

HIV 傳染途徑：破除迷思

以下是翻譯自美國疾病管制局的官網並且摘要，全文(英文版)可以在這個網站看到：

<http://www.cdc.gov/hiv/resources/factsheets/transmission.htm>。

雖然是 1999 年的文章，10 年後的今天拿出來看，還是很有用。希望對 HIV 充滿恐懼的網友們，能在看完這篇文章後，比較安心。

雖然科學家針對 HIV 已經研究相當多，已經很清楚瞭解 HIV 是如何傳染的，不幸仍然有許多錯誤的資訊、不符合科學發現的陳述，在網際網路或大眾媒體流傳。因此，美國疾病管制局特別準備這份資料，以澄清對於 HIV 的一些迷思。

怎樣才會傳染到 HIV?

HIV 會經由性行為、共用針具、輸血、垂直感染、哺乳等途徑，從感染者傳染給其他人。

在醫療單位，曾發生過員工因為被含有 HIV 感染者血液的針具扎傷、或被其血液直接接觸傷口或黏膜，而傳染到 HIV 的事件。理論上醫療同仁如果自己是 HIV 感染者，可能在照顧過程中傳染給病患。在美國僅發生過一個這樣的案例，一位本身有 HIV 感染的牙醫師，在

進行牙科治療過程將 HIV 傳染給 6 個病患。美國曾針對 36 位本身是 HIV 感染者的醫師或牙醫師，調查他們照顧過的 22000 位病患，並沒有發現其他因醫療照顧被醫師或牙醫師傳染 HIV 的案例。

有人擔心 HIV 會透過其他途徑傳染，但是沒有任何科學證據可以支持這些猜測。如果 HIV 有其他傳染途徑，例如空氣、水、或是昆蟲，HIV 的流行狀況應該會跟我們觀察到的現況完全不同。比方說，如果蚊子可以傳染 HIV，應該會有極多的幼兒、學齡兒童遭受 HIV 感染，但是實際上並非如此。任何 HIV 通報個案都會由地方衛生單位瞭解評估其傳染途徑，至今並未發現 HIV 有任何其他的傳染途徑存在。

以下是特別針對一些誤解、迷思，所做的澄清與討論：

環境當中的 HIV

HIV 在環境當中不易存活，因此要藉由環境傳染是極不可能的。在血液、精液、陰道分泌物、母乳、唾液、眼淚當中，可以發現 HIV，但是濃度高低差異很多。為了檢驗在環境中的存活，科學家選用高濃度的病毒來做環境實驗，發現在嚴格的實驗室控制條件下，HIV 可以在環境中存活數天到數週，但是如果在乾掉的體液、數小時內，90-99% 的 HIV(就算是高濃度)就無法存活。由於自然狀況下血液或其他體液

當中 HIV 的濃度，遠遠低於實驗室選用的『高濃度』，因此，只要血液或體液已經乾掉，HIV 要藉由環境傳染的機率，基本上就等於零。

有人對前述這些實驗結果做出錯誤的解讀和結論，引起讀者不必要的恐慌。這些實驗的結果不能套用在評估個人感染 HIV 的風險，因為：

(1) 實驗室使用的病毒濃度，遠超過在自然狀況下，HIV 感染者血液或體液當中 HIV 的濃度。

(2) 從來沒有任何人，被證實是因為接觸帶有 HIV 的環境表面，遭受 HIV 傳染。

(3) HIV 脫離人類活體之後，就不能進行複製(除非在實驗室內進行培養條件下)，因此，也就無法進一步擴散、傳染出去。

家庭當中的 HIV

因家庭接觸而傳染 HIV 的案例相當罕見。曾發生過的案例，被認為是因為家庭成員的皮膚或黏膜傷口，接觸到家人帶有 HIV 的血液所致。為了避免這些特殊狀況，在與 HIV 感染者或 HIV 感染狀況不明的家人相處時，家人應該要注意自我防範。防範措施如下：

- (1) 接觸血液或其他可能帶有血液的體液(例如尿液、糞便、嘔吐物)時，應該要戴手套。
- (2) 不論是家庭照顧者或 HIV 患者，雙方的皮膚有傷口或皮膚有破裂時，都應該要用紗布或繃帶覆蓋好。
- (3) 接觸血液或其他體液後，應該立即洗手，及清洗其他有接觸的身體部位。發現環境表面有血液沾污時，應該立刻清潔消毒。
- (4) 不要共用刮鬍刀、牙刷
- (5) 針具和其他銳利工具，應該僅在必要醫療照顧時，才在家中使用，並且要注意使用的安全守則。例如不要用手拿針筒蓋去回套針頭，針具應丟棄在不會被刺穿的容器內。

