

# HPV :

---

## 病人指南



BC省疾控中心  
省口口服口管理局



SEX

# HPV：病人指南

## 引言 Introduction

人乳头瘤病毒（HPV）是一种很常见的病毒，有100多种类型，其中40多种影响到肛门和生殖器部位。事实上，HPV是最常见的性传播感染，很容易通过皮肤接触而获感染。

虽然大多数HPV类型是无害的，也不会被注意到，但有些类型的HPV如果持续存在，会对身体产生重大影响。HPV类型分低型和高风险型。某些低型可引起疣，而某些高风险型可引起细胞变化，进而可能致癌症。对于大多数人没有任何症状的人（如生殖器疣），病毒会自行从体内清除。

在有疫苗可以防止最常见的HPV类型。如果有HPV疫苗，大多数性行为活跃的人在其一生中染上一种或多种类型的HPV。

HPV是什么？ .....	3
如何感染HPV？ .....	5
如何预防HPV .....	6
HPV检测 .....	8
如果感染了HPV .....	10
来源 .....	11

# HPV是什？ What is HPV?



人乳瘤病毒（HPV）是一种很常见的病毒。事实上，它是最常见的性传播感染。HPV有100多种类型。其中约有40种可以影响肛管和生殖器区域，在性行为过程中通过皮肤接触传播。

在有疫苗可以防止最常见的HPV类型。如果有HPV疫苗，大多数性行为活跃的人在一生中染上一种或多种类型的HPV。对于大多数人来说，病毒会自行从体内清除，不会引起症状或问题。对于那些确实有症状的人（如生殖器疣），大多数症状最终都会消失。

虽然大多数HPV类型是无害的，也不会被注意到，但有些类型的HPV如果持续存在，会影响身体。HPV类型分为低危型和高危型。某些低危型可引起疣，而某些高危型可引起细胞变化，进而可能致癌。

## HPV低危型 HPV Low-Risk Types

大多数生殖器疣是由低危型HPV类型即6型和11型引起的。生殖器疣是在生殖器、肛管或周围区域的良性无害疣。生殖器疣可表现为一或多个扁平或凸起的皮色或深色疣，呈不规则或菜花状，可能很痒或几乎不引人注意。有疣出血。

生殖器疣可能在接触HPV后的几周至几个月或几年内出现，通常在一年内消失，但可能复发。身体清除生殖器疣的速度取决于个人的一般健康状况和免疫系统。例如，不吸烟的人清除HPV可能比吸烟的人快，因为吸烟会影响免疫系统。

低危型HPV不会致癌，也不涉及性行为，对于感染了HPV的人而言，可以视为是一种“滋扰”或是美容问题。

如果我从未有过性行为，或从未有过性交，我还会得HPV吗？

CAN I GET HPV IF I HAVE NEVER HAD SEX OR "GONE ALL THE WAY"?

如果一个人的生殖器、口腔或肛管区域与他人的生殖器、口腔或肛管区域接触，即使从未发生过性行为，也可能感染HPV。HPV是通过皮肤与皮肤的接触传播的，所以在不穿内裤的情况下摩擦生殖器就传播病毒。

如果我一直使用安全套，是否还会感染HPV？CAN I GET HPV IF I ALWAYS USE CONDOMS?

戴安全套有助于减少，但无法完全消除，HPV是一种伴侣间传播的机会。

我得了生殖器疣，但已去除疣体。是否意味着我不再得HPV？

I HAD GENITAL WARTS BUT GOT THEM REMOVED. DOES THIS MEAN I NO LONGER HAVE HPV?

去除生殖器疣主要是为了美观，但不能治疗HPV。去除疣体通常成功。但疣体可能在未再次出现。去除疣体不能清除HPV病毒本身或防止疣体复发。

我的伴告诉我他有生殖器疣。我面癌吗？

MY PARTNER TOLD ME THEY HAVE GENITAL WARTS. DOES THIS PUT ME AT RISK FOR CANCER?

致生殖器疣的HPV型可致各癌症的HPV型不同。

什他HPV/疣体在2年内消失，而我的疣体已超过这一？

WHY DO THEY SAY HPV/WARTS WILL GO AWAY IN 2 YEARS WHEN I'VE HAD THESE WARTS FOR LONGER?

