

## 高效抗逆转录病毒疗法治疗艾滋病你了解吗

王成军

宜宾市第二人民医院 四川宜宾 644000

[中图分类号] R512.91 [文献标识码] A [文章编号] 2095-7165 (2019) 08-096-02

艾滋病在大家的生活里可能不是那么的常见，但是相信所有人都对艾滋病抱着恐惧、抗拒的心理，甚至闻风丧胆，毕竟艾滋病是一种无法彻底治愈的疾病，只能通过药物治疗控制病情。目前公众对艾滋病及其治疗方法都缺乏充足的了解，比如说艾滋病会对患者的身体产生什么样的影响？如何治疗艾滋病？什么是抗病毒治疗，抗病毒治疗的药物有哪些？抗病毒治疗的效果？等等。如果你对这些问题仍然不清楚，还有着疑惑，想要对它们一探究竟的话，就继续往下看吧，相信你看完会收获满满。

艾滋病是传染性疾病的一种，但是相较于普通的传染病，艾滋病的危害极大，是由 HIV 病毒所引发的。那么什么是 HIV 病毒病毒呢？HIV 病毒可以主动袭击患者身体的免疫系统，大肆破坏 CD<sub>4</sub>T 淋巴细胞，通过长时间的破坏，使患者的免疫功能逐步退化直至丧失。之后，由于人体免疫功能的丧失，患者感染各种疾病的几率会大幅度提高，严重时甚至出现恶性肿瘤，进而威胁患者的生命安全。通过上述，相信不少读者心中都会存在一个疑问，那就是，既然 HIV 病毒如此可怕，那么患者为什么不依靠现代医学技术及时检查和预防呢？这主要是由于 HIV 病毒可以在人体内潜伏很长的时间（平均潜伏时间是 8 年左右），如此漫长的潜伏期，足以使 95% 以上的患者放弃戒备之心，并且在艾滋病发病前，患者可以正常工作和生活很多年，不会有任何影响。

临床上将艾滋病分为急性期、无症状期、艾滋病期三期。其中，急性期的诊断标准为：患者最近有临床表现和流行病学史，再综合 HIV 病毒抗体由阴性变为阳性便能确诊，或者仅仅依靠 HIV 病毒抗体由阴性变为阳性便可确诊；无症状期的诊断标准为患者有流行病学史，再综合再综合 HIV 病毒抗体阳性便能确诊，或者仅仅依靠 HIV 病毒抗体为阳性便可确诊。

那么艾滋病如何治疗，治疗的效果如何呢？下面就艾滋病的治疗做详细的讲解。

现阶段，全球针对艾滋病的治疗仍主要依赖高效抗逆转录病毒（HARRT）疗法。HARRT 疗法的优势在于其治疗方案相对成熟，风险相对可控。HIV 感染者通过长期服药，可对体内 HIV 病毒复制进行控制，降低 HIV 感染的相关并发症及死亡风险，大幅提高感染者存活时间和存活质量的目标，同时还可降低 HIV 感染者体内病毒载量，减少传播风险。

所谓抗病毒治疗，又被称为鸡尾酒疗法，经过科研人员

大量的实验发现，HIV 病毒是存在生存周期的，那么控制并减少 HIV 病毒在人体内不断复制的逆转录酶和蛋白酶是开展抗病毒治疗的核心所在。在此基础上，进过不断的创新和改进，逐渐确定了治疗方法。目前，获得美国 FDA 批准的抗病毒类药物共 6 大类，分别为核苷类反转录酶抑制剂（NRTI），非核苷类反转录酶抑制剂（NNRTI），蛋白酶抑制剂（PI）、整合酶抑制剂、融合抑制剂、辅助受体拮抗剂。我国提供的免费抗病毒治疗药物共 8 种，包括拉米夫定、依非韦伦、替诺福韦、齐多夫定、奈韦拉平、洛匹那韦+利托那韦、阿巴卡韦、双夫定。所有的一线方案均包含 3 种抗病毒治疗药物，含 2 种 NRTI+1 种 NNRTI 或者 2 种 NRTI+1 种蛋白酶抑制剂。

