第一图书网, tushu007.com

<<积极生活手册>>

图书基本信息

书名：<<积极生活手册>>

13位ISBN编号：9787302309451

10位ISBN编号：7302309450

出版时间：2012-12

出版时间：清华大学出版社

作者：爱白文化教育中心

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

第一图书网, tushu007.com

内容概要

本书为果壳阅读出版，爱白文化教育中心撰写的一本公益书，旨在为HIV感染者、社会工作者及有关教育、关怀和支持人员提供全面综合的艾滋病相关信息。
围绕HIV感染者的生活、饮食、心理、运动、社交展开一系列问答式指导，并结合精彩漫画别册以故事的形式进行讲解。
作者及出版者尽力做到使本书内容符合于出版当下的艾滋病医学科学进展，使得它具有最新的指导意义。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

爱白文化教育中心（aibai.com）是一个由志愿者主导的非营利组织。
致力于推进社会公众认识、理解和接纳同性恋、双性恋和跨性别（LGBT）群体，促进与此有关的科学知识的传播。
是国内最早参与艾滋病防治公益活动的民间组织，发起过多项服务于HIV感染者和艾滋病患者的工作。
涉及药物治疗教育、医学营养治疗以及临床研究等多个领域。
在国内外享有良好声誉。

<<积极生活手册>>

书籍目录

序1 小活是一面镜子，你笑它也笑 序2 学习必要的知识，做明智的抉择 序3 治疗教育的重要性 作者名单 审稿专家名单 重要说明及免责声明 致谢 第1章 抗病毒治疗——日常生活的一部分 第2章 与HIV／AIDS相关的精神健康问题 第3章 HIV感染后常见的神经系统疾病 第4章 食不厌精：营养与膳食 第5章 运动与HIV 第6章 住与行 第7章 家庭生活 第8章 我与HIV：记忆、声音与生活 作者后记

章节摘录

版权页： 良好的依从性能够保证抗病毒药物有效减少体内HIV病毒载量。
如果漏服药物，即使是偶尔漏服药物，也给予HIV喘息的机会，HIV趁此机会迅速复制。
抑制HIV复制是最好的保持健康的途径。
良好的依从性能够防止耐药发生。
耐药指的是病毒通过突变，产生对特定抗病毒药物的抗性。
而突变是在HIV病毒复制的过程中发生的，漏服药物使得HIV得以复制，从而就有可能产生耐药突变。
耐药发生后，治疗方案中的一个或多个药物的治疗效果会减弱。
耐药突变不只会影响当前治疗方案中药物的作用，还会影响一些类似的，但你并没有使用的药物。
也就是说，耐药发生后，你今后的治疗选择就会减少！
带有耐药突变的病毒也会传播给他人！
为什么有时候保持良好依从性会比较困难？
要保持良好的依从性，有时会比较困难，原因是多方面的。
现在大部件的治疗方案，都要求每天服用数片药物，服药数次。
有些抗病毒药物需要和食物一起服用，有些药物要避免和食物一起服用。
同时服用其他药物时，有时候抗病毒药物要相隔一定时间才能服用。
其他可能导致依从困难的因素：服药有困难（例如吞咽药片有困难） 药物的副作用（例如腹泻或者严重疲乏） 日常作息的问题（例如工作繁忙，需要上夜班，或者外出旅行） 生病或者抑郁 酗酒或者其他物质滥用 我怎么能够保持良好的依从性？
在开始抗病毒治疗之前，你要充分认识到，抗病毒治疗是一个长期的过程，你需要每天按照要求服用药物，持续终身。
开始治疗之前，你需要和你的医生讨论所有可能影响你依从性的因素：你治疗方案可能的副作用，这些副作用对你依从性的影响 你正在服用的其他药物，与你的抗病毒药物可能的相互影响，以及这些相互影响是否会影响你的依从性 你在家和工作的作息 你个人的因素，例如你是否患有抑郁，是否酗酒等 你需要和你的医生一起讨论如何能够解决这些可能影响依从性的因素。
随着治疗的持续，你也可能会遇到新的阻碍依从性的问题。
所以，每次随诊的时候，你要告诉你的医生你这段时间服药的依从性如何，有没有漏服药物，漏服了多少药物，为什么会漏服，坚持服药有哪些困难。

媒体关注与评论

该书通俗易懂，既是一本将复杂的医学知识用普通百姓熟悉的方式表达出来的书，更是一本给感染者带来希望的书。
我相信，这本书的出版和发行，会让感染者的生活更美好，会对艾滋病防治工作起到积极的作用。
——吴尊友教授，中国疾病预防控制中心艾滋病性病中心主任本书非常有助于你理解艾滋病：并使你在不幸感染后依然可以过上不错的生活；从中，你会发现来自于全世界的HIV感染者的例证，你会看到，通过定期地看门诊、戒烟、停止酗酒和服用药物等，他们把自己的生活照管得很好。
他们能做到，你也能。
本书的作者皆为专家，专家们为你描绘了值得去模仿的生活方式。
——DavidAlainWhol教授，医学博士，北卡罗来纳州立大学感染科

编辑推荐

《积极生活手册:HIV与我的生活》由清华大学出版社出版。

名人推荐

该书通俗易懂，既是一本将复杂的医学知识用普通百姓熟悉的方式表达出来的书，更是一本给感染者带来希望的书。
我相信，这本书的出版和发行，会让感染者的生活更美好。
会对艾滋病防治工作起到积极的作用。
——吴尊友教授，中国疾病预防控制中心艾滋病性病中心主任 本书非常有助于你理解艾滋病；并使你在不幸感染后依然可以过上不错的生活；从中，你会发现来自于全世界的HIV感染者的例证，你会看到，通过定期地看门诊、戒烟、停止酗酒和服用药物等，他们把自己的生活照管得很好。
他们能做到，你也能。
本书的作者皆为专家，专家们为你描绘了值得去模仿的生活方式。
——David Alain Whol教授，医学博士，北卡罗来纳州立大学感染科

第一图书网, tushu007.com

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com