

正しく知ろうHIV/エイズ

「じぶんだけは大丈夫！」って思ってない？
「ひとごと」ではなく「身近なこと」

HIV/エイズは、かかりやすい人がいるわけではありません。HIVに感染しやすい人間の行為があるということです。

日本での感染経路のほとんどは性行為です。HIVは誰でもかかる可能性のある身近な問題です。



福岡県



HIV/エイズの基礎知識

■ エイズ（AIDS）とHIV

エイズは病気の名前、HIVはエイズを引き起こすウイルスの名前です。

エイズはHIVというウイルスに感染し、感染した人の免疫力が低下することによって発症する病気です。日本語では、後天性免疫不全症候群と言います。

■ HIVの感染経路

感染経路は3つ。経路が限られているので、HIV感染は防げます。

1 性行為による感染

性行為による感染は最も多い感染経路です。

HIVは主に血液や精液、膣分泌物に多く含まれており、性行為中に性器や肛門、口などの粘膜や傷口を通して感染します。性行為におけるコンドームの正しい使用はHIV感染を予防する最も有効な手段です。

2 血液を介しての感染

HIVが存在する血液の輸血や依存性薬物（覚せい剤など）の使用における注射器具の共用（いわゆる“回し打ち”）などによって感染します。

日本国内で献血された血液は厳重な検査により最高水準の安全が確保されており、感染の可能性は極めて低くなっています。

3 母子感染

母親がHIVに感染している場合、妊娠中や出産時、または授乳時に赤ちゃんに感染することがあります。現在の日本では、母親がHIV感染症の治療薬を飲むことや母乳を与えないことなどで、赤ちゃんへの感染を1%以下に抑えることができます。

■ HIV感染の予防

正しい知識をもって行動しましょう。

HIV感染の最も多い感染経路は性行為です。

HIV感染を防ぐためには、性行為（膣性交、口腔性交（オーラルセックス）、肛門性交（アナルセックス）の際にはコンドームを必ず正しく使用すること、また、パートナーに使用してもらうことが重要です。

※ピルは避妊には有効ですが、HIVを含む性感染症を予防することはできません。

▶ NO SEX(セックスしない)

不特定多数や見知らぬ相手とは性行為をしない！！といったような、ノーセックスも予防のための選択肢のひとつです。

▶ SAFE SEX(安全なセックス)

今は特定の相手しかいなくても、過去に他の人と性的接触があれば、過去のパートナーからの感染の可能性があります。自分もパートナーもお互いに感染がないことを確かめておくことが大事です。

▶ SAFER SEX(より安全なセックス)

コンドームを正しく使うことが予防には有効です。すべての性感染症が予防できるわけではありませんが、感染の危険性をかなり低下させることができます。

パートナーとコンドームの使用も含め、安全な性行為についてよく話しましょう。

口腔性交（オーラルセックス）、肛門性交（アナルセックス）も性行為です！！

感染を防ぐためにも、コンドームの正しい使用が大切です。

PrEP（曝露前予防）、PEP（曝露後予防）

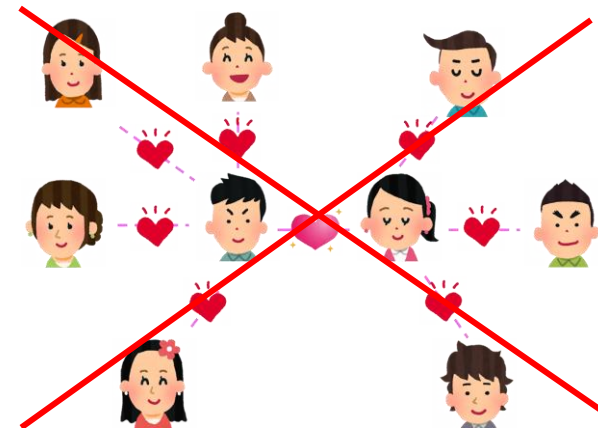
性行為の前から抗HIV薬を内服し、HIV感染のリスクを減らすPrEPと呼ばれる予防方法があります。1日1錠の内服を毎日続けることができれば、90%以上の予防効果があると言われています。

