

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。

## 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导致癌症。

**所有性别的人都有可能感染 HPV 并患上 HPV 相关癌症。**

## HPV 引起的 6 种癌症

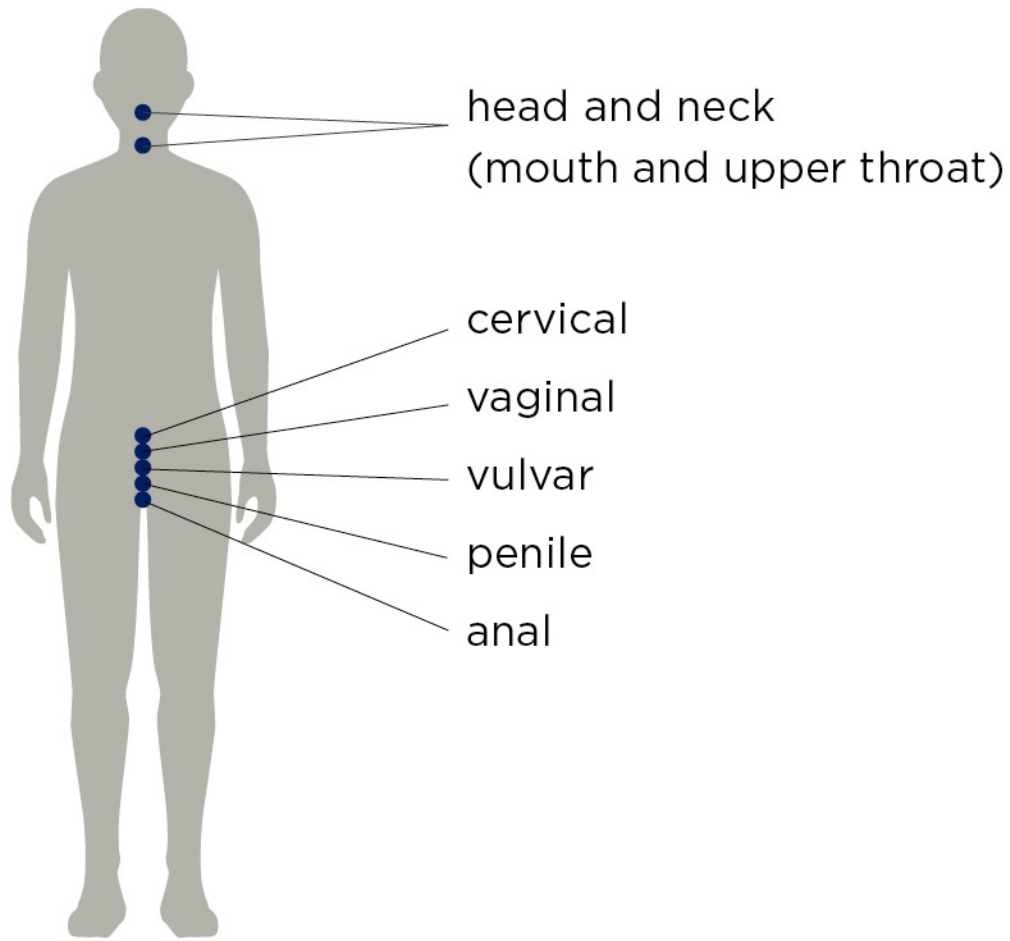


图 1. HPV 引起的 6 种癌症” >

## 降低 HPV 和 HPV 相关癌症风险的方法

### 接种疫苗

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。**

### 在性生活时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。

### 接受检测

宫颈抹片检查、肛门抹片检查和 HPV 检测可以及早发现 HPV。

- 宫颈抹片检查主要检测如不加以治疗可能会发生癌变的细胞变化。 宫颈是子宫下端狭窄的开口。 从子宫通向阴道。 如果您出生时为女性（无论您现在的性别如何），您可能具备宫颈。 宫颈癌筛查建议，请访问 [mskcc.org/cervical\\_cancer\\_screening](http://mskcc.org/cervical_cancer_screening)
- 肛门抹片检查主要检测如不加以治疗可能会发生癌变的细胞变化。 肛门是粪便（大便）的排出口。 此类肛门上的细胞变化称为**肛门发育不**

良。

- HPV 检测主要检测宫颈细胞中的高危型 HPV。

如果您的宫颈抹片检查结果异常或 HPV 检测结果呈阳性，您可能需要进行更多检查或治疗。HPV 检测结果阳性意味着检测发现了 HPV。请与您的医疗保健提供者讨论您的 HPV 感染风险以及您适合进行哪些检查。

**有九成宫颈癌和肛门癌由 HPV 引起。**

## 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 844-241-2136 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](http://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