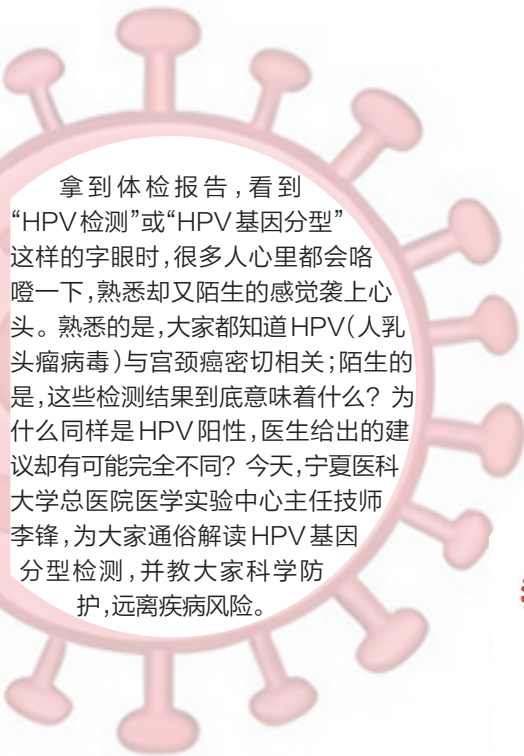


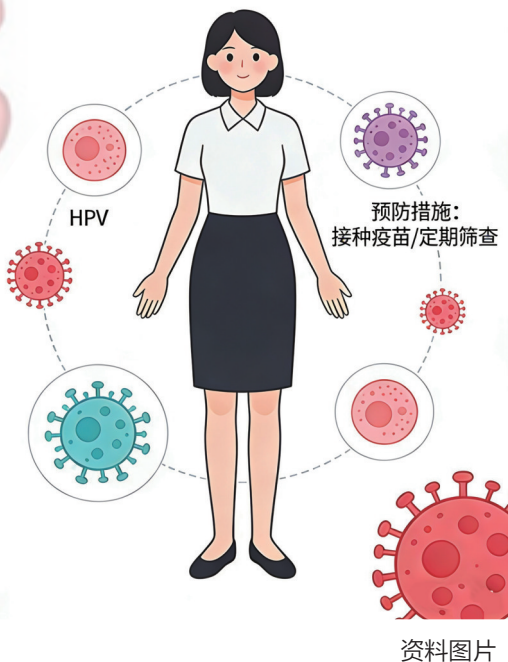
# 体检报告上的HPV阳性没那么可怕

## 检验科专家给您一次说明白



拿到体检报告，看到“HPV检测”或“HPV基因分型”这样的字眼时，很多人心里都会咯噔一下，熟悉却又陌生的感觉袭上心头。熟悉的是，大家都知道HPV(人乳头瘤病毒)与宫颈癌密切相关；陌生的是，这些检测结果到底意味着什么？为什么同样是HPV阳性，医生给出的建议却有可能完全不同？今天，宁夏医科大学总医院医学实验中心主任技师李锋，为大家通俗解读HPV基因分型检测，并教大家科学防护，远离疾病风险。

记者 刘威



资料图片

### 敲黑板

#### HPV感染很普遍 阳性不等于生病

很多人一看到体检报告单上的HPV阳性，就恐慌不已，以为得了癌，其实完全不用过度恐慌。“HPV是一个庞大的病毒家族，有超过200种类型，感染极为普遍。约80%的女性一生中会感染至少一种HPV，但感染不等于疾病。根据致癌风险，医学上通常将HPV分为高危型和低危型。”李锋具体进行了介绍。