服務業與 HIV

針對同事、客戶、消費者在職場當中的接觸，並不會造成 HIV 傳染。

HIV 感染的食品工作者只要沒有合併其他感染(例如腹瀉、A 型肝炎)，就不必限制工作內容。

與人體接觸有關的服務業，例如理髮、美容、按摩業，並未發生過因服務內容而傳染 HIV 的情形，遵守常規注意事項即可，例如刺青、

針灸、穿耳洞的工具，不應重複使用，而且應妥善丟棄或完整清潔消毒。可能帶有血液的器具，例如刮鬍刀，應該只能使用於單一顧客，並且在每次使用後，妥善丟棄或完整清潔消毒。

至今並未報告過因刺青、穿洞(耳洞、鼻洞等)傳染 HIV 的案例，但是這些行為已有造成 B 型肝炎傳染的案例發生。因針灸傳染 HIV，則曾有一個案例報告。理論上這些行為會造成帶血傷口，萬一接觸帶有 HIV 的血液和體液，可能傳染到 HIV。另外，如果器具重複使用又未清潔消毒完整，也可能造成顧客之間的傳染。

親吻

閉口親吻，或社交親吻，不會傳染 HIV。開口親吻，或法式親吻，因為有可能接觸到血液，美國疾管局不建議和 HIV 感染者發生開口親吻或法式親吻。但是，即使開口親吻，傳染到 HIV 的機率是非常低的，美國疾管局至今僅發現過一個案例，是『可能』由於開口親吻接觸到血液，導致傳染 HIV。

咬傷

美國疾管局在 1997 年曾報告一個被人咬傷而傳染到 HIV 的案例。醫學文獻中也曾經有因咬傷、嚴重創傷有血液接觸，而傳染 HIV 的其他報告。要提醒的是，咬傷絕非 HIV 的常見傳染途徑。

唾液、眼淚、汗水

在一些愛滋發病者的唾液、眼淚當中，可以存在很少量的 HIV，但是有少量的 HIV 並不表示唾液或眼淚可以傳染 HIV。至於汗水，則從未發現過有 HIV 存在。至今從未有報告過透過唾液、眼淚或汗水接觸，而傳染 HIV 的案例。

昆蟲

昆蟲叮咬不會傳染 HIV。科學實驗和觀察發現，昆蟲叮咬人體時，不會把昆蟲本身血液或過去吸入的人血，注入正在叮咬的人體。事實上，昆蟲只會注入自己的唾液，作為潤滑劑，或用來對抗人體血液凝固。因此，像是瘧疾、黃熱病、登革熱，都是藉由蚊子的唾液傳染。HIV 只能在昆蟲體內停留很短的時間，無法在昆蟲體內存活、繁殖，也不會感染昆蟲本身，所以無法透過昆蟲傳染給叮咬的人體。

有人擔心昆蟲吸血口器可能帶有 HIV 感染的殘餘血液，因此傳染給下一個叮咬的人體。這是不可能的，理由包括：昆蟲口器表面無法殘

留大量血液，而昆蟲在吸血後會休息消化血液，不會在吸血後立即飛到下一個人體去叮咬，所以，無須擔心會透過昆蟲叮咬傳染 HIV。

補充：口交可以傳染 HIV 嗎？

(美國疾管局原文 <http://www.cdc.gov/hiv/resources/qa/qa19.htm>)

可以。如果口交的任一方有 HIV 感染，就可能傳染 HIV 給對方。事實上已經有不少因為口交傳染 HIV 的案例報告。雖然科學家並不確定，究竟口交傳染 HIV 的機率是多少，至少研究顯示這樣的風險低於不安全的肛交或陰道交。

如果『進行口交』的一方有 HIV，口腔的 HIV 可能會經由對方下列的部位進入對方體內：

- (1) 陰莖前端的尿道黏膜
- (2) 陰道或子宮頸的黏膜
- (3) 肛門黏膜
- (4) 性接觸部位的皮膚破皮或傷口。

如果『接受口交』的一方有 HIV，這一方的血液、精液、前列腺分泌物或陰道分泌物當中的 HIV，可能會經由對方口腔黏膜進入對方體內。

以下的狀況會增加口交傳染 HIV 的機率：

- (1) 『進行口交』的一方，在口腔、喉嚨或嘴唇周圍有破皮或傷口。
- (2) 『接受口交』的一方，在對方的口腔中射精
- (3) 『接受口交』的一方，有其他性病(例如梅毒、菜花等)

如何避免口交傳染 HIV？不要發生性行為，也就是『禁欲』，最有效的方法。否則請使用保險套於陰莖。針對陰道或肛門，請使用乳膠隔絕物(Latex barrier)，阻隔口腔和陰道或肛門的直接接觸，用於覆蓋食物的塑膠保鮮膜，也是可以使用的口交隔絕物。

如果與伴侶共用性玩具(sex toy)，例如人造陰莖或按摩棒，雙方都應使用新的保險套，不可共用保險套，並且應在各自使用後，將性玩具完整清潔消毒。

(以上譯自美國疾管局網站)

本篇文章出處：心之谷