

摘自 AskAboutHPV.org 网址

问题 1: 什么是 HPV?

HPV 指“人乳头瘤病毒”，是一种很常见的病毒。大约每 10 个人中就会有 8 个在一生中的某个时刻感染这种病毒。很多人从来没听过 HPV，它是一个拥有多种型别的病毒大家族，HPV 种类多达 200 种。HPV 可通过性接触传播，感染生殖器及口咽部位的皮肤细胞。大部分 HPV 感染不会造成伤害，但是某些型别 HPV 感染会造成疣，有的可能导致癌症。无论男女都可能因 HPV 感染而患癌症，但是男性 HPV 相关癌症患病率增长速度赶超女性。HPV 相关癌症包括宫颈癌、阴茎癌、肛门癌、阴道癌、外阴癌及咽喉癌等。

问题 2: 我如何感染 HPV?

造成生殖器及口咽部位发生癌症的 HPV 主要通过性接触传播。它们也可以从生殖器及口咽部位的一个部位传播到另一部位。

问题 3: 我如何避免感染 HPV?

HPV 是常见的病毒，很难完全避免感染。每 10 个性活跃的人当中，大约有 8 个在一生中某个时刻感染至少一次 HPV!以下几种方法可以降低感染风险:

1) 预防 HPV 的最佳方法是及时接种疫苗。如果您符合接种疫苗条件或者医生认为疫苗对您有益，您应该接种疫苗以预防 HPV 感染。疫苗可预防 90% 的宫颈癌和肛门癌及其他大部分由 HPV 引起的癌症。

2) 尽可能使用安全套。坚持使用安全套可减少(但不消除)HPV 感染的风险。安全套只能局部保护生殖器部位的皮肤。使用安全套频率越高，防护效果就越好。进行性接触时全程使用安全套可减少约 70%HPV 传播的风险。不坚持使用安全套，会削弱防护效果。

3)您或您的性伴侣性伙伴越少，感染 HPV 的风险就越低。

问题 4： 我如何避免患 HPV 相关癌症？

1) 采取措施避免感染 HPV，请参考问题 3

2) 接受宫颈癌筛查。 HPV 可导致细胞变化，可能逐渐发展成癌症。这些变化的初期阶段称为“癌前病变”。 宫颈筛查有助于检查到宫颈癌前病变， 治疗癌前病变可降低患癌症的风险。 无论您是否已接种疫苗， 进行宫颈筛查对预防宫颈癌都是十分必要的。 请您跟医生讨论有关当地的宫颈筛查政策。

3) 虽然宫颈筛查能够降低患宫颈癌的风险， 但是 HPV 导致的其他五种癌症却没有常规筛查规划。 如果您怀疑自己患有肛门癌、口咽癌、阴茎癌、外阴癌或阴道癌， 您可以自己采取一些措施。 如果您认为自己可能在上述身体部位感染 HPV， 或者在这些部位感到疼痛、出血、异常增生及其他变化， 请向相关医生咨询。

由口腔医生对口腔/咽喉进行彻底的检查可以帮助检测是否有口咽癌或癌前病变。 此外， 有地方提供肛门癌或癌前病变检测服务。 请向医生咨询当地是否有肛门癌或癌前病变检测规划。 阅读 HPV 相关癌症检测规划的名单， 请参考此处。

4) 戒烟。 HPV 在吸烟者体内停留更久， 从而增加患 HPV 相关癌症的风险。 如果您现在不吸烟， 最好别尝试。 如果您是烟民， 请少抽烟或完全戒烟。

问题 5: 我如何避免把 HPV 传染给我的伴侣？

要完全避免把 HPV 传染给别人是不可能的事； 而且由于这种病毒极为常见， 您的伴侣可能经受到感染。 然而您可以采取一些措施减少传染风险。 您为了减少自己感染 HPV 或患 HPV 相关癌症而采取的许多行动（请参考问题 3 和问题 4）也能降低把 HPV 传染给性伴侣的风险。

问题 6： 我如何接受 HPV 检测？

对宫颈进行 HPV 检测一般是宫颈癌常规筛查方案中的一部分。目前没有对阴茎、肛门或口腔/咽喉的常规 HPV 检测，也不能通过血液检测 HPV。

问题 7： HPV 可以根治吗？

在大多数情况下，人体免疫系统可在一两年内自行清除 HPV，您不必接受治疗。有时人体免疫系统不能清除 HPV，造成细胞出现能演变成癌症的变化。虽然 HPV 无法“根治”，接种疫苗可以预防 HPV 感染，宫颈筛查可减少患宫颈癌的风险。

问题 8: 如果我感染 HPV，我是否一定会患癌症？

只有极少数感染 HPV 的人会发展为癌症。感染 HPV 并不意味着得癌症，而且大部分 HPV 感染不会导致健康问题。尽管如此，采取措施降低患 HPV 相关癌症的发生风险十分重要。接种疫苗可避免由 HPV 导致的大部分癌症。如果您符合疫苗接种条件或者医生认为疫苗对您有益，您应该接种疫苗以预防 HPV 感染。