**低危型HPV(如HPV 6、11型)**：主要引起皮肤疣和生殖器疣(如尖锐湿疣)。

**高危型HPV(如HPV 16、18型)**：是需要关注的重点。其中，HPV16型和18型是“头号风险型别”，它们不仅导致了全球约70%的宫颈癌，也与相当比例的口咽癌、肛门癌等相关。

### 划重点

#### 要提防HPV持续感染

其实，HPV更像生殖道的“病毒感冒”，很多人一生中总会感染一次，绝大多数人靠自身免疫力，在1~2年内就能自动将病毒清除，并不会引发疾病。

“只有长期、持续不消退的HPV感染，才可能慢慢发展成癌，这个过程通常需要十几年甚至更久。所以，查出HPV阳性，其实是给我们提了个醒，它带来了一段非常宝贵的‘预防窗口期’。在此期间，如果能通过有效的筛查手段及时发现并处理癌前病变，就能有效阻断癌症的发生。而HPV基因分型检测，正是这个‘窗口期’里至关重要的‘侦察兵’，能帮我们及早发现病毒、分清类型、判断风险，为后续的观察和治疗指明方向。”李锋提醒。

#### HPV基因分型检测：给病毒验明正身

很多朋友以为HPV检测就是简单地查一下“有没有病毒”，但实际上，现代医学的检测技术已经非常精细。“我们检验科开展的HPV基因分型检测，尤其是基于聚合酶链式反应(PCR)技术的检测，其核心价值在于‘分型’和‘定量’，相当于给病毒验明正身。”李锋表示，HPV基因分型检测能帮我们做以下三件事。

**第一，精准识别“高危分子”**：不同型别的HPV致癌风险天差地别。HPV基因分型检测能够精确区分出风险最高的HPV16型和18型，以及其他十几种高危型别。这对于评估个体的患病风险、制定后续的随访或诊疗方案至关重要。

**第二，洞察病毒活动状态**。PCR技术具有极高的灵敏度，能够检测到极微量的病毒DNA。这有助于判断病毒是否处于活跃的复制状态。持续的、高载量的高危型HPV感染，是癌变风险的重要指标。

**第三，鉴别“一过性感染”与“持续性感染”**。通过分型检测，医生可以追踪同一型别HPV是否在后续复查中持续存在。这对于判断感染状态、制定个性化的复查间隔至关重要。

### 这四点防护建议也要知道

了解了HPV分型检测的意义和方法后，对我们普通人来说，最重要的就是将科学知识转化到日常健康防护中。李锋在此给出了四点具体防护建议，帮助大家降低HPV相关癌症的风险。

#### 首先，要重视疫苗接种。

HPV疫苗是预防HPV感染及相关癌症的一级防线。目前的九价疫苗可以预防包括HPV16、18在内的九种

高危型别，覆盖了引起绝大多数宫颈癌和口咽癌的病毒类型。适龄人群积极接种疫苗，就能从源头降低感染风险。

#### 其次，坚持定期筛查。

对于女性而言，定期进行宫颈癌筛查(如HPV检测和细胞学检查)至关重要。筛查能

及早发现高危型HPV的感染和宫颈的癌前病变，从而在癌症发生前进行有效干预。

#### 再次，查出阳性要及时规范就医。

拿到HPV阳性结果，请务必根据检测结果(特别是具体型别)和细胞学结果，遵从妇科

医生的专业建议进行定期复查或进一步检查(如阴道镜活检)。切勿因为害怕而逃避复查，也切勿盲目听信非正规渠道的“转阴”治疗。

#### 最后，保持健康生活方式。

即使是与HPV相关的癌症，生活方式也会影响预后。例如，在HPV阳性的口咽癌患者中，吸烟会显著降低

生存率。因此，戒烟限酒、保持健康饮食、加强锻炼、维持良好免疫力，对于预防感染、促进康复都有积极作用。

李锋最后表示，面对HPV，大家无需谈之色变，应科学认识、积极预防、规范筛查。通过“疫苗接种”构建第一道防线，通过“定期筛查”实现及早发现。通过“健康生活”巩固自身免疫力，就可能将HPV相关癌症的风险降至最低。

### 小贴士

#### 日常接触会传染HPV吗？

很多人担心在公共场所接触马桶、门把手、游泳池会感染HPV，其实完全没必要担心。

HPV病毒非常脆弱，离开人体后很快就会失去活性，日常的握手、拥抱、共用办公用品，甚至一起吃饭，都不会传染HPV。它的主要传播途径是性接触传播，少数情况下会通过母婴传播或皮肤黏膜的直接接触传播。

所以，正常的社交和生活接触，不会让你感染HPV，无需过于担心。

