患者及照护者教育

您可以采取哪些措施预防 HPV 相关癌症

了解您感染 HPV 的风险

风险因素是指任何可增加您患病（如癌症）几率的因素。 几乎所有性生活活跃且未接种 HPV （人乳头瘤病毒）疫苗的人都会感染该病毒。 您可能会通过皮肤-皮肤（性）接触感染 HPV，如阴道性行为、肛交或口交。 您可能会从感染病毒的人那里接触到病毒，即使他们没有表现出任何症状。

其他高风险因素包括：

- 受到性传播感染 (STI)，包括阴道、肛门或阴茎湿疣。
- 患有宫颈癌、阴道癌或外阴癌。
- 如果您出生时为女性（无论您现在的性别如何）且有吸烟史。
- 患有 HIV。
- 患有自身免疫性疾病，如狼疮或结节病。
- 已经接受过实体器官移植。

所有性别的人都有可能会感染 HPV 并患上 HPV 相关癌症。

HPV 引起的 6 种癌症

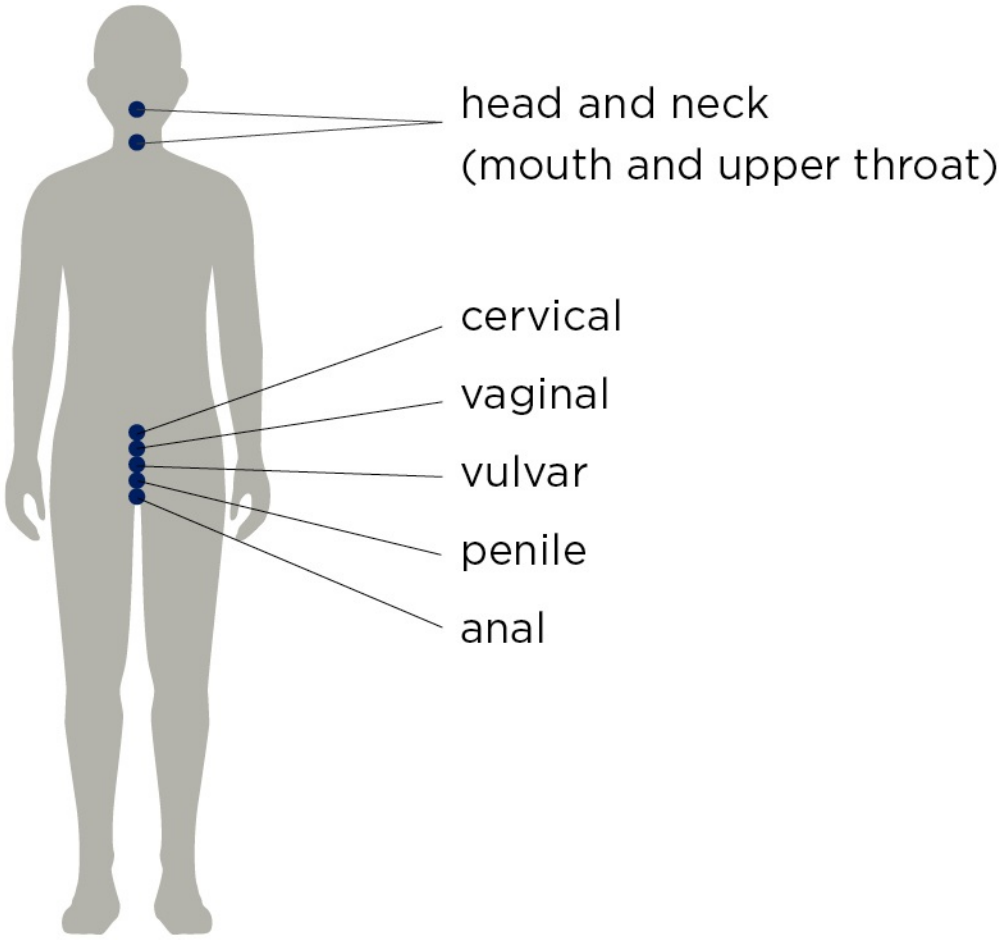


图 1. HPV 引起的 6 种癌症”>

了解罹患 HPV 相关癌症的风险

感染 HPV 会增加患 HPV 相关癌症的风险。 致癌 HPV 可分为低危型和高危型两类。

- 低危型 HPV 会引发尖锐湿疣，但通常不会导致严重的健康问题。
- 而高危型 HPV 即使在感染数年后也可能会导致癌症。

降低风险的方法

注射疫苗

HPV 疫苗由您的医疗保健提供者在您的手臂上注射接种。 HPV 疫苗可以预防 9 种最常见的 HPV。

- 所有 9 至 45 岁的人均可接种 HPV 疫苗。
- 最好在 9 至 12 岁之间接种该疫苗。 但如果您在年龄更大时接种，该疫苗仍具有保护作用。
- 对于 15 岁以上的人，疫苗分 3 针接种。 注射第一针后，将分别于第 1 个月和第 6 个月后接种第二针和第三针。
- 接种 HPV 疫苗不会导致未来难以怀孕。

即使您过去检测出 HPV 阳性，您仍然应该接种该疫苗。

在进行性生活时请使用避孕套和齿科橡皮障

在进行肛交、阴道性交和口交时使用避孕套和齿科橡皮障（防止口腔与皮肤接触的薄片）。 这样可以降低您感染 HPV 的风险，但不能完全预防。 接种疫苗是预防 HPV 的最佳方法。

接受 HPV 检测

HPV 检测可查找宫颈中的高危 HPV 细胞。 宫颈是女性生殖系统的一部分。

接受这项检测有助于您保持健康。 该检测能够及早发现 HPV，以便您接受治疗。

有九成宫颈癌和肛门癌由 HPV 引起。

HPV 检测如何进行?

HPV 检测由您的医疗保健提供者完成。 仅需 2 分钟或更短时间，通常不会感到疼痛。 您可能会感到一些不适或痉挛。 检测结束后，您还可能会有少量出血，这称为点滴出血。

在检测过程中，医疗保健提供者会使用一种工具扩张您的阴道以查看宫颈。 然后，他们会用软刷从宫颈中获取细胞样本。 医疗保健提供者将告知您检测结果。

出生时性别为男性的人士没有常规的 HPV 检查。 如果您有感染 HPV 的风险因素，医疗团队将建议您进行检查（如肛门巴氏抹片检查）或治疗。

接受 HPV 相关癌症筛查

有一些检测方法可以检测由 HPV 引起的 2 种癌症：宫颈癌和肛门癌。

HPV 是导致宫颈癌的主要原因。 宫颈巴氏涂片检查（巴氏抹片检查）可在更易治疗的早期阶段查出癌细胞。 了解有关 MSK 宫颈癌筛查指南的更多信息。

HPV 也会导致出生时性别为男性的人士患上癌症，包括肛门癌。 了解有关肛门癌风险因素和检测的更多信息。

我的医疗保险能承保 HPV 疫苗吗?

大多数医疗计划会承保 HPV 疫苗的费用。 请咨询您的保险公司进行确认。 如果您的医疗保险不承保 HPV 疫苗并且您未满 18 岁，您可以免费接种。 儿童疫苗 (VFC) 计划可提供免费接种。 如果您已年满 18 岁，请咨询您的医疗保健提供者如何免费接种该疫苗。

您可以立即采取的行动

- 了解您感染 HPV 以及罹患 HPV 相关癌症的风险。
- 接种 HPV 疫苗。 请致电 718-750-6200 联系 MSK，安排您的疫苗预约。
- 在性生活时使用避孕套和齿科橡皮障。
- 咨询您的医疗保健提供者接受 HPV 检测事宜。

有关更多资源，请访问 www.mskcc.org/pe，在我们的虚拟图书馆中进行搜索。

What You Can Do To Prevent Cancer Caused by HPV - Last updated on September 19, 2024
Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利