

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

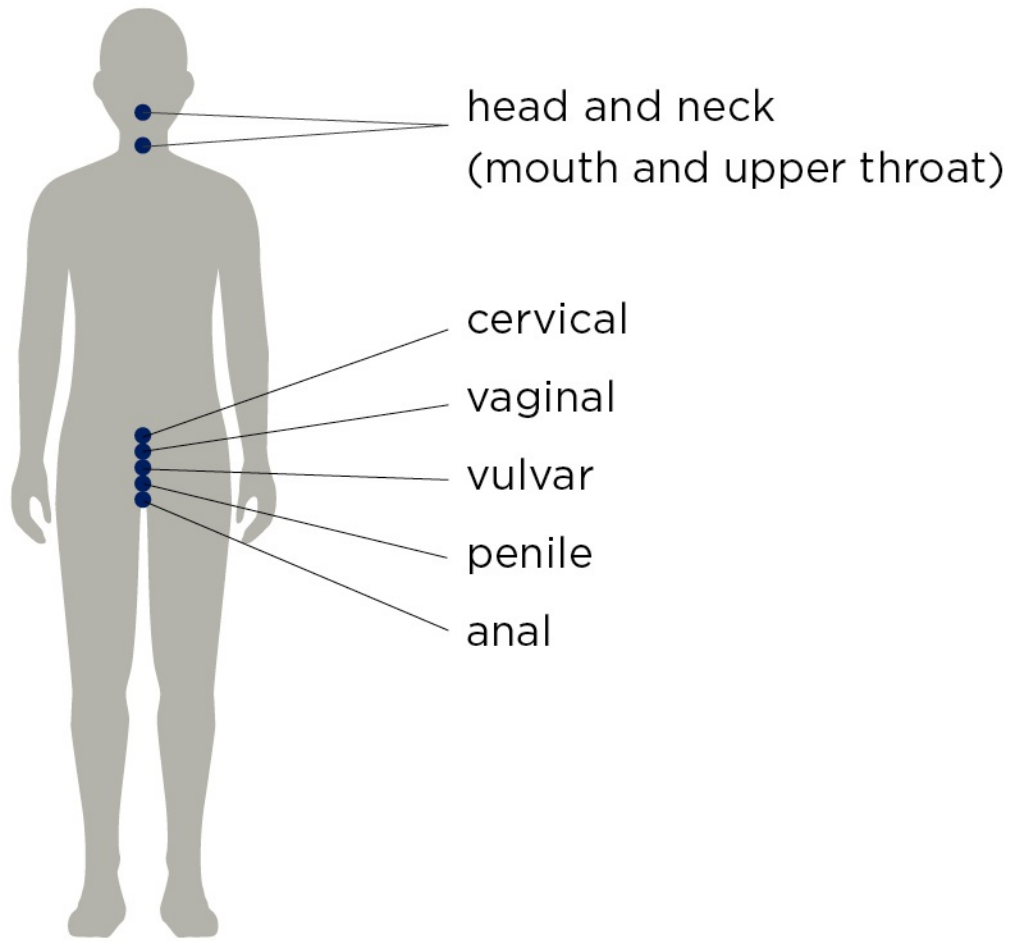


图 1. HPV 引起的 6 种癌症” >

## 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，您可能还会有少量出血，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](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