

我国艾滋病阳性比例并未上升

最近网上有一个关于艾滋病的消息在广泛传播。这个信息主要表达的是，中国取消外国艾滋病感染者入境限制后,导致中国每季度大概有4万感染者的增长。

对此，中国疾病预防控制中心流行病学首席专家吴尊友教授表示,这个说法是不科学的。

吴尊友教授指出:“网友们通常在网上看到的文章大多报道的是我们国家每年新发现了多少例HIV感染者,但每一个感染者诊断都是通过检测发现的,我们却很少提及检测的人数。如果这两个数字不一起提及，可能会误导大众。”

扩大检测是中国艾滋病新发感染者报告数增加的主要原因

吴尊友教授表示，根据2000年以来的数据显示，中国整体艾滋病感染者的数量是在上升的。但这受两方面因素影响。一是扩大检测。2004年检测了1900万人，发现了近5万HIV感染者,而2018年2.4亿检测者中发现了近15万HIV感染者，诊断

的感染者数翻了3倍,而检测人数却翻了12倍。检测人数大幅度增长,发现的感染者自然也会增多。

将这些数据进行对比,你会发现,我国的艾滋病检测阳性比例是在不断下降的。从2004年的每10万人中诊断出242名感染者，下降到2018年的每10万人中诊断出62名感染者。

二是不清楚自己感染情况的HIV感染者以及检测了但没有通过治疗获得病毒抑制的感染者造成的传播。由于HIV的特性,不经过特定的HIV检测,是无法确定一个人是否为HIV感染者的。如果国家的检测人数下降,那么新发感染者的数量也会受到影响,这意味着这些数据并不能直接反应艾滋病的疫情。

但无论是否进行HIV检测,HIV感染者是真实存在的。我们应该要做的,是通过检测,尽早地帮助感染者及时发现、及时治疗。

处于HIV检测窗口期献血会造成受血者感染

所谓的窗口期就是一个人感染

HIV后，医学工作者用现代的医学技术不能发现他感染HIV的这段期间，叫“HIV检测窗口期”。窗口期的长度取决于检测手段。

艾滋病进入人体以后，可以通过两种方式进行HIV检测。

一是检测HIV抗体。人感染了病原微生物(如HIV)以后,免疫系统产生的一种物质叫抗体，通过测抗体的方法来反映检测者是否感染。

二是直接检测HIV的成分。随着HIV检测技术的提高,第四代检测试剂已经把窗口期缩短到14~21天,核酸检测方式能够把窗口期缩短到10~15天。也就是说,如果一个人感染HIV的时间在10天以内,用最新的检测方式也无法测出。但这个人却已经被HIV感染,是具备传染性的。这种情况最常见于献血的时候。处于HIV检测窗口期的献血者血液,医疗机构是可能查不出来的,但会导致受血者感染。所以,如果需要进行HIV检测，请直接到疾控中心或正规的检测机构进行检测，而不过通过献血检测的方法。

我们要对抗的是HIV，不应该是HIV感染者

吴尊友教授表示，进行HIV检测，不是为了把艾滋病病毒感染者推出去,不管不顾,而是要用现代的医学技术，让他们能够享有与普通人的生活。

国际上出现了“U=U”的科学说法,即当HIV感染者的病毒载量无法检测出时,就不会传播HIV。这是非常重要的。通过检测，我们可以让HIV感染者知道自己的健康状况并及时接受治疗,让HIV感染者达到病毒载量检测不出的状态。这时候,HIV感染者的免疫系统将不再受到HIV的破坏,从而享有健康的生活。同时,HIV感染者也不具备传染性，有利于改善自身的生活状态。

吴尊友教授呼吁道:“我们不应该过分地宣传哪一部分人是HIV感染者。感染者和非感染者其实可以非常和谐地生活在一起。不要用歧视的态度去对待感染者。”

杜培准

【两性速读】

远离职场色狼

很多色狼都喜欢利用节日来向异性示好。他们会用心地记下女生的生日，并利用节日的热烈气氛营造出各种令女生怦然心动的小玩意儿。

有些色狼特别喜欢打听女生的手机号码、微信号等个人信息,然后伺机骚扰。事实上,面对这种色男最好的处理方式就是置之不理。如果女生反应太过强烈,反而会激发色男的征服欲。

如果一个男人看女生的眼神是偷窥的状态，或者为人处事不够光明磊落,那么这样的男人一定要谨慎对待。

有些男人天生贱骨头，一见了美女就双腿发软、两眼发直,唯美女马首是瞻。对于这样的男人，请一定要慎重。因为他们多是花心男，在他们心中,美女只是玩具,当他们把你玩腻了甩了的时候，是根本就不会有丝毫留恋的。在他们的心中,最美最好的永远是下一个。

邵杰

识别出轨信号

下面8种迹象表明对方“可能出轨”,这里所说的出轨包括精神出轨。

迹象1.守着手机/电脑的时间越来越长,但却常不回电话或信息。

迹象2.开始想要越来越多的空间,想要自己待着。

迹象3.一旦两人起争执,“出轨者”会最先停止争辩,然后提议分手,或者认为两人之间已经“没有感情”了。

迹象4.当伴侣询问对方和另一个人的关系时,对方会过度谈论或者逃避。

迹象5.开始改变衣着和外表。

迹象6.开始对伴侣的外表和行为越来越多评论、不满,要求严苛。

迹象7.“性趣”开始发生变化。

迹象8.开始有意无意提到一些问题,涉及“第三者”。

小楼

做个新鲜热辣“水”女人

顾小颖(女,27岁):当初,他是我男友中最有男人味的一个。如今,这股男人味变成了懒散的气味。你知道,恋爱和结婚的区别就是如此。终于当他又一次搂住我爱爱时,我惊异地发现以往的“水情”成了“旱灾”。他苦着脸住了手走了出去,不一会儿又进来了,我闻到一股陌生的清香,还没来得及睁眼,下体突然传来一阵舒适的湿润……那一次我们弄湿了床单和沙发套,他在我眼里说不出有多好,噢,我真的喜欢他的体贴,还有那散发着樱桃味的湿润的刺激。

高雯(30岁):好不容易飞往老公外派的城市,一踏进宾馆,可恶的“大姨妈”提前而至,只能勉强戴上套子,偏偏我每次都特别疼痛,根本没了心情,提起精神满足了他,我已经面无人色。第二个晚上,他看着脸色苍白的我,取来宾馆小篮子里的润滑剂,给我涂上。当他终于发出沉闷的呻吟,我感觉也飞上了云端。

胡一燕(35岁):当我的闺蜜神秘地拿出那个蓝色的小管时,我把

头摇得像拨浪鼓:不行不行,那样等于告诉他我不“利索”。闺蜜问我一个晚上可以有几次高潮,听得我傻了。我有过高潮,但没有连续性,往往是他还兴致勃勃,而我已经干涸如初,不得不让他收兵。听从闺蜜的劝,我惴惴不安地将小管带回家,清凉舒适的感觉让我没有了任何思想负担,我沉醉地闭上了眼睛,任由他尽兴地在我的私密花园里游荡,最终我高潮迭起。

朱凡(29岁):当我穿着三只小鸡的浅黄色内衣,屋子里挂了避孕套吹的气球,准备给他个惊喜时,换来的却是他的指责:“你什么时候可以长大?”我傻了。夜深了,他还疲惫地坐在电脑前发呆。我走过去,轻柔地握住了他的肩膀,为他按摩起来,他一开始有点生硬,渐渐地,他放松下来,听从我的摆布,任由我给他脱去衣服,拍打,揉捏……“怪舒服



的,这涂的是什么?”他闭着眼睛问我。“润滑油啊,嘿嘿……”我得意。他又好气又好笑:“天哪,润滑油当按摩膏?”他睁开眼看着我,突然一把将我搂进怀里:“对不起,今天是我们的结婚纪念日吧,我被抢了一个“大单”,心情不好,其实我喜欢你的孩子气……”

润滑剂使用指南

倒出两三滴润滑剂在手指上,搓揉数秒,使之与体温相近,然后均匀涂抹。

若使用震动器,具刺激作用的部分要涂上润滑剂,使表面顺滑。

别过分揉搓，手部皮肤会吸收润滑剂。假如你或你的用具开始干涩,请立即加用润滑剂。

使用分量多少则因人而异,有的人润滑剂愈多愈觉刺激,有的人则只加一点儿

减少摩擦力,以达到刚刚好的效果。

建议初用者,若是固体润滑胶,先用一个指甲盖般大小的分量;若是水性润滑油,不要超过三滴。然后按照需要逐渐增加分量,直至达到理想效果。

市面上的润滑剂有不同浓度、不同颜色、不同味道之分,选择润滑时要根据不同的需要。在尝试新产品时可先选购细支装或试用装。

胡承恩

【枕边心事】

他说很难忍得住

我和他相识一年,最近他多次跟我说,面对我的“诱惑”,他很难忍得住。我想把最美好的第一次留到新婚之夜,可又不忍心拒绝他。

女人不愿意发生性行为时,必须把主导权牢牢掌握在自己手里。在他开口说“我要”时一定要第一时间坚定地说出自己的想法,而不要在衣服被他脱了一半时才鼓起勇气,因为那时的你更有可能被认定为“欲拒还迎”,反而激发他的“斗志”。

最近我们夫妻关系很紧张,一度提及离婚。我在想:是什么出了问题?是因为性生活吗?

性是婚姻和谐的重要因素,但它并非唯一的和最重要的因素。婚内性生活不和谐可能只是婚姻不幸福的症状之一,而不是其根源,更常见的是婚姻关系不和谐造成的性问题,如交流很差、权势不平衡、缺乏彼此的尊重等。

我父母在我12岁那年就离婚了,现在我总是为“我的婚姻也不会长久”的想法困扰,每次和丈夫吵架,脑海里都会浮现我读到过的有关单亲家庭孩子容易离婚的数据。

心理暗示有时关乎生死存亡和生活质量。对一个健康人谎称说医生已经把他的血管切开,旁边的水龙头的滴水声是他的血在流,若干时间后,这个没有一点儿毛病的人死了。通过这个故事来重新审视你的困扰吧。

听说性的满意度不是构成幸福婚姻的决定性因素,而两性关系的相处能力却成为了成就幸福家庭的关键。两性关系的相处能力真的少有情欲和性欲的成分?

两性关系的相处能力主要包括表现关爱、共享情绪、协调分歧等能力,比如伴侣各方是否容易做出亲昵姿态、问候或主动示爱的言语,双方是否存在一些容易引起长期紧张的特殊问题,等等。

爱爱之后,虽然好好地睡了一觉。但是第二天醒来,总是觉得身体重重的,去不掉那份疲劳感。

除了体力方面的问题外,这往往是脊椎的反射功能疲倦所致。这时候,若能躺在床上活动手脚、做些轻松体操的话,身体的血液循环正常了,还可转变情绪。此外你放一澡缸的水,让热水的刺激加速全身的血液循环。

我刚刚生了孩子,觉得当了妈妈的自己已经不是一个年轻人了,身体需要调养,面对爱人的亲昵,也有点不知所措。

分娩后至少4周,卵巢分泌激素功能处于完全抑制状态,表现出性兴趣低下或缺乏,直至正常分娩后4~6周卵巢恢复留体分泌。当然,性活动有着身心两方面因素,不必慌张一时的不适,顺其自然就好。