

积极生活手册



[积极生活手册_下载链接1](#)

著者:爱白文化教育中心

出版者:清华大学出版社

出版时间:2012-12

装帧:平装

isbn:9787302309451

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。

作者介绍:

爱白文化教育中心创建于1999年，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，倡导社会的包容与平等，促进与认知LGBT有关的各种科学知识的产生和传播。爱白网（aibai.com）的同志资讯是目前中文世界最主要的同志新闻来源。作为国内最早参与艾滋病防治公益活动的民间组织，近年来爱白发起过多项直接或间接服务于HIV感染者和艾滋病患者的工作，涉及艾滋病药物治疗教育、医学营养治疗以及临床研究等多个领域，在国际国内享有良好声誉。

【主要执笔者介绍】

江华，医学博士，副主任医师。现任四川省医学科学院·四川省人民医院创伤代谢组多学科实验室副主任。具备创伤外科、危重症医学、计算生物学、临床流行病学、营养与代谢等多学科背景。先后主持建立了国内首个艾滋病临床营养与代谢研究平台、西部地区首个代谢组学多学科研究平台。他及其实验室所开展的创伤与危重症代谢组学研究、基因组大样本数据挖掘和艾滋病营养代谢研究等，在国内属于领先水平，并在国际上具有较大的影响，多次被多个学科的高水平国际会议邀请做大会报告。江华博士是多个国际和全国性学术团体的成员。自2002年起，江华博士即开始作为爱白的志愿工作人员服务，目前兼任爱白卫生与艾滋病服务部门主任。

周舜泰，医学博士。美国北卡罗来纳州立大学感染科博士后研究员。毕业于中国协和医科大学八年制临床医学专业。在医学院时即积极服务于感染者志愿组织。曾作为世界卫生组织国际专家赴缅甸组织艾滋病治疗和关怀的培训。曾就职于中国疾控中心性病艾滋病预防控制中心，从事艾滋病治疗与研究工作。现在美国北卡州立大学感染科工作，主要研究方向是艾滋病临床研究和临床实验，以及生物信息学和病毒学。周舜泰博士亦是爱白的志愿者。

目录:

- 序一、生活是一面镜子，你笑它也笑（by国家CDC艾滋病性病预防控制中心主任：吴尊友）
- 序二、充分知情，明智抉择（by David Wohl, MD, University of North Carolina）
- 序三、治疗教育的重要性（by联合国教科文组织驻华总代表 辛格）
- 第一章、抗病毒治疗：日常生活的一部分
- 第二章、与HIV/AIDS相关的精神健康问题
- 第三章、HIV感染后常见的神经系统疾病
- 第四章、食不厌精：营养和膳食
- 第五章、运动与HIV
- 第六章、住与行
- 第七章、“我的家庭生活与社交”
- 第八章、我与HIV:记忆、声音与生活
- 著者后记、成为自己疾病的专家
- • • • • ([收起](#))

[积极生活手册_下载链接1](#)

标签

科普

HIV

爱白

科学松鼠会／果壳

医学

果壳阅读

艾滋

绘本

评论

艾滋病并不可怕，可怕的是无知。

就手册性质而言还是没有迈克尔·卡特

《HIV生活手册》详尽和多方面，这本书的内容风格感觉像是养生健康或者家庭教育风格的书籍，只是本来不多，有这本也难得。

了解，自然对待。

漫画挺萌。

图文并茂，应该算是贴身为感染者制作的一些书，读了之后获益匪浅，关于感染者的方方面面均有涉及，里面的漫画小册子也很可爱。

饮食那章写得有点敷衍。

一本科普性读物，里面对HIV的预防，治疗，以及精神慰藉都提供了科学的说明，提醒我们要用正常的眼光看周围的人。生活是充满希望和美好的，一定要爱惜自己，再爱惜一些。

很不错的一本书~

[积极生活手册 下载链接1](#)

书评

作者：江华，医学博士
自从我2000开始参与艾滋病防治工作以来，已经12年过去了。这十多年中，我目睹、并亲身经历了艾滋病感染在中国的快速上升过程，参与了很多感染者病友的治疗工作，也因此而与不少病友成了好朋友。作为一名医生、营养师、科学家和社会工作者，在这十多年中...

作者：吴尊友 国家CDC艾滋病性病预防控制中心主任
艾滋病流行已经三十多年，它给感染的人带来的不仅仅是疾病本身的痛苦，更让感染者无法忍受的是社会对他们的冷漠和排斥，或者说，周围人的歧视对他们造成的伤害远比疾病本身更大。在上世纪九十年代，艾滋病在我国快速蔓延，很...

怎么有脸卖39块啊？出版社觉得钱都是大风刮来的吗？为了表明立场才买书，免得被称为歧视HIV才打9分的吗？？？老子要真HIV，我还需要买本书告诉我去哪里检查吗？作为一本给病友看的书，难道就不能起个朴素的名字叫“HIV病毒携带者生活TIPS”吗！！我只能脑补我是个患者，AIDS...

无论是否是感染HIV病毒，都能通过本书中的信息对自己有所助益。感染者通过了解病毒和疾病，更有效地接受治疗，而未感染者，则通过了解知识，接受感染者。由于不了解HIV，不接受抗病毒治疗，对感染者是有害的，而由于不了解HIV，就歧视感染者的行为，造成的伤害也不小。本书的语...

[积极生活手册_下载链接1](#)