一线抗病毒治疗方案：替诺福韦或齐多夫定+拉米夫定+依非韦伦或奈韦拉平，如无禁忌则优先选择替诺福韦、依非韦伦。二线抗病毒治疗方案包括：拉米夫定+替诺福韦+洛匹那韦/利托那韦，拉米夫定+齐多夫定+洛匹那韦/利托那韦，阿巴卡韦+拉米夫定+洛匹那韦/利托那韦，双夫定+洛匹那韦/利托那韦。一线药主要用于早期，但出现耐药后选择二线药。WHO 表示，将更好的药物作为治疗及预防的选择会让 HIV 感染人群更长久获益，并且降低疾病治疗成本。更好的治疗药物也会有效地控制 HIV 感染，减少其传播，并有助于消除 HIV 传播目标的实现。

抗病毒治疗的疗效从 3 个方面来判断，包括病毒学、免疫学以及治疗后的临床表现。现有的研究发现，坚持治疗的患者中，40% 抗病毒治疗 3 个月内病毒载量检测不出，40% 抗病毒治疗 3~6 个月内病毒载量检测不出，15% 抗病毒治疗 6~12 个月内病毒载量检测不出，另外 5% 抗病毒治疗 12 个月后病毒载量检测不出。而病毒载量下降到检测不出的速度一般和治疗前病毒载量的高低有关。同时抗病毒治疗后 CD<sub>4</sub>+T 淋巴细胞上升的速度与个体差异有关，通常情况是，第一年上升最快，上升 150/mm<sup>3</sup> 左右。病毒载量检测不出 4~6 年后，CD<sub>4</sub>+ 淋巴细胞上升会有一个平台期，上升缓慢甚至几乎不上升。从临床上看，抗病毒治疗成功的患者，机会性感染控制良好、几乎不发生新的机会性感染，原先消瘦的患者体重逐渐恢复，临床状况好转。

抗病毒药物治疗的几周内，药物会产生一定的副作用，如出现轻微的不良副反应，如恶心和呕吐、腹泻、疲劳、头痛、肌肉疼痛、皮疹等，但通常都可忍受，而且大部分不良副反应在 2-3 个月后逐渐减轻或消失。所以即使出现轻微的不良副反应，也要坚持继续服药。极少数的人可出现严重的皮疹、胰腺炎和乳酸酸中毒等，此时要立即与医生联系。

以上便是笔者围绕高效抗逆转录病毒疗法治疗艾滋病相

(下转第 97 页)

作者简介：王成军（1979 年 11 月 13 日-），籍贯：四川·江安，民族：汉族，职称：主治医师，学历：本科，主要从事感染性疾病包括严重细菌性感染、传染性肝炎、艾滋病及艾滋病机会性感染等工作。

# 如何预防阴道炎

张 强

成都市龙泉驿区第一人民医院妇科 610000

[中图分类号] R711.3 [文献标识码] A [文章编号] 2095-7165 (2019) 08-097-01

阴道炎是一种常见的妇科疾病，可以毫不夸张的说，作为女性，十有八九都经历过阴道炎的问题，尤其是到了育龄期的女性，阴道炎的发生率会更高。女性的阴道本身就是比较脆弱的地方，虽然妇科阴道炎太常见，但也必须引起重视，否则容易造成更加严重的妇科疾病，甚至带来很难治愈的结果。那么女性该如何在日常生活中，预防减少阴道炎，避免它的发生呢，这与我们的日常生活是息息相关的，也可以说不好的生活习惯是妇科阴道炎的罪魁祸首。女性与阴道炎有着难解的“缘分”，已经对阴道炎非常的熟悉，那么我们平常在日常生活中应如何预防呢？

## 一、如何预防阴道炎

1、运动调理：患者平时要注意加强锻炼，即使是简单的慢跑、散步也可以，多去健身房，增加自身的免疫力；要清楚的知道自己得病的原因，从而去避免它、减少它，每天要保证充足的睡眠，平时不要熬夜，这样更好的加强身体的抵抗力，减少病菌对身体的侵害。

2、少吃甜而腻的食物、油腻食物，饮食要少油，像巧克力、糖果、蛋糕这种糖分含量高的食物要少吃，这些食物会增加人体内的湿气，增加人体内的热量，会增加白带的分泌，并影响阴道炎的治疗效果。