对大多数人而言，生殖器疣的体征会在平均两年内消失，但不是所有人都这样；有些人消退快一点，有些人慢一点。背后的原因仍在持续研究之中。如果的疣体2年后仍未消失，到生商到科或皮肤科就医。

### HPV高风险型 HPV High Risk Types

其他的HPV型高风险型，如果身体无法其去除，就可能引起癌症。在某些情况下，HPV有可能引起细胞化，成癌前病或致癌症。

在大多数情况下，高风险型感染自行消失。如果高风险型HPV持续存在且未自行消失，就可能引起细胞化。如果细胞化有被检测和治，就可能致子宫颈癌、阴道、外阴、肛门、口或咽喉的癌症。

大多感染高风险型HPV的人不发展成癌症，住一点很重要。无论何型，大多人的HPV感染在2年内消退。常的（巴氏涂片）是宫颈癌的最佳方式。可以确保在癌前细胞成癌症之前得到检测和治（HPV小小）。其他HPV相关癌症的研究仍在进行中，例如肛门和咽喉的癌症，所以其他癌症目前有可供广泛采用的方法。

HPV疫苗可用于防HPV相关癌症和生殖器疣有关的大多数型。

### 什是巴氏涂片？ WHAT IS A PAP TEST?

巴氏涂片（又癌）是一种在子癌之前找常细胞的。巴氏涂片细胞化，以便在癌之前及检测和治。癌的早期检测和治好的健康果。建所有有子的人，即使有症和/或已接种了HPV疫苗，都要做。

(<http://www.bccancer.bc.ca/screening/cervix>)



# □□感染HPV？ Who gets HPV？

□言之，如果在□始有性行□之前□有接□□HPV疫苗，大多□性行□活□的人一生中至少□感染一次HPV。

**HPV是最常□的性□播感染：**□可以把□看作是性□播疾病中的普通感冒。如果□在生命中曾有□任何形式的性接□，即使只有一□伴□，也仍有可能接□到HPV。

据估□，□有接□□HPV疫苗的人，大□80%□在生命中的某□□刻感染HPV。□于大多□人□□，HPV病毒□消退（自行消失）。□着越□越多的人接□HPV疫苗，HPV的□病率□□□下降。



## □播Transmission

HPV是在性行□□程中通□皮□接□□□播的。□包括□肛□和生殖器□域的任何形式的性接□，包括生殖器摩擦、□入性行□（□道或肛□性交）、□交、共享性玩具和手接触生殖器。即使□有明□的疣体或疣体消失后，HPV仍可能存在。

由于HPV非常普遍，大多□人□早都□感染，因此要避免□是不□□的。即使有疣体或其他HPV的迹象，或正在接受治□，也□有必要停止性生活。

如果一□人□孕了，HPV也可以□母□□□□□。但□□不意味着□□□有任何□HPV有□的□□症。□于HPV□母体到胎□的□播以及□此相□的□□程度，目前□□□不充分。

HPV不□通□普通的家庭活□□播。□不可能因□和□人睡在同一□床上，或者共用□生□而感染HPV。HPV不□□由□桶座圈、毛巾、浴缸、热水浴缸或游泳池传播，或经由受感染者的血液或其他体液□播。

HPV病毒消失后□再回□□？

IF HPV GOES AWAY WILL IT COME BACK?

□有些人□□，某□HPV□型可能无法完全消退。有可能是□□□型在他□体□□于休眠或“沉睡”□□，但在某□□候□再次醒□。□□情□有□□□生在身体□于□大□力下时，影□到了免疫系□，例如□力□大或使用化□等□物的时期。

一个人的这种HPV类型可能完全消退了，但在未来某一天又得了。也有可能存在这种情况：一个人接触到另一种不同的HPV类型而被感染。您得了一种类型的HPV并不意味着您接触到其他类型的HPV时不会感染。不管是什么原因，有些人可能会得复发性的HPV。

我得□HPV，但已□除疣体。我什□□候可以再□性生活？

I HAD HPV BUT GOT THE WARTS REMOVED. WHEN CAN I HAVE SEX AGAIN?

