



想一想。

談一談。

瞭解意味著心安及癌症預防。

有過性行為的人身上存在人類乳突狀瘤病毒 (HPV) 是正常的。多數人會在一生中的某個時間帶有此類病毒數月或一、二年。HPV 有多種類型，大多數無害，但其中有少數幾種類型卻會發展成子宮頸癌、肛門癌及口腔癌。不過，即使這些病毒類型極為常見，病毒也必須存在許多年之後才會發展成癌症。

目前並沒有任何治療 HPV 的方法，但是有許多方法可治療 HPV 所致疾病，如生殖器疣及子宮頸癌前細胞。大多數時候，人們染上 HPV 後並不會長出生殖器疣或子宮頸癌前細胞。在這種情況下，身體通常可自行痊癒。

每個人對於 HPV 的反應各不相同。大多數染上 HPV 的人不會出

現任何症狀，也不會因感染而產生問題，另一些人則可能會發展成生殖器疣。往往一個人甚至會染上不止一種 HPV。通常感染後 12 個月內，就不再會檢測到該病毒，因此許多人對自己有 HPV 一無所知。

HPV 如何傳染？

HPV 通常是在發生性行為時經由皮膚接觸傳播，一般在陰道性交、肛交或口交時在兩人之間傳播。HPV 也存在於人類的手指及口腔中，因此有時會藉由非性交的親密接觸傳播。

HPV 極易在發生性行為時傳播，即使在使用保險套或沒有長生殖器疣的情況下亦如此。病毒生存在受感染者的口腔、手指、陰莖、陰囊及陰道等處的皮膚上。發生性行為就有可能感染 HPV，這是正常的。對幾乎每個人來說，HPV 都會自行消失，而且無害。

由於病毒常存在於保險套覆蓋不到的部位，因此保險套對 HPV 沒有多大保護作用。不過，使用保險套仍然是明智的做法，因為保險套可預防性病，如衣原菌、淋病、HIV 及 B 型肝炎與 C 型肝炎。保護自己不感染 HPV 的唯一方法是不發生性行為。

我怎樣知道自己感染了 HPV？

判斷自己是否感染 HPV，主要有兩種方法：出現生殖器疣或（若是女性）接受 HPV 檢查時結果異常。大多數 30 歲以上的女性會在接受子宮頸抹片檢查時一併進行 HPV 檢查，這是女性子宮頸癌例行篩檢的一部分。30 歲以下的女性極常出現 HPV 檢查呈陽性的結果，以致進行 HPV 檢查已無意義。若子宮頸抹片檢查結果異

常，則可能需要進行複查，以確認 HPV 是否造成異常的原因。

我該如何保護自己免於感染 HPV？

由於 HPV 是很常見的病毒且易於傳播，大多數有性生活的人會在一生中的某個時間帶有 HPV 病毒。對大多數人來說，感染 HPV 病毒不會導致嚴重問題，而且通常會自行消失。

男性及女性都應針對生殖器以及陰道和肛門周圍的疣及異常凸起進行自我檢查。若為女性，保護自己免於感染 HPV 的最佳辦法就是在開始有性行為之前接種 HPV 疫苗，並定期接受子宮頸抹片檢查。

我應接種 HPV 疫苗嗎？

FDA 於 2006 年核准了用於 9-26 歲女性的 HPV 疫苗。該疫苗預防可導致子宮頸發生癌前變化及某些生殖器疣的 HPV 類型。這種分 3 針注射的疫苗在女性性生活期開始之前（通常是 9-12 歲）接種的效果最好。對於 HPV 病毒攜帶者，接種 HPV 疫苗毫無幫助。因此，13-18 歲的女孩或年輕女性可考慮接種疫苗。若超過 18 歲，請向醫師或醫護人員洽詢，瞭解自己是否適合接種疫苗。

HPV 疫苗沒有避孕效果，也不能預防感染其他性病或 HIV。應使用乳膠製或聚氨酯製保險套來確保安全的性行為，並與性伴侶溝通您的性事歷史及您的擔憂。

即使已接種疫苗，定期接受子宮頸抹片檢查仍然非常重要。應在有性行為後 3 年或於 21 歲時（以先發生者為準）接受子宮頸抹片檢查。

何謂生殖器疣？

有些類型的 HPV 會導致生殖器疣。生殖器疣可出現在陰道內、陰道周圍的陰唇上、陰莖上或陰囊上、肛門周圍，腹部或大腿上也偶見生長。通常，生殖器疣呈花椰菜的凸出物，或呈粉紅色、紅色或膚色的平坦斑塊。患部可能會有搔癢或刺激感，但有時生殖器疣完全不會帶來任何不適。生殖器疣通常在免疫系統變弱時滋生。接受化療、服用類固醇或感染 HIV 而未獲治療時，免疫系統會變弱。