3、要注意个人卫生：便前勤洗手，因为其实我们的手上有着大量的微生物、细菌，只是人体肉眼无法看到，这些微生物虽然微小，但是有着巨大的伤害力，一旦被其入侵外阴便容易感染，因此女性如果有便后擦外阴的习惯的话最好要养成便前洗手的习惯；要注意个人的卫生，可以每天用清水清洗外阴，但是不要使用强碱性的香皂或者洗液等清洗外阴或者阴道，这就是我们说的过度清洁，这样做会加重皮肤的干燥，引起瘙痒，损伤外阴皮肤。

4、洗浴不要去公共场所，这些公共场所容易被间接感染，看似没有什么接触，但是那些浴池和使用器械上可能会沾染他人的病菌，这些病菌是人体肉眼看不到的。在感染阴道炎后应该减少性生活，每周的性生活不要超过三次，降低感染

率的增加，尤其在夏天的时候，更要减少性生活的次数。

5、有些女性每天洗澡后还要用高锰酸钾等来清洗阴部，目的是为了去预防阴道炎这类妇科疾病的发生，但是这种做法反而可能会产生不良的后果。霉菌生长在潮湿酸性的环境中，但是如果过度清洗，反而会给霉菌营造一个更适宜的生存环境。

6、有些患者在得知自己患有阴道炎后就会大量服用抗生素，这种做法恰恰是不明智的，过多的吃抗生素反而会使病菌逐渐对药品产生一个抗性，延长疾病的治疗时间。

7、在治疗期间，患者一定要谨遵医嘱，听医生的话，按疗程服药。有的患者在觉得症状缓解后就开始减少用药或者停止服药，这显然是不对的。隐藏的病菌如果没有被消灭，当身体抵抗力变弱的时候就又会复发，尤其是在经期前后这段时间。因此，患者一定要听医生话按疗程吃药，并且定期复查，防止疾病复发。

## 二、如何预防阴道炎的复发

1、去除诱因。要清楚自己得病的原因，并在日常生活中减少接触，做好预防。复发原因是多样的，比如是否服用了抗生素、患者是否患有糖尿病等。

2、初次发作者治疗要彻底。阴道炎复发的原因之一就是治疗的不彻底，复发后要根据医生的嘱咐按疗程用药，不要急功近利，治疗是一个缓慢的过程，阴道炎痊愈的标准是三次经期后复查白带显示均为阴性。

3、注意个人卫生。保持外阴清洁、干燥，平时要多穿纯棉内裤，勤换内裤，在洗的时候最好是通过暴晒或者是用开水煮、烫一下，这样子可以更好的杀死细菌；平时晚上睡觉的时候可以穿内裤，这样可以更好的呼吸，算是一种释放。外阴用具专人专用，用过的毛巾、盆均应用开水烫洗，去公共场所如公共厕所、游泳池、浴室要注意预防交叉感染。

4、配偶同治。外阴阴道炎往往是通过性行为传播的，单纯的只是女方接受治疗也是治标不治本的，极易引起复发，这时候需要男方也配合治疗，这个也应该被重视。

(上接第 96 页)

关知识展开的论述，希望对广大读者提供一定的参考价值。或有疏漏，烦请斧正。

## [参考文献]

- [1] 汪明勋. 对艾滋病合并 HBV 感染患者进行高效抗逆转录病毒治疗的效果研究 [J]. 当代医药论丛, 2018, 16(22):8-9.
- [5] 张建秋, 高丽娟, 阮建文, 等. 不同 CD4<sup>+</sup> 基线值艾滋病患者高效抗逆转录病毒治疗后免疫重建效果观察 [J]. 中

国热带医学, 2018, 18(09):931-935.

- [3] 邹堃, 万乐平, 安艳. 分析艾滋病 (AIDS) 高效抗逆转录病毒治疗 (HAART) 后发生免疫重建综合征 (IRS) 并发肺结核的临床特点 [J]. 现代医学与健康研究电子杂志, 2018, 2(16):21-22.

- [4] 陈建仁, 梁雪梅, 黄震辉. 雷公藤多甙联合 ART 治疗对艾滋病免疫应答不良患者 CD4<sup>+</sup> T 细胞计数的影响 [J]. 临床医学工程, 2018, 25(09):1169-1170.