



# 信州 STOP AIDS 作戦

## 性感染症・エイズについて考えてみよう

高校生のためのエイズ読本



長野県

# 性感染症って？

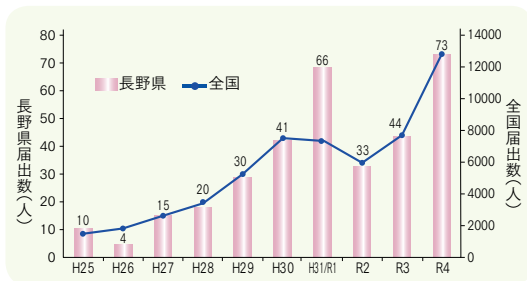
性感染症は、主に性行為によって人から人へと病原体が運ばれる病気のことです。性器クラミジア感染症、淋菌感染症、性器ヘルペス、梅毒など10種類以上あります。性感染症は特別な人達だけの病気ではなく、性生活をもつのなら、誰が感染してもおかしくない病気です。

## ● 今、梅毒が増えています。

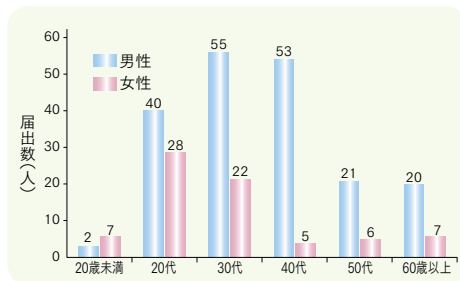
「性感染症って、普通に生活していれば関係ないよね？」って思っていないですか。

近年、全国では梅毒が急増しており、長野県でも若者の感染が報告されています。自分は普通に生活しているつもりでも、性行為があれば、感染のリスク（可能性）は誰にでもあると言えます。性感染症を、自分の問題としてきちんと考えておくことが大切です。

梅毒の届出数の推移（H25～R4）



長野県の男女・年齢別梅毒届出数（H30～R4）

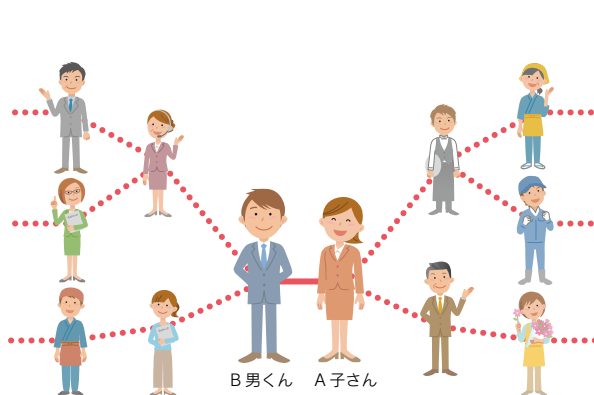


## ● 症状がないから、大丈夫だね？

性感染症のいくつかは、ほとんど症状がなかったり、軽いものがあります。

かゆみや排尿痛、女性の場合おりものの増加など、「何か気になる」ことがあったら、恥ずかしくらずに、医療機関を受診しましょう。

わたしは、一人の相手としがつきあっていません。  
エイズなんて関係ないと思うのですが…。



「特定の相手だから安全」、「相手を信頼しているから安全」などと言いつけることはできません。

実際、夫婦や恋人など、特定の相手から感染したケースは少なくないと言われています。

それは、過去に性行為があれば、性関係のネットワークが形成されるからです。

例えば、AさんがつきあっているB男くんは、その前に別の人とつきあっていたかも知れません。その別の人も、また別の人とつきあっていたかも知れません。

過去に性行為があれば誰にでも関係のある病気なのです。

# 「エイズは自分と関係ない」本当に？

## ● 毎年多くの方が、新たに HIV 感染者・エイズ患者として報告されています。

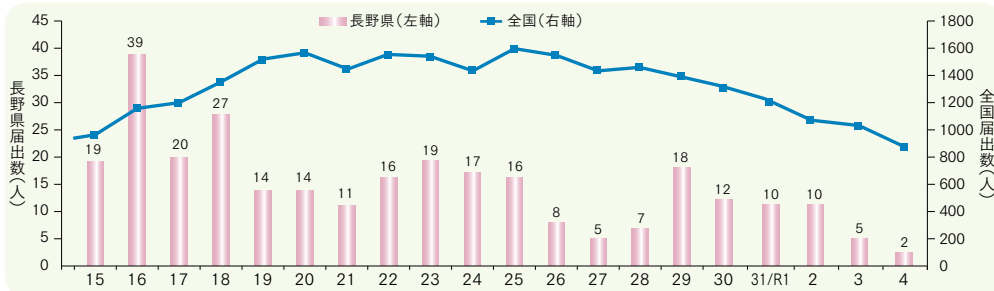
日本で、令和4年の1年間に届出のあった HIV 感染者・エイズ患者の合計は 884 人で、6年連続で減少していますが、いまだに多くの方が報告されています。長野県内では、平成元年以降、令和4年までに 563 人の届出があり、過去5年平均で、毎年約 8 人程度のペースで増えていることになります。

また、届出数の累計を人口 10 万人当たりで見ると、長野県は全国で6番目に多くなっています。

### ● HIV 感染者・エイズ患者届出数の推移

	全 国 (令和4年末現在)	長野県 (令和4年末現在)
HIV 感染者	23,863 人 [うち 632 人]	343 人 [うち 1 人]
エイズ患者	10,558 人 [うち 252 人]	220 人 [うち 1 人]
合 計	34,421 人 [うち 884 人]	563 人 [うち 2 人]

### ● HIV 感染者・エイズ患者届出数の推移



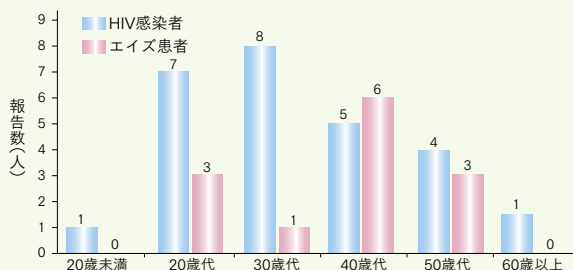
## ● 成人を迎える頃から、報告される方が多くなることを知っていますか。

最大の感染原因は、HIV に感染している人との「性行為」によるものです。

年齢別では成人を迎える頃から急激に増加しています。これはこの頃から普段の生活の中で感染の機会が増加することが原因のひとつと考えられます。

また、中高年ではエイズ患者としての報告が増加していますが、感染したのはこれより 10 年程度前と考えられます。その間、自分では知らないうちに多くの人に感染させてしまったかも知れません。