また、HIVに感染したかもしれない行為の後に抗HIV薬を内服するPEPという予防策もあります。

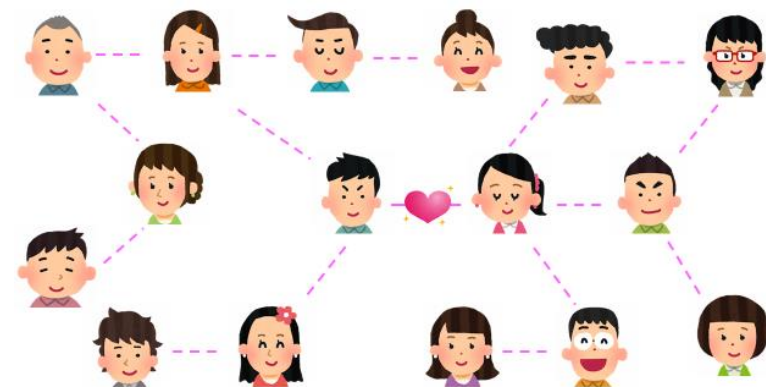
しかし、薬を飲む方がHIV陰性であるかの確認や、副作用、耐性ウイルスの出現可能性などの問題もあります。

また、HIV以外の性感染症には効果はありません。このため、コンドームの重要性は変わりません。

なお、日本では、現在（2023年9月）、予防薬として承認されている抗HIV薬はありません。



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。



HIVに感染しても自覚症状がない場合もあるため、過去のパートナーからの感染も考えられます。この中の誰かがHIVに感染していて無防備なセックスをした場合、この図の中の全員がHIVに感染する可能性があります。

■ HIV/エイズの理解と早期発見

早期発見と早期治療がとても重要です。

HIV感染症を完全に治す薬はまだ開発されていませんが、早期にHIV感染を知り、「定期的に受診」し、「適切な時期」に「適切な方法」で「適切な治療」を開始し、「治療を継続」することで、エイズの発症を防いで、感染していない人と同じくらい長く、感染する前とほぼ同じように生活することができます。

検査を受けることができる場所

HIV検査は全国のほとんどの保健所で無料・匿名で受けられます。自分の住んでいる地域以外の場所でも受けられます。

HIV感染に不安のある方は検査を受けてください。保健所ではHIV感染症/エイズや性感染症に関する相談もできます。

福岡県内のエイズ・性感染症の検査実施保健所についてはコチラ →



検査のタイミング

HIV抗体ができるまで、多くの場合6週間から8週間かかると言われています。ただし、感染の有無を正しく判断するためには、感染が心配される機会があった日から60日以上経って検査を受けてください。検査方法によって、感染機会があってから90日以上としている場合もあります。



U=U (Undetectable=Untransmittable)

効果的な抗HIV療法を継続することで血液中のHIVの量が検出限界未満（Undetectable）の状態を維持しているHIV陽性者からは、性行為によって他の人がHIVに感染することはない（Untransmittable）という、科学的な根拠があります。U=Uは「予防としての治療」という考え方をさらに進めた、エイズに関する差別や偏見をなくすためのメッセージです。