染上 HPV 後，可能要經過數月甚或數年後才會出現生殖器疣。醫師或醫護人員通常可在門診時辨識出生殖器疣。

生殖器疣如何治療？

雖然沒有治療 HPV 的方式，但對生殖器疣卻有不同的治療方法。醫生或醫護人員可能會建議在疣上塗藥或使用其他治療方法。通常需就診數次才能將疣完全除去。生殖器疣去除後，病毒可仍然存在。有時生殖器疣會在數月之後不經治療而自行消失。不過，有時生殖器疣會長大並遍佈整個生殖器部位。若認為自己長了生殖器疣，請向醫生或醫護人員洽詢。

HPV 與癌症有何關聯？

有些類型的 HPV 會導致女性子宮頸癌以及女性和男性的肛門癌與口腔癌的癌前病變。大多數感染 HPV 者並不會罹患癌症。

對女性來說，保護自己免患子宮頸癌的頭等大事是定期做子宮頸抹片檢查，若年滿 30 歲，應定期接受子宮頸抹片及 HPV 檢查。子宮頸抹片檢查可檢測出子宮頸上的癌前細胞。若篩檢結果異常，則需要複檢。即使已接種 HPV 疫苗，仍應定期接受子宮頸抹片檢查。

吸煙會使感染 HPV 女性罹患癌子宮頸癌的風險加倍。若您是吸煙者但想要戒煙，請向醫生或醫護人員洽詢，或打電話給本地 Kaiser Permanente 健康教育部門瞭解詳細資訊。

有肛交行為的男性及女性均應留意肛門 HPV 感染的症狀，可能包括：排便或肛交時直腸出血、肛門周圍有異常凸起，或肛交時感到前所未有的疼痛。若出現上述任何症狀或過去曾長過肛門疣，請向醫生或醫護人員洽詢。

HPV 對懷孕有影響嗎？

HPV 不會影響女性的懷孕能力，在懷孕期間也很少會造成問題。對某些感染 HPV 的女性，懷孕可能會導致生殖器疣滋長。懷孕也可能導致生殖器疣長得超過正常大小。

若被告知感染 HPV，我該如何告訴伴侶？

HPV 是很難對伴侶啟齒的話題，因為除了不發生性行為，目前沒有可預防 HPV 傳染的方法。若決定告訴伴侶您感染 HPV，可以讓他/她知道這是很常見的病毒，許多有性生活的人身上都帶有這種病毒，而且對大多數人不會造成嚴重影響。您也可以告訴伴侶，若他們曾與他人發生過性行為，則可能在此之前已經感染 HPV，而且接觸 HPV 是性行為的正常後果。請記住：務必使用保險套來預防其他性病。若想接受其他性病篩檢，也可向醫生或醫護人員洽詢。

若我未滿 18 歲怎麼辦？

若年滿 12 歲，不經父母同意即可接受子宮頸抹片檢查，並由醫生診斷、評估及治療性病（及其他性健康問題）。加州法律要求 Kaiser Permanente 必須保護您的私密。

其他資源

- 國家人類乳突狀瘤病毒及子宮頸癌防治資源中心 (National HPV and Cervical Cancer Prevention Resource Center) ashastd.org/hpvccrc
- 請連線至我們的網站 kp.org，存取我們的保健和藥物百科全書、互動計畫、健康課程以及更多其他活動。
- 查看您的《Kaiser Permanente 健康手冊》(Kaiser Permanente Healthwise Handbook)。
- 與您的 Kaiser Permanente 健康教育中心或健康教育部門進行聯繫，以取得關於健康資訊、計畫和其他資源的資訊。

這份資訊並非作為診斷用途，亦不能取代您的醫師或其他醫療保健專家提供的醫療諮詢或護理。如果您的健康持續出現問題或有其他疑問，請諮詢您的醫師。