨骼肌肉,减缓身体功能老化,保持身体健康。其次,老年人参加社区活动,学习新技能、阅读书籍或艺术创作等,可帮助扩大社交圈,保持大脑活跃,预防认知功能下降。第三,老年人参与社区志愿服务等,能够带来成就感 and 满足感,提高自尊心和自信心,利于心理健康。这些方式都能够有效帮助老年人过上充实、健康、快乐的晚年生活。 总之,老年人应正视性需求,提高健康风险意识;避免高危性行为、正确使用安全套;及时了解共病感染问题,主动进行HIV检测;保持健康生活方式,守护身心健康。做到这些,相信老年人可以更好地理解预防艾滋病的重要性,并采取适当措施有效减少艾滋病感染风险,保护自己和他人。

南京银行最新存款、理财产品推荐
存款产品,保本保息
产品名称 期限 利率 认购起点金额 备注
整存整取定期存款(币种:人民币) 3年 2.90% 5万元(含) 产品细则详询经办网点,请以办理时实际执行利率为准
个人美元存款 3个月 2.85% 1万元(含)-5万元(不含) 现钞/现汇
个人大额存单 1年 2.2% 20万元 可转让
2年 5.0% 认购期内如遇人行存款利率调整则提前终止发行,额度有限,售完即止。认购期内,请以办理时实际执行利率为准。
3年/5年 2.05%
3年/5年 2.45%
3年/5年 2.90%
30万元(新客专享)
3年/5年 3.00%
理财产品,保本保息
产品名称 期限 预期年化收益率 认购起点金额 备注
个人结构性存款人民币产品 一个月(三层结构) 1.55%起至2.5%起至2.8% 1万元起,1000元递增 本金保证 收益保底
三个月(三层结构) 1.60%起至2.55%起至2.85%
六个月(三层结构) 1.80%起至2.6%起至2.9%
一年(三层结构) 1.95%起至2.65%起至2.9%
精选中长期
产品名称 代码 期限 募集期 风险等级 业绩比较基准
鑫选稳半年53期-D份额 提升:Y73053 196天 11月29日-12月5日 中低风险 3.0%-3.8%
鑫选稳一年144期-C份额 提升:Y32144 400天 11月29日-12月5日 3.4%-4.0%
鑫选稳两年50期-C份额 新客、新资金、代发:Y62050 749天 11月29日-12月5日 3.7%-4.3%

健康知识普及行动
发生火灾时,用湿毛巾捂住口鼻、低姿逃生;拨打火警电话119。
突遇火灾时,如果无力灭火,应当不顾及财产,迅速逃生。由于火灾会产生炙热的、有毒的烟雾,所以在逃生时,不要大喊大叫,应当用潮湿的毛巾或者衣襟等物捂住口鼻,用尽可能低的姿势,有秩序地撤离现场。不要乘坐电梯、不要选择跳楼。
家庭最好配备家用灭火器、应急逃生绳、简易防烟面具、手电筒等火灾逃生用品。进入商场、宾馆、酒楼、影院等公共场所时,应首先熟悉安全通道,以备发生火灾时迅速从安全通道逃生。
发现火灾,应立即拨打119火警电话报警。准确报告失火地址、火势大小;如有可能,尽量提供详细信息,如是否有人被困、是否发生爆炸或毒气泄漏等。在说不清楚具体地址时,要说出地理位置、周围明显建筑物或道路标志。
发生地震时,选择正确避震方式,震后立即开展自救互救。
地震时,身处平房或低层楼房,应迅速跑到室外空旷处。身处楼房高层,要迅速躲在坚固的家具旁、承重墙的内墙角或开间小的房间,远离门窗、外墙、阳台,不要跳楼,不要使用电梯。关闭电源、火源。室外要避开高大建筑物、玻璃幕墙、立交桥、高压电线等易发生次生灾害的地方。
如果地震被埋,要坚定生存信念;保存体力,不要大喊大叫;可用砖头、铁器等击打管道或墙壁发出求救信号。震后不要立即返回建筑物内,以防余震发生。
震后救护伤员时,要立即清理口鼻异物,保持呼吸道通畅;对出血部位及时止血、包扎;对骨折部位进行固定。

解除租赁合同通知
上海毅圣隆医疗器械销售中心:
因贵司拖延支付租金超过1个月,现我司特通知贵司:贵司与我司签订的杭州市滨江区盛元慧谷花园709.711号、713.715号房屋的《盛元·慧谷项目租赁合同》自本通知公告之日解除,我司将另行出租该房屋。请贵司于公告后3日内腾空该房屋交还我司并结清拖欠的租金、物业费,我司保留通过法律途径追究贵司责任的权利。
杭州新盛元房地产开发有限公司 2023年11月27日

萧山区潮汐预报
位置 12月1日晚潮时间 高潮位(米) 12月2日早潮时间 高潮位(米)
观潮城(仓前) 15:40 4.90 04:00 4.70
城市阳台(奥体) 17:03 4.80 05:23 4.60
闻家堰 18:00 4.60 06:15 4.40
潮水涌高等级 危险 备注:受多因素影响,该预测仅供参考。

第22届中国国际(萧山)汽车展
时间:12月8日至12月10日 离开幕 还有7天
地点:浙江世纪汽车市场

金点子婚介
13735826379 82655749
事业、国企、教师、白领、医生、工程师、上门女婿等。
萧山供电公司电力设备检修预告
12月2日 8:30-16:31 检修萧山区浦阳镇临江村一带。
●遗失杭州江津化工有限公司危
危险化学品经营许可证正本,证号为浙杭安经字(2021)00000831,声明作废。

公益广告
节能减排 齐给力 低碳生活 更美丽
A large green-themed advertisement featuring a central lightbulb with a plant growing from it, surrounded by illustrations of wind turbines, solar panels, and modern buildings. The text promotes energy conservation and a low-carbon lifestyle.