

患者及照顧者教育

您能怎樣避免由 HPV 引致的癌症

了解您感染 HPV 的風險

風險因素是增加您患上某種疾病（例如：癌症）機會的因素。幾乎所有未有接種 HPV（人類乳頭瘤病毒）疫苗的性活躍人士都有可能感染 HPV。皮膚與皮膚（性）接觸（例如：性交、肛交或口交）可能會導致 HPV 感染。即使受感染人士未有任何症狀，您亦可能從他們身上感染病毒。

可能令您面臨更高風險的其他因素包括：

- 患有或曾經患有性傳播感染 (STI)，包括陰道、肛門或陰莖上的疣。
- 患有或曾經患有宮頸癌、陰道癌或外陰癌。
- 如果您在出生時被判別為女性（與現時的性別無關），並且您抽煙。
- 感染 HIV。
- 患有自身免疫性疾病，如狼瘡或結節。
- 接受過實體器官移植。

了解您患上由 HPV 引致的癌症之風險

HPV 感染會增加患上由 HPV 引致的癌症之風險。引致癌症的 HPV 類型可分為低風險和高風險 2 種。

- 低風險 HPV 會導致生殖器疣，但通常不會引起嚴重的健康問題。
- 高風險 HPV 會導致癌症，甚至是在數年後。

所有性別的人士都可能會感染 HPV 及患上相關癌症。

由 HPV 引起的 6 種癌症

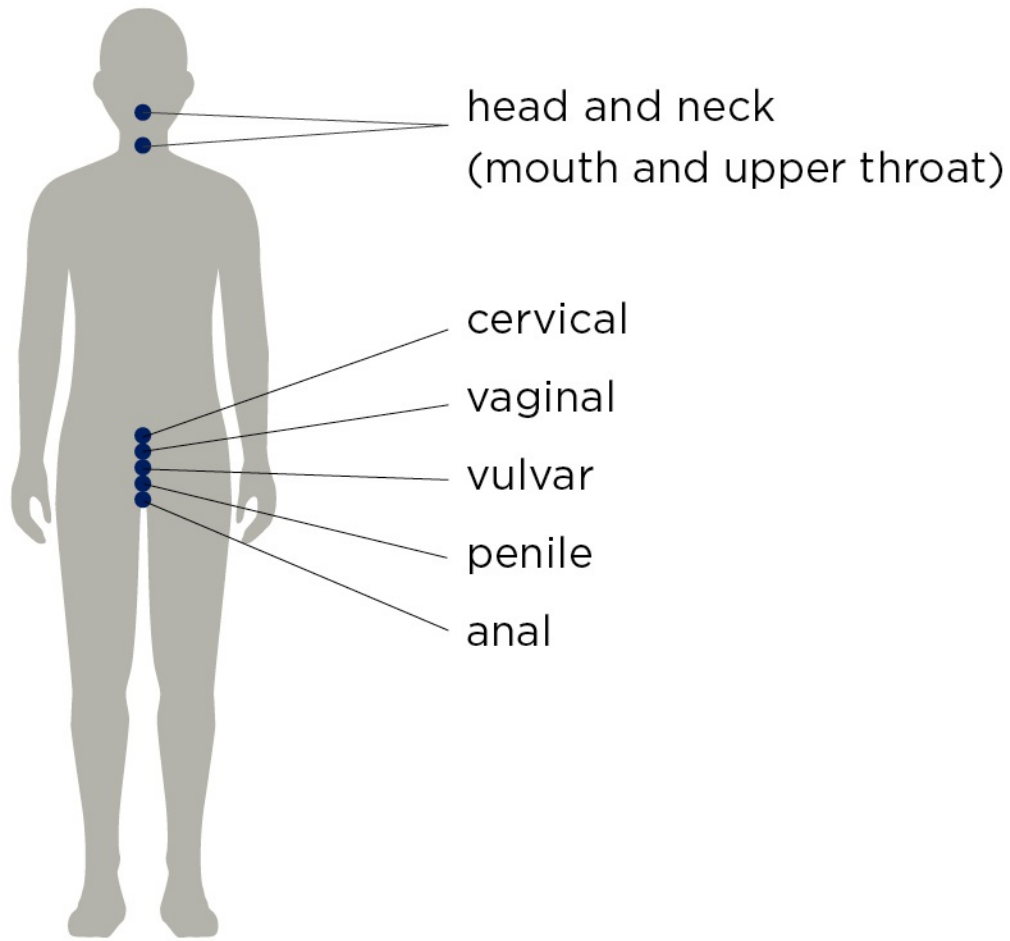


圖 1. 由 HPV 引起的 6 種癌症” >
您能怎樣降低感染 HPV 及患上相關癌症的風險

注射疫苗

HPV 疫苗是您的保健提供者於手臂位置為您接種的注射劑。該疫苗可以保護您免受 9 種最常見的 HPV 感染。

- 所有 9 至 45 歲的人士均能接種疫苗。
- 最佳的疫苗注射接種時間為 9 至 12 歲之間。但如果你在長大後才注射，它仍能為您提供保護。
- 15 歲及以上人士需要接種 3 針疫苗。在首次注射後，接種將分別於相隔 1 個月和 6 個月後再次進行。
- 接種 HPV 疫苗不會導致未來懷孕困難。

即使您過去檢驗 HPV 時呈陽性，您仍然應該接種疫苗。

在性活動中使用安全套及牙科用橡皮布。

在肛交、性交和口交期間，請使用避孕套和牙科用橡皮布（防止口腔與皮膚接觸的薄片）。它們可以降低感染 HPV 的風險，但不能完全避免。預防 HPV 的最佳方式是接種疫苗。

接受測試

宮頸巴氏抹片檢查、肛門巴氏抹片檢查及 HPV 測試可發現早期的 HPV 疾病。

- 宮頸巴氏抹片檢查尋找如未經治療就會變成癌症的細胞變化。宮頸是子宮底部狹窄的開口。從子宮通向陰道。如果您在出生時被判別為女性（與現時的性別無關），您可能擁有宮頸。有關宮頸癌篩查的建議，請參訪 [mskcc.org/cervical_cancer_screening](https://www.mskcc.org/cervical_cancer_screening)
- 肛門巴氏抹片檢查尋找如未經治療就會變成癌症的細胞變化。肛門是大便排出的地方。這些肛門上的細胞變化有時被稱作**肛門發育不良**。
- HPV 測試在宮頸細胞中尋找高風險類型的 HPV。

如果您的巴氏抹片檢查結果異常或 HPV 檢測結果呈陽性，您可能需要進行更多測試或治療。HPV 測試結果呈陽性意味着測試中發現了 HPV。與保健提供者討論您感染 HPV 的風險以及適合的測試。

十分之九的宮頸癌和肛門癌是由 HPV 引起的。

我的醫療保險涵蓋 HPV 疫苗嗎？

大多數醫療計劃均涵蓋 HPV 疫苗的費用。詢問您的保險公司是否涵蓋相關部分。若您的醫療保險不涵蓋疫苗，且您未滿 18 歲，則可以免費接種該疫苗。可透過**兒童疫苗** (VFC) 計劃提供。如果您已年滿 18 歲，請與保健提供者討論免費接種疫苗的方法。

您可以立即採取的行動

- 了解您感染 HPV 及患上由 HPV 引致的癌症之風險。
- 接種 HPV 疫苗。請致電 844-241-2136 聯絡 MSK，預約您的疫苗接種。
- 在發生性行為時使用安全套及牙科用橡皮布。
- 向您的保健提供者查詢接受 HPV 測試的相關資訊。

如欲獲取更多資源，請瀏覽 www.mskcc.org/pe，於我們的虛擬圖書館內搜尋。

What You Can Do To Prevent Cancer Caused by HPV - Last updated on June 21, 2023
Memorial Sloan Kettering Cancer Center 持有並保留所有權利