### ● 長野県の年齢別階層別届出数 (H30～R4)



# 「エイズ」って何？どうなるの

## ● エイズの原因は「HIV」というウイルスです。

エイズは HIV に感染することで起こる病気です。

HIV に感染すると、病原体から体を守る「免疫」という働きが破壊され、様々な病原体などによって感染症や悪性腫瘍(ガン) を発症します。

エイズは、このように HIV によって免疫力が弱まり、指標となる 23 の病気のいずれかを発症した時点で、エイズの発症と診断されます。

## ● HIV に感染＝「エイズ」ではありません。

HIVに感染

### 感染

感染するとごくまれに、発熱や発疹などの症状が出ることもありますが、たいていの場合、HIV に感染しても何も症状がありません。

その後は、ほとんど自覚症状がなく、数年から10年以上発病しない潜伏期間が続きます。

しかし、この間でも他人に感染させてしまう可能性があります。

### エイズ関連症候群

次第に体の免疫力が低下してくると、発熱、下痢、体重の減少といった色々な症状が出てきます。

### エイズ

さらに免疫力が低下すると、体の抵抗力が弱まり、重い感染症や、悪性腫瘍、神経症状などが現れ、エイズの発症になります。

免疫の働きが次第に低下

ウイルスは活動し続けているので他人に感染させてしまう可能性があります



エイズの発症

## ● エイズ治療は格段に進歩しています。

現在のところ、HIV に一度感染するとウイルスを体の中から完全になくすことは難しいのですが、治療薬の進歩によりウイルスの感染を早く見つけ、適切な治療を続ければエイズの発症や進行を抑えることができます。

エイズも他の病気と同様に、早期発見・早期治療が大切です。もし、感染が心配だったら迷わず検査を受けましょう。自分のため、そして大切な人をエイズから守るためにも大切なことです。

# 「感染」？

## ● 「感染」するってどういうこと。

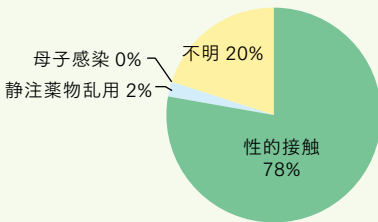
性感染症は、その病原体である細菌やウイルス、寄生虫などが、性行為などの時に血液、精液、粘膜が接触することで、人から人へ感染していきます。

性感染症は、感染してもすぐに症状が出なかったり、症状が軽いことがあり、自分でも気づかずにパートナーに感染させてしまうことがあります。また、病気によっては完全には治りにくいものや、根本的な治療方法が確立されていないものもあり、予防することが大切です。

## ● HIV の主な感染経路は3つあります。

HIV は、感染している人の血液、精液、膣分泌液に多く存在し、性器の粘膜や皮膚の傷口から感染します。したがって、日常生活の中では HIV に感染している人との性行為以外では感染することはほとんどありません。

県内感染原因別届出数（H30～R4）



## エイズ以外の 性感染症の感染経路は？

性感染症は、原因となる細菌、ウイルス、原虫などが、相手の粘膜や皮膚などに侵入することで感染します。たった1回の性行為でも性感染症に感染することがあります。

ほとんどの場合、性行為で感染しますが、皮膚、陰毛の接触でうつる病気も性感染症に含まれています。

### 性的接触による感染

HIV に感染した男性の精液や、女性の膣分泌液、または血液などを感染源として、性器や肛門、口などの粘膜をとおして感染します。



### 血液による感染

感染している人の血液が体内に取り込まれることで感染します。

注射器・注射針の回し打ちによる薬物乱用などは、特に危険です。

また、ピアスの穴あけ器やカミソリの共用も感染の原因になります。



### 母子感染

母親が HIV に感染していると、妊娠中の母体内や出産時の血液、出産後の母乳で感染する可能性があります。

現在では、適切な措置をすることで母子感染の可能性を低くする方法もあります。



# どうすれば？

## ● 性感染症にかからないために



### ◆コンドームを正しく使えば HIV の感染を予防できます。

ただし、コンドームで予防できない性感染症もあるので注意しましょう。

### ◆相手を次々に変えるような性交は、避けましょう。

不特定多数との性交は、性感染症に感染する危険を大きくします。性感染症の中には、感染してもすぐに症状が出ないものも多く、感染していると知らない（気が付かない）人も多くいます。

### ◆不用意に他人の血液に触れないようにしましょう。

エイズに限らず、血液を介してうつる病気はいくつかあります。カミソリや歯ブラシなどの血液のつきやすい日用品は個人専用とし、他人のものは使わないようにしましょう。体や衣服などに血液がついた場合は、なるべく早く石鹸を使って洗い落としましょう。



### ◆薬物乱用は絶対しない。

注射器や、ピアスの穴あけ器の共用は危険です。



## 防ぐための選択

### NO SEX (セックスしない)

HIV 感染を予防する最善の方法です。不安を感じたらハッキリと断ることも大切です。性関係を急がないようにしましょう！

### SAFE SEX (安全なセックス)

自分も相手も検査で感染していないことを確認し、感染していないことが確実で、お互いにほかのパートナーがいなければ、二人の性的接触は安全です。



### SAFER SEX (より安全なセックス)

HIV 感染はコンドームを正しく使うことで予防することができます。二人とも感染していないことが確実でないときは、必ずコンドームを使いましょう。

## ● 心配なときは相談しよう！

もしも感染が心配な時は、ひとりで悩まず相談しましょう。県内全ての保健所では、保健所の保健師などが相談に応じます。また、保健所では匿名・無料で検査を受けることができます。

## 検査を受けた人の声

これは、長野市保健所で行われている無料 / 匿名の HIV 検査を自主的に受けた方々の感想です。寄せられた感想の中から、公開に同意していただいたものを原文のまま掲載しています。

正直めちゃめちゃ怖かったけど  
今 すごく好きな彼女がいるから  
今 すごくやりたい事があるから  
検査を受けて  
本当によかったと思う。



陰性という結果が出て、安心した反面、自分を見つめ直さなければいけないという焦りも正直あった。

さみしさを紛らわす為に行った性行為もあった。

しかし、一時の愛情を求めて、一生かけて後悔するという可能性もある。本当に愛する人ができても、愛せなくなってしまうかもしれないし、後悔がつきまとうことになるかもしれない。

この機会でけじめがついた。

SEX = AIDS となりそうで正直こわい気もするけど、自分にとって最高のパートナーを見つけたときに、考え方もまた変わると思う。

一時の愛は体だけ満たされても心までは満たされない。

不安を覚えた性交為からずっと不安でした。避妊はしていましたが、それも 100%ではなく、オーラルセックスでも感染すると知り、毎日不安でした。

結婚を考える相手が出来た時、これからのためにも検査を受けようと思いこわかったのですが、今日来ました。

結果は陰性。不安もなくなり少しこわかった結婚が楽しみになりました。

検査を受けてよかったです。ありがとうございました。

# 考えてみよう！

## ● 一人ひとりの正しい知識と理解が大切です。

エイズは特別な病気ではありません。性的接触があれば、誰でも HIVに感染する可能性がある身近な病気です。

HIV感染者やエイズ患者の方は、病気や治療のこと、これからの生活のことなどに、大きな不安や悩みを持っています。こうしたことに理解を示し、接していくことはとても大切なことです。

患者さんの了承がないまま、他人に病気であることを教えたり、病気であることを疑わせるような発言はしてはいけません。患者や感染者のプライバシーを守ることは、HIV／エイズに限らず、他の病気と同様にとっても大切なことです。

HIV／エイズに対する周囲の偏見や誤解は、一人ひとりが正しい知識と理解を身につけ、みんなでなくしていきましょう。

## ● みんなで話し合きましょう。

HIV／エイズを予防するとともに、偏見や差別をなくし、HIV感染者・エイズ患者さんとともに生きる社会を創るためには、一人ひとりが、HIV／エイズを身近な問題として考えることが大切です。

家庭や学校で、親子どうし、友達や先生と「HIV／エイズのこと」などについて、話し合ってみましょう。



## 保護者の方へ

今の医学では、HIVに一度感染してしまうと、完全に体内から除去することはできません。また、発病をコントロールできる治療法ができて、長い間治療を続けなければいけません。

社会生活の中に、HIVに感染してしまう危険性があることは、避けることのできない事実です。思春期の頃は、性に興味が出てくる時期のため、どう教えるかは非常に難しい頃と思いますが、この時期に「感染の危険」について正確に教えないといけないと考えています。

このパンフレットをきっかけとして、お子様が「自分を大切にすること」そして「相手を思いやること」について、学校や家庭で話し合みましょう。