



艾滋病病毒 (HIV) 与亲密关系

2023 年 4 月

HIV 携带者可以拥有亲密关系、发生性行为、生育子女，而不让 HIV 传播。

HIV 携带者在开始一段亲密关系或与非 HIV 携带者发生性行为时可能会感到焦虑。他们可能会想：

- 我应该在何时告诉对方我感染了 HIV？
- 对方会有怎样的反应？
- 我如何向其他人解释预防 HIV 传播的方法？

借助恰当的信息、治疗和支持，HIV 感染者可以拥有健康的性行为和亲密关系。

告知义务

如果您要开始一段新的亲密关系，告诉对方您是 HIV 携带者，是您需要深思熟虑的事情。

您需要决定：

- 您是否必须告诉对方
- 您是否做好了告诉对方的准备
- 您如何告诉对方

如果您不打算与对方发生性关系，您或许会决定不告诉对方。

如果您想告诉您的伴侣自己是 HIV 携带者，最好能先与社会工作者或咨询师谈谈。他们可以在您决定说些什么、何时告诉对方，以及对方可能会做出什么样的反应方面，帮助您做好准备并提供支持。

无法检测到病毒载量意味着您血液中的 HIV 含量非常低，以至于您无法传染给其他人。但这并不意味着 HIV 已从您体内完全清除或您已被治愈。这只能说明剩余的病毒量很低，无法通过性行为传播。

如果能够遵照医生的处方坚持使用 HIV 药物，大多数携带者都能处于无法检测到病毒载量的状态。

新南威尔士州的告知义务和法律

如果这段亲密关系涉及性行为，只要您采取可防止 HIV 传播的措施，您就不必告诉对方。这在法律中被称为“合理预防措施”。

这可能意味着使用安全套和/或按医嘱用药，以及保持无法检测到病毒载量的状态（参见下文）。

您的医生会告诉您具体该怎样做。

告知其他人之前要考虑的事情

- 我是否信任此人？
- 他们是否具有同理心并尊重他人？
- 他们是否在乎我？
- 我是否已准备好如何回答类似“你是怎么感染 HIV 的”等问题？

解释 HIV

您的伴侣可能不像您那么了解 HIV。您可以帮助他/她理解以下事情：

- HIV 对身体有哪些影响
- 药物如何阻止 HIV 在体内传播
- 药物如何阻止 HIV 传播给其他人
- 身体内的 HIV 含量很低，以至于无法将 HIV 传播给其他人，这意味着什么

若要与您的伴侣谈论这些事情，您可能需要一些帮助。

您的医生或社会工作者可以帮助您和您的伴侣了解并理解 HIV。

PrEP (暴露前预防)

有一种药物叫做 PrEP，可供未感染 HIV 的人使用，以防止其避免感染 HIV。您可以与您的医生谈谈，了解如何使用这种药物。

快乐与健康相伴

存在些许担心很正常。与咨询师或社会工作者谈谈您的感受，对您会很有帮助。如有需要，您的伴侣也可以进行预约，以便找个人倾诉。

如果您能按医嘱用药，即可取得很好的治疗效果。您和您的伴侣还可以使用相关支持服务（参见列表）。HIV 携带者可以发生性行为、拥有伴侣并建立亲密关系，还可以生育子女。爱、性和亲密关系都是健康快乐生活的重要组成部分。

有用的联系人

Pozhet (Heterosexual HIV Service)

为生活中存在 HIV 感染风险的异性恋者提供支持、信息、转介和活动

Phone: 1800 812 404

Website: www.pozhet.org.au

Email: pozhet@pozhet.org.au

Multicultural HIV and Hepatitis Service

为来自不同文化背景的个人和群体提供信息和支持

Phone: 1800 108 098

Website: www.mhahs.org.au

Email: info@mhahs.org.au

Positive Life NSW

为 HIV 感染者提供服务的社区组织

Phone: 1800 245 677

Website: www.positivelife.org.au

Email: contact@positivelife.org.au

Sexual Health Info Link

以保密方式解答关于 HIV 和性健康问题的性健康护士

Phone: 1800 451 624

Website: www.shil.nsw.gov.au

Email: seslhd-shilmail@health.nsw.gov.au

Local Sexual Health Clinic

访问下面的网站，找到离您最近的合适的性健康服务

Website: www.health.nsw.gov.au/sexualhealth/Pages/sexual-health-clinics.aspx

The Albion Centre

为 HIV 感染者提供检测、教育和咨询

Phone: (02) 9332 9600

Website: www.thealbioncentre.org.au

Email: education@thealbioncentre.org.au

The Paediatric HIV Service at Sydney Children's Hospital

为感染 HIV 的儿童和家庭提供医疗管理、社会心理支持、研究、咨询和教育

Phone: (02) 9382 1508

Website: www.schn.health.nsw.gov.au/find-a-service/health-medical-services/immune-deficiency-and-hiv/sch

TIS National Translating and Interpreting Service

可提供 150 多种语言的电话和现场口译服务

Phone: 13 14 50

Website: www.tisnational.gov.au

Email: tis.prebook@homeaffairs.gov.au