即使疣体□有了，也可能□把HPV□□□人。不□，疣体主要是美□□□，□有□□理由要求不□性生活。

# □HPV的防 □Protection against HPV

## 疫苗Vaccines

接种疫苗是保护自己免受HPV感染的最有效方法。加拿大BC省使用HPV疫苗已有十年，事实证明，疫苗是安全有效的。有HPV疫苗的更多信息，□□□

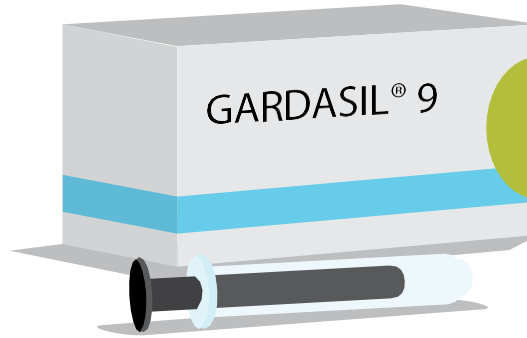
[www.immunizebc.ca/hpv](http://www.immunizebc.ca/hpv)

在BC省，目前可供使用的HPV疫苗是Gardasil 9。Gardasil 9已广泛使用，可预防九种HPV毒株，□适合用于所有人群。□然接种疫苗□不能□防所有□型的HPV，但□□致癌症和生殖器疣的大多□毒株提供了很好的防□。

HPV疫苗在比□年□□（□生任何性接□之前）接□，效果最好，□就是把□□疫苗

### □知道□？ DID YOU KNOW?

Gardasil 9能□防9种HPV□型，□些HPV可□致90%的□□癌和90%的生殖器疣。□包括：由HPV 16、18、31、33、45、52和58型引起的□□癌、外□癌和□道癌；生殖器疣；由HPV 6型和11型引起的肛□和生殖器癌前病□；以及由HPV 16、18、31、33、45、52和58型引起的肛□癌。



作□常□疫苗提供□□□□童的原因所在。HPV疫苗是唯一可以□防生殖器癌的疫苗。15□（□是免疫反□的最佳年□）以下接□2□系列的HPV疫苗，15□及以上接□3□系列疫苗。

如果□在□校里□有接□疫苗，以后仍可以接□。建□以下人士接□Gardasil 9：45□以下有子□□的人士，26□以下□有子□□的人士，□男士□生性行□的所有年□段男士，以及27□及以上的艾滋病病毒（HIV）感染者。但是，即使□不□于□些年□或性□□，如果□有性生活或曾接受□□□癌或肛□癌前期的治□，一些□家仍□建□□接□□疫苗。

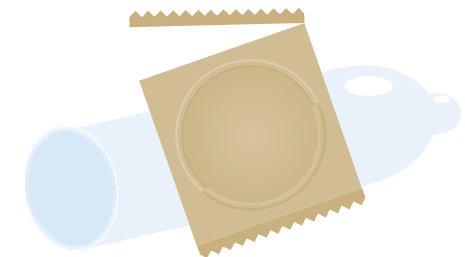
由于感染□一次HPV□不能使□□再次感染HPV有免疫力，因此即使□□去曾感染□HPV，接□疫苗仍然是有益的。

□向□生咨□□疫苗□□是否为一□好的□□。

如果□有□格免□□得Gardasil 9疫苗，可以通□□地的公共□生□所、社□□生中心或性病□所接□。如果□□有□格□得免□疫苗，可以自□接□。□展健康福利或保□公司也可能□□□□用（□可能需要□生的□方，保□公司才□理□）。□可以通□□生、□店或旅行□所□得自□疫苗。

## □障方法Barrier methods

安全套和其他□障方法可以□少HPV□播的可能性，不□无法提供完全的保□，□是因□HPV可以通□其他的皮□接□□行□播。安全套□可以防止其他性□播疾病，包括淋病、衣原体、梅毒和艾滋病毒。使用安全套是降低得到性□播感染□□的一□好方法。



## 关于HPV疫苗的常见问题 Common questions about the HPV vaccine

在BC省，我可以免费接种HPV Gardasil 9疫苗？  
(截至2019年) WHO GETS THE HPV GARDASIL 9 VACCINE FOR FREE IN BC? (AS OF 2019)

- 所有性别的六年儿童
- 有在六年开始接种系列疫苗的个人，有资格在19岁之前（2006年或以后出生）开始接种系列疫苗，但不能在19岁之后开始接种。
- 9-26岁的艾滋病毒携带者
- 9-26岁的跨性别人士
- 处于以下情况的9-26岁男性：
  - 其他男性有性行为
  - 未有性行为但自己的性取向有疑
  - 流落街
- 由儿童和家庭展部 (MCFD) 照的9-18岁男孩
- 在青少年服务中心的男孩和男士

我错过了一剂疫苗，整个系列需要重新开始接种吗？  
I MISSED A DOSE OF VACCINE, DO I NEED TO START THE SERIES OVER AGAIN?

不用，不需要重新开始接种。可以中断的地方接着打。

我已患有HPV。疫苗能治愈吗？

I ALREADY HAVE HPV. WILL THE VACCINE CURE IT?

HPV疫苗不能治愈已染上的HPV型。但是可以预防疫苗所防的其他型的HPV。与其他性传播疾病不同，HPV是无法治愈的，但有一些治疗方法可以管理HPV在身体各部位的影。

如果我接种了早期的HPV疫苗，如Cervarix或Gardasil 4，我是否应该接种gardasil 9？

IF I GOT AN EARLIER TYPE OF HPV VACCINE, SUCH AS CERVARIX OR GARDASIL 4, SHOULD I GET GARDASIL 9?

是在生时的基上作出的个人定。Gardasil 4能保免于最可能致口癌和生殖器疣的4种HPV毒株侵害，而Gardasil 9能保免受其他另外5种毒株的侵害。如果已接种了Gardasil 4疫苗，公共金就不承担Gardasil 9疫苗的，所以需要自己担外疫苗的。

如果您已经开始接种Gardasil 4疫苗，但尚未完成，您可以接着用Gardasil 9完成接种。例如，如果您注射了一针Gardasil 4，则可以接下去注射两针Gardasil 9。

足以预防6、11、16和18型HPV。但可能无法预防31、33、45、52和58型，因只打了3中的2。

我在校有接种HPV疫苗。在我可以在哪里免费得？  
I MISSED GETTING THE HPV VACCINE IN SCHOOL. WHERE CAN I GET IT FOR FREE NOW?

不是每个人都有资格免费接种HPV疫苗的。可以了解一下是否可以通口的生部（又公共生部、社生中心和初保健之家）得免费的HPV疫苗。一些性传播疾病所也可能有疫苗。

通过健康生活策略提高免疫力

BOOST YOUR IMMUNITY THROUGH HEALTHY LIVING STRATEGIES

可以做很多事情促健康的免疫系统，包括：

- 得充足的睡眠
- 注意食健康，多吃水果、蔬菜和微量营养素
- 常
- 少吸烟或戒烟
- 如果酒，要注意适量
- 量少力或做好健康的力管理



# HPV □ □ HPV Testing

BC省不做低□□型HPV的□□□□。因□□大多□低□□感染是短□的，□自行消退，往往□有症□，所以□□被□□是□有用的。

## 生殖器疣体□

生殖器疣□有特定的□□。如果□的生殖器上有□担心的□□或疙□，□生可以□□做一次身体□□，查看生殖器疣、其他性□播疾病或皮□病的迹象。□□□□可以在做常□的性□播疾病□□中□行。

## 常□的□□癌□□（巴氏涂片□□）

□□癌是最容易□防的癌症□型之一。□□期持□感染某□高□□型HPV□致□□□胞□生□化，就□出□癌症。

□□□□（巴氏涂片□□）是用□□察□□些□胞□化的。在□□上的□常□胞□成癌症之前，通□□□□□□□□□常□胞，□□□其在一段□□中的□化。由于□些□化□生得非常□慢，建□□25□□始，每3年□行一次巴氏涂片□□。

如果□有子□□，年□介于25-69□，□且一生中有□任何形式的性接□，包括□交或手交（用手□摸生殖器），BC省的□□□□建□由□生□行子□□□□。□于□□□□的更多信息，□□□[www.bccancer.bc.ca/screening/cervix](http://www.bccancer.bc.ca/screening/cervix)

## □□□□（巴氏涂片□□）□□果□常

巴氏涂片□□□果□常是很普遍的，□不意味着□有□□癌。巴氏涂片□□□常意味着□□上有一些□胞看起□不正常，需要更仔□地□□。□可能□被□□□行其他□□，如重□巴氏涂片□□，或进行□道□□□（□可以更仔□地□察□□），需要□，可以取小□本做□一步□□。

□□常的□□□胞可能□自行消退，或者□生可能□推荐一□特殊的治□方法，如LEEP（□形□切□）□去除□□常□胞。按照□□人□的建□□加□□□□得最佳□果是非常重要的。

我的子□□癌□□□果不正常。我是否得了癌症？ I HAD AN ABNORMAL CERVICAL CANCER SCREENING TEST RESULT. