

查出 HPV 阳性就慌了？

医生:80%女性只是一过性感染,但绝经后阳性要提高警惕

“拿到报告单看到‘HPV 阳性’四个字,觉得天都塌了。”这是妇科门诊中最常听到的一句话。

这个让无数女性失眠的阳性结果,真的等于癌症判决书吗? 答案并非如此。

世界卫生组织相关统计显示,80%以上的女性一生中至少会感染一次 HPV,但绝大多数都能靠自身免疫力在1到2年内把病毒“赶走”。HPV 阳性绝不等于宫颈癌,它们中间的差别大着呢。

“咋诊”健康部落请驻群专家、武汉协和医院妇产科副主任医师彭明刚为大家拨开迷雾。

女子查出 HPV 阳性崩溃 医生:不必恐慌和过度治疗

据《医药卫生报》报道,一名30多岁的女性在单位体检中查出 HPV 阳性,当场崩溃大哭,回家后整夜失眠,在网上疯狂搜索“HPV 阳性还能活多久”。她跑到多家医院要求“立刻治疗”,有的机构甚至给她开出了上万元的治疗方案。

类似的恐慌并非个例。前不久,“约八成女性感染过 HPV 病毒”的话题一度登上微博热搜,评论区里满是“我是不是得癌症了”“要不要赶紧手术”的焦虑留言。

但医生表示不需要过度治疗,“HPV 感染很常见,多数可靠自身免疫系统清除,不必恐慌”。

事实上,这位女性听从建议,保持了一年一次的规律复查,调整作息、坚持运动,一年后复查,HPV 自行转阴了。

HPV 阳性≠宫颈癌 “感染”和“癌变”两码事

很多人的恐慌,源于把“病毒感染”和“癌症病变”画了等号。其实,HPV 感染就像宫颈得了一场“感



冒”,感冒病毒来了,身体免疫力好的话几天就能扛过去;HPV 也是同理,绝大多数感染会在2年内被免疫系统自动清除。

那什么样的 HPV 才危险? 关键在于三个词:高危型持续性感染。这句话拆开看有三个条件:

高危型:HPV 病毒有200多种亚型,根据致癌风险分为高危型和低危型。其中 HPV16 和 18 型是“头号元凶”,导致了约70%的宫颈癌病例。

持续:指同一高危型 HPV 在体内持续存在超过2年。

感染:仅仅是病毒在体内存在,不等于细胞已经发生病变。

从感染高危型 HPV 到发生癌前病变,再到真正的宫颈癌,通常需要5到10年甚至更长时间,这中间有漫长的干预窗口。比如靠免疫力清除病毒,或在癌前病变阶段及时发现并治疗,就能有效阻断宫颈癌的发生。

那些关于 HPV 和宫颈癌的认知误区

误区一:长年没有性生活,就不会得宫颈癌。

“多年没有性生活或是已经绝经,就不会感染 HPV 得宫颈癌”是临床常见的漏诊误区。宫颈癌的核心诱因是 HPV 持续感染,而这种病毒

的潜伏期极长,可达数年甚至十几年。当然如果从从未有过性生活,感染风险是极低的。

HPV 虽然主要通过性接触传播,但也可能通过皮肤黏膜的密接传播,比如公共浴池、共用毛巾等。

误区二:绝经后的女性 HPV 阳性率降低。

恰恰相反,更值得警惕的是老年女性,她们易忽视体检,感染 HPV 阳性而不自知,等到出现症状为时已晚。

据湖南日报报道,有医院近期接诊了多位70岁以上的宫颈癌患者,有的把出血当成了“月经返潮”,有的把褐色分泌物归咎于“炎症”,等到医院时都已发展到了宫颈癌。

医生指出,HPV 病毒可在体内潜伏多年,在免疫力衰退的老年期“复活”作乱。

我国新版《老年女性子宫颈癌筛查中国专家共识》明确规定筛查“不能只看年龄”,不能把65岁当成安全线。数据显示,22%的宫颈癌新发病例和33%的死亡病例发生在65岁以上妇女中。

误区三:感染 HPV 就是私生活不检点。

这是一个非常错误且伤害性极强的偏见。HPV 感染太普遍了,只要有过性生活,80%以上的女性一生

中至少会感染一次。它主要通过皮肤黏膜接触传播,只有一个固定伴侣也可能感染,避孕套也不能100%阻断。感染只说明接触过病毒,不涉及道德问题。

误区四:打了 HPV 疫苗,就不用做筛查了。

目前的 HPV 疫苗只能覆盖最常见的高危亚型,无法预防所有可能导致宫颈病变的 HPV 亚型。疫苗是“预防盾”,筛查是“监测网”,二者结合才能最大程度降低风险。

查出 HPV 阳性怎么办? 不同情况对策不同

查出阳性后,第一步不是恐慌,而是看分型、看 TCT(液基薄层细胞学检测)结果。

特别提醒:频繁做检查不仅浪费钱,还会带来持续的心理负担。保持一年一次的复查频率就足够。

免疫力是最好的“特效药”

目前,针对 HPV 感染并没有所谓的特效治疗药。人体自身的免疫力,就是清除 HPV 最有效的“武器”。而提升免疫力最有效的方法无非是均衡饮食、保障睡眠、心情舒畅以及适当运动。

当前,我国女性 HPV 感染呈现“双峰”年龄分布,第一个高峰在17到24岁。这个阶段的感染多数都是一过性的,可通过免疫力自行清除。别慌,给身体一点时间。

第二个高峰在40到44岁,这个阶段免疫力下降叠加激素变化,持续感染风险升高。坚持规律筛查即可。

对于老年女性来说,绝不能因为绝经、没有性生活就放弃筛查。绝经后雌激素下降、免疫力降低,HPV 自然清除率降低,持续感染风险反而增加。

文/祁燕 图/AI生成

公告

我司部分钢瓶因故流失,经多方查找仍无法回收。现特此声明,对该批流失钢瓶予以注销(二维码前5位数分别为36310,31110,36110,后5位如下图),自本公告发布之日起,下述钢瓶相关权益及责任均按规定终止。

钢瓶注销明细二维码																																					
36310-	37405	32933	02961	43503	34690	48831	28578	41558	14411	36156	53765	15838	26143	44315	00912	12434	36010	20004	10544	08178	33980	27921	33255	31724	011705	37539	39567	38931	28589								
	42435	41980	37079	52183	82543	24780	44164	37150	43162	60260	44926	51384	39414	00500	19608	09555	31233	20996	02997	10411	32089	34815	32565	31717	048057	38523	38351	38674	31219								
	36993	43163	21158	22962	40366	45071	22508	29253	21855	72666	27651	06251	14432	20692	20070	22980	18020	15692	25759	51535	45800	34108	28549	23918	029370	36092	37795	37922	27947								
62708	38358	27772	36826	26748	52985	35339	00993	46545	47643	47964	45168	09242	05188	18980	00643	02825	18211	25144	16006	20211	38648	34968	27598	36315	012121	34360	37518	40102	31281								
41658	60120	24199	40460	22602	37708	45727	41385	30622	50036	35463	23227	40236	03132	09690	07608	53780	20547	24133	04446	05983	45966	36568	26948	36385	075086	33451	40163	35932	31341								
58667	44680	21594	44216	41657	39638	39465	55806	45546	43217	32146	37575	48309	41092	26525	00778	00957	68294	20686	18016	10498	46958	35038	23430	36116	015287	31775	40182	38861	27331								
14666	30480	33038	48664	45703	52231	52849	36670	41545	52322	30576	39467	46773	01941	10849	52839	01197	18735	04969	24662	48747	45602	29749	24033	57144	001471	31341	38331	38870									
49134	72656	30734	42822	35566	61236	41472	27404	38278	50465	45132	40332	44646	08874	19832	07404	10124	09716	04987	04957	17831	37825	27828	23142	21407													
74831	50330	31738	50095	41582	31659	43712	43620	54012	42535	31891	37722	26632	02044	01010	01304	03256	20641	04169	20962	30650	39658	54797	58443	21824													
66701	24452	44451	81499	47419	46603	21079	36258	46148	48896	38266	40481	07234	01504	19397	01183	08489	12339	06056	20299	36524	45003	30182	21852	21112													
69256	52729	27110	50378	23643	44839	14552	36986	42109	52659	51337	24654	00913	02093	07731	28409	00462	14901	18787	25205	45800	38870	27305	25815	24644													
47436	47735	29956	58555	23921	41425	81560	37542	46628	26491	45623	36663	20481	16633	38076	44973	00668	24482	19932	10650	38648	38237	33410	21277	22461	50680	36730	39345	39186	01302								
73711	70182	40744	58923	46032	37720	46938	49981	30262	35657	41938	32137	47160	17285	02073	01507	56264	18416	15376	10643	43912	37771	33135	26050	23026	44136	35874	38783	37100	01515								
41252	46668	44032	66707	28649	37368	07755	30196	44168	37295	22673	28574	17995	03240	19645	52433	10373	08551	14992	24217	43823	39644	27638	24877	25652	35526	35951	39011	35643	00103								
81950	28383	37275	53766	39318	27026	15236	41620	38240	51728	24450	32775	41327	20312	17619	83220	49493	56025	08049	05790	54797	39369	26532	24356	24885	35951	35856	37124	38523	00470								
66784	43248	28251	49889	27242	33886	45294	29516	52587	42282	30411	45008	44498	54078	20575	59806	06655	20755	16620	09752	33135	37047	32133	22148	21096	37070	36750	39222	35581	01453								
46819	29927	03277	49950	31339	14225	37139	44591	13548	43879	35179	26079	09949	01321	18819	60312	20010	17997	09836	14329	27026	43912	27485	21409	24504	38293	36728	37413	36641	01120								
57846	27266	12373	14090	24850	49176	54358	31385	18331	39541	31780	40918	15662	27286	50718	25406	05577	13265	04533	20155	29335	38888	28045	31595	25111	40059	39032	39033	39110	01035								
46487	32333	30433	70689	27518	41372	00376	44717	64090	46479	44471	22120	06693	25580	45756	79164	03654	31407	08364	20311	28394	38898	29947	32076	23579	36710	39272	36584	38994	00045								
23425	47064	15569	39072	26071	52618	53110	31969	73427	41950	28370	25250	20480	12673	13804	80938	40361	30154	26330	76522	27166	45541	55867	34877	25744	39657	40311	35648	39537	00232								
50703	51345	08296	38807	33966	13217	31802	36864	47524	24166	39742	44832	49622	20626	15756	50495	28745	17372	09463	07201	58283	39497	32638	36082	25148	36572	37070	37586	37747	00061								
45935	19150	19056	38311	36754	17497	08976	44860	02619	54150	28892	45063	44621	01345	00106	39869	31476	03571	15915	18838	57393	37180	29601	33001	22840	37074	37914	38850	36092	00921								
39681	49396	13910	50062	30539	30200	22968	34640	09356	48638	31251	32562	41276	04152	49954	01324	25206	14553	37978	03799	56722	43823	29258	55134	052051	38783	38410	38775	32336	00253								
18005	34964	29132	40353	32382	15835	50452	45416	15277	27748	30459	36364	16768	18181	39367	00092	37256	20601	09003	20454	55175	37933	27680	34672	011795	36584	39531	39890	33296	00655								
21993	34026	22449	46565	39560	18698	26231	42440	32619	22402	30060	17169	12571	47108	04791	06036	09131	19029	11060	04270	30650	37555	30444	31151	025590	35648	37028	38731	34129	00980								
42607	29904	20913	51544	43840	23468	39632	34735	09548	25232	28628	13101	38357	19016	47637	20398	11598	16598	14564	02869	36524	38887	28425	35553	013980	35728	37856	36137	33129	00018								
69397	25744	16059	30515	45365	54043	43358	01194	32951	58508	46807	40245	07807	40426	00127	13203	30343	16807	11575	20527	38951	46965	33262	31685	020623	37523	37820	35568	34607	00113								
47732	29177	23424	43069	48780	42878	23520	53565	14527	20936	24121	12568	12043	00960	06497	03479	14289	22062	17279	10445	22881	37311	29335	35137	029269	40068	38293	36261	34236	00999								
49101	33295	55411	30466	53008	31604	41082	41987	03196	21513	44211	00904	14995	48712	01525	11560	35661	09043	06787	18648	34976	38218	28543	36595	032181	37922	39156	40668	35438									
40603	27922	06359	53261	42121	29981	54539	39388	02272	49094	46724	13276	00878	03029	21952	02172	18617	02500	12712	20927	21930	33800	59228	36584	041236	38861	40059	36157	27254									
49199	27939	12652	23815	42889	59553	51083	52249	13126	54541	51610	09243	13348	00283	02028	17177	25617	09510	16509	28650	56452	31579	31920	36584	047239	39840	37014	40314	30594									