こんなことでは感染しません！

HIVは感染力が弱く、日常生活においては性行為以外で感染することはありません。

●咳、くしゃみ、汗、涙



●お風呂やプール



●握手



●理髪店・美容院



●洋式トイレの便座

●同じ職場や学校での生活

●つり革

●飲み物の回し飲み

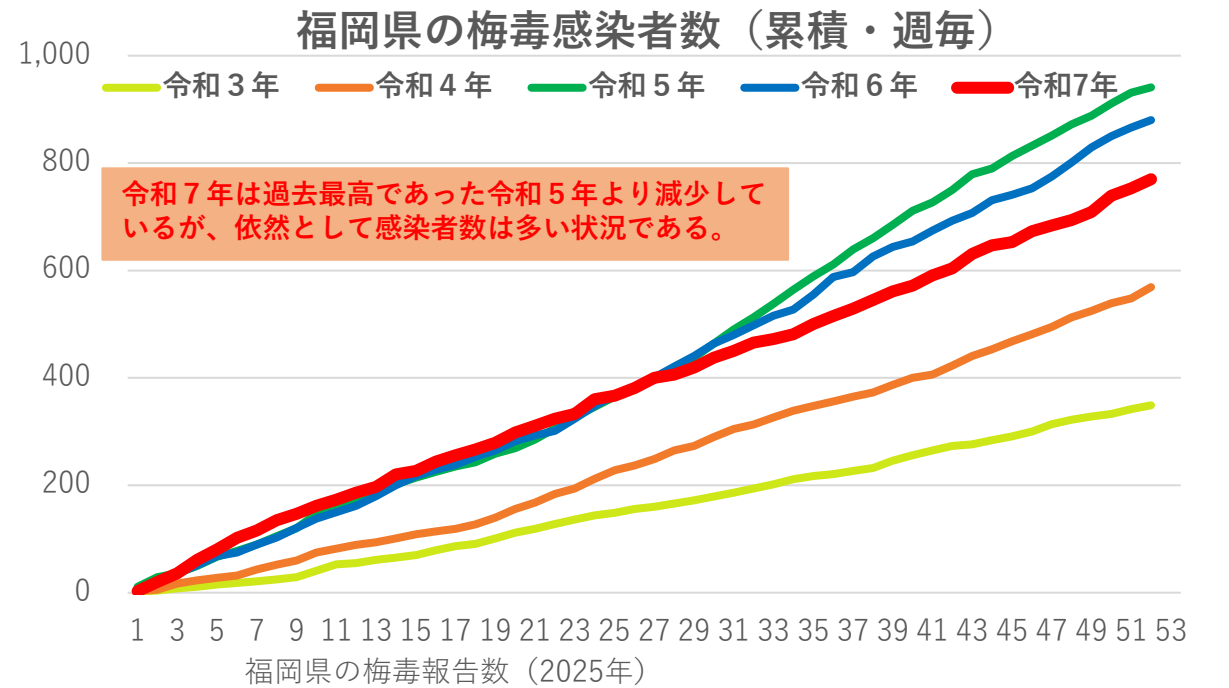
など

HIV感染症以外の主な性感染症

■ 性感染症（Sexually Transmitted Infection：STI）について

梅毒の患者報告数が急増しています。

性感染症（STI）は性行為で感染する病気の総称で、若者を中心に感染者が増加しています。梅毒、淋病、性器クラミジア感染症など10種類以上あり、HIV感染症/エイズもSTIの一つです。STIの中には症状がほとんどなかったり、症状が出ても軽かったりするものがあります。STIに感染しているか不安なときは、早めに医療機関や保健所で検査を受けましょう。梅毒の患者報告が全国的に急増しています。福岡県では、令和5年の報告数は過去最高となっており、令和6年から令和7年にかけて減少傾向であるが、依然として感染者数は多い。年代別でみると、20代から50代の男性、10代から40代の女性の報告が多いです。



● 主な性感染症

病名	特徴	症状	
		男性	女性
梅毒	皮膚や粘膜の小さな傷から細菌が侵入して感染し、感染した部位にしこりができるなど、様々な症状が出る。	感染後役3週間で、感染した部位に痛みのないしこりができる。治療をしなくても症状は自然に軽快するが、体内から病原体がいなくなったわけではなく、他の人にうつす可能性もある。	
性器クラミジア	男女ともに感染者が多い。	尿道のかゆみや不快感、排尿時の軽い痛みや量は少ないが、透明～乳白色のさらさらした膿が尿道から出たりする。	症状を感じないことが多いが、おりものの増加、生理以外の出血（不正出血）、下腹部の痛みや性交時の痛みなどがでる。
淋菌感染症（淋病）	薬が効かないタイプの淋菌が増え、治療が難しくなっている。	排尿時の激しい痛みや尿道から白っぽい膿が出る。クラミジアの症状と似ているが、淋菌の方が症状が激しい。	おりものの増加、生理以外の出血（不正出血）、下腹部の痛みや性交時の痛みなどがでる。においなどの変化がほとんどないため、感染に気づきにくい。
尖圭コンジローマ	進行するとイボは徐々に大きくなり、数も増える。治療はイボを取り除くことしかできず、完全に取り除くことが困難なため、再発する可能性が高い。	性器や肛門周囲などに、うすピンク色または茶色のニワトリのトサカ状（カリフラワー状）か乳頭状（おわんを伏せた形）のイボができる。	
性器ヘルペス感染症	一度感染すると、ウイルスが体の中に住み続けて、何度も再発する。	陰茎包皮や亀頭などに複数の小さな水疱ができ、破れて痛みを伴う潰瘍となる。	外陰部に複数の水疱ができ、破れて潰瘍となる。激しい痛みを伴う排尿困難や発熱を伴う。
トリコモナス症	トリコモナス原虫が病原体で、性行為による感染が主ですが、下着、タオル、便器、浴槽での感染の可能性があり、性行為の経験のない女性や幼児にも感染することがある。	尿道から膿が出たり、軽い排尿痛がある。	あわつの悪臭の強いおりものが増加し、外陰部や膣の痛みや強いかゆみがある。
B型肝炎	血液を介する感染が多いが、性行為によっても感染する。	全身倦怠感、食欲不振、黄疸などの症状が出ることもある。無症状の場合も多い。	