在性生活开始之前接种疫苗，是预防 HPV 感染的最有效方法。此外，无论您是否已接种疫苗，进行宫颈筛查对预防宫颈癌是十分必要的。如果您担心自己患 HPV 相关癌症，请参考问题 4 采取措施预防 HPV 相关癌症。

免疫系统功能不全的人，包括艾滋病毒携带者，如果符合接种疫苗条件，应该接种 HPV 疫苗并定期接受检测。HPV 疫苗对艾滋病毒携带者安全有效。

目前没有获得政府批准的肛门、阴茎或口腔/咽喉的 HPV 相关癌症的常规检测规划；万一您身体上述部位出现任何变化，如异常增生、疼痛或出血等情形，请即就医。有些地方提供肛门癌或癌前病变检测。请向医生咨询当地是否有任何肛门癌或癌前病变检测规划。

问题 9: 我已经接种了 HPV 疫苗，我是否还需要进行筛查？

接种疫苗可降低约 90% HPV 相关癌症的风险。不过即使接种了 HPV 疫苗，您依然需要接受宫颈检测。这是因为疫苗不能对您接种疫苗之前感染的 HPV 发挥保护作用。此外，即使接种疫苗，您依然可能感染某些不在疫苗覆盖范围内的，较为罕见的可导致癌症的 HPV。

问题 10: 疣是 HPV 导致的吗？

是的。HPV 导致手足、肛门及生殖器身体不同部位的皮肤出现疣。导致生殖器疣与导致手足疣的 HPV 种类不同。导致生殖器疣的 HPV 通常通过性接触感染。跟别人握手或拥抱不会造成生殖器 HPV 感染，也不会导致疣的出现。造成生殖器疣的 HPV 通常不会造成癌症，而且与导致癌前病变或癌的 HPV 种类不同。

问题 11: 如果我接触了患有疣的人，我是否也会患上疣呢？

疣含有大量可以传播的 HPV。因此如果您跟患有生殖器疣的人发生性接触，您患生殖器疣的机率很高。目前有的 HPV 疫苗可以保护接种者免受导致生殖器疣的 HPV 感染。请您向医生咨询有关筛查或接种 HPV 疫苗相关问题。

问题 12: 如果我接触了患有疣的人，我是否会患上 HPV 相关癌症？

疣和癌是由不同种类的 HPV 造成的。人体可能感染可导致疣的 HPV，也可能感染各种造成更严重后果（如：癌症）的 HPV。因此，虽然疣一般不会发展成癌，您可能依然有患癌的风险。建议您向医生咨询有关癌前病变筛查和 HPV 疫苗相关问题。

问题 13: 我曾经患有疣, 不过现在已经消失了。请问这是否意味着我不会再受到 HPV 的感染呢?

这意味着您目前没有感染可导致生殖器疣的 HPV，而且可能不会使到您的性伴侣受到感染。不过如果您曾暴露于可导致生殖器疣的 HPV, 您或许已经暴露于可导致癌前病变或癌的 HPV。请您向医生咨询有关癌前病变筛查和 HPV 疫苗相关问题

问题 14: 我是个男孩-请问我需要了解关于 HPV 的知识吗?

是的—因为您也有感染 HPV 及患 HPV 相关癌症的风险。HPV 可导致生殖器疣 或肛门癌、阴茎癌及口咽癌等。您也可能把 HPV 传染给您的性伴侣。目前所有疫苗均可预防导致大部分 HPV 相关癌症的 HPV 感染, 而有些疫苗也能对导致生殖器疣的 HPV 种类发挥预防作用。预防 HPV 感染的最重要措施就是在发生性接触之前接种疫苗。

问题 15: 我已经超过 26 岁, 我是否应该接种疫苗?

某些超过 26 岁的女性可能从接种 HPV 疫苗中获益。您是否应该接种疫苗将取决于多个因素及当地的疫苗接种政策。请您向医生咨询具体事项。

问题 16: 我从未发生过性关系- 我应否接受 HPV 检测?

如果您从未有任何形式的性接触，您受到生殖器或肛门 HPV 感染的风险极低。尽管如此，接种疫苗和筛查是预防以后患病的合理措施。在任何形式性接触开始之前接种疫苗是最有效的防护方法。请您向医生咨询具体事项。

问题 17: 我已经接受检测, 而且没有感染 HPV – 这是否意味着我没有患 HPV 相关癌症的风险?

这意味着您近期患 HPV 相关癌症的风险很低。不过您应该根据国家相关指南和推荐定期进行癌症筛查。请您向医生咨询具体事项。

问题 18: 安全套是否可以预防 HPV?

坚持使用安全套可减少（但不能消除）感染 HPV 的风险。这是因为 HPV 通过皮肤之间的接触传播。安全套只能局部保护生殖器部位的皮肤。使用安全套频率越高，防护效果就越好。进行性接触时全程使用安全套可减少约 70% HPV 传播的风险。不坚持使用安全套，会削弱防护效果。

问题 19: 我的伴侣告诉我他感染了 HPV。这是否意味着我也受到了感染?

未必，不过 HPV 感染往往会在几个月内影响到伴侣双方。HPV 是肉眼看不到的，而且感染之后不会造成任何症状。您或您的伴侣可能在不知不觉中感染 HPV。在某些情形下，常规的宫颈筛查可能包括 HPV 的检测。HPV 感染人数男女各占一半，但是目前没有对男性的 HPV 检测。

问题 20: 我正在服用避孕药- 这是否会提高感染风险?

长期使用口服避孕药会稍微增加患宫颈癌的风险，不过只有感染 HPV 之后才会发生这种情况。相关证据大部分来自对旧款避孕药的研究。目前大部分避孕药雌激素水平较低，还不清楚其导致宫颈癌的风险（若有）。宫颈癌的主要风险因素是 HPV 感染，而最好的预防是接种疫苗预防 HPV 感染及接受宫颈癌前病变的筛查。在停止服用避孕药之前，请先咨询医生。若有任何疑问，也请您咨询医生。

父母需知(该部分问题作为青年和成年人需知问题的补充)

问题 21: HPV 疫苗对我的孩子安全吗?

安全。获得政府批准的 HPV 疫苗都经过广泛和独立的评估。所有科学证据都显示 HPV 疫苗非常安全。目前世界卫生组织(WHO)和世界上几乎所有国家都推荐进行 HPV 接种。目前全球已经分发数以百万剂的 HPV 疫苗,除了疫苗注射部位出现暂时性的反应以外,没有发现明显的副作用。

问题 22: 我有个儿子—他是否需要接种 HPV 疫苗?

是的一所有人,无论男女,都有感染 HPV 的风险,因为它通过性接触传染。HPV 可导致生殖器疣及肛门癌、阴茎癌及口咽癌。HPV 也可轻易传染给性伴侣。接种疫苗是保护孩子免患生殖器疣和 HPV 相关癌症的最有效方法。在开始性活动之前接种疫苗是最有效的防护方法。如果有条件,请让孩子接种疫苗!

问题 24: 我有个女儿-她是否需要接种 HPV 疫苗?

是的一所有人,无论男女,都有感染 HPV 的风险,因为它通过性接触传染。HPV 可导致生殖器疣及肛门癌、阴茎癌及口咽癌。HPV 也可轻易传染给性伴侣。接种疫苗是保护孩子免患生殖器疣和 HPV 相关癌症的最有效方法。在开始性活动之前接种疫苗是最有效的防护方法。如果有条件,请让孩子接种疫苗!

问题 23: 我有个儿子,请问他可以接受肛门癌、阴茎癌及口咽癌筛查吗?

30 岁以下的人患 HPV 相关癌症的风险极低。目前还没有针对 HPV 造成的五种癌症（宫颈癌除外）的常规筛查规划。由口腔医生对口腔/咽喉进行彻底的检查可以帮助检测是否有口腔/咽喉癌或癌前病变。此外，某些地方的健康护理提供者提供肛门癌或癌前病变检测。请向您的健康护理提供者咨询当地是否有任何肛门癌或癌前病变检测计划。请参考此处有关上述检测计划的局部名单。

问题 24: 我的女儿应否接受筛查?

大部分国家制定了宫颈癌筛查指南，我们应该遵守这些指南建议。接种疫苗的女孩患宫颈癌前病变或癌症的风险比没有接种疫苗的女孩低很多。让您的女儿接种疫苗，可减少她接受筛查或可能手术治疗的次数。即使您的女儿已经接种了疫苗，她依然需要遵守当地的宫颈癌筛查指南，定期接受宫颈筛查。

问题 26: HPV 如何导致癌症?

大部分人感染 HPV 后，自身免疫系统可以清除这种病毒。如果人体无法清除病毒，持续感染可导致癌前病变。若不加以治疗，其中的一些变化将逐渐演变成癌症。早期发现、早期治疗癌前病变可大大减少演变成癌症的风险。

问题 27: 如果我怀孕时感染 HPV，它是否会影响我的宝宝?

HPV 不会轻易从母亲传染给婴儿。在罕见的情况下，患有生殖器疣的母亲分娩过程中婴儿可能在经过产道时接触到病毒。这些婴儿之后可能在喉部出现疣并需要手术治疗。接种疫苗预防导致生殖器疣的 HPV 种类感染，可大大降低母亲把 HPV 传染给宝宝的风险。

问题 28: 我是艾滋病毒携带者—我是否可以接种 HPV 疫苗?

可以。 艾滋病毒携带者与没有艾滋病毒的人对疫苗的反应相同。 强烈推荐艾滋病毒携带者及其他免疫抑制的人接种疫苗，即使您已经 26 岁。 因为 HPV 感染会提高该人群患癌症的风险。 年龄超过 26 岁的艾滋病毒携带者也可从接种疫苗中获益。 请您向医生咨询具体事项。

成人需知部分: 该部分问题均包含在给青年人需知或妇女需知部分中。

Source: IPVS, March 2021

Website: AskAboutHPV.org

Contact: hpvday@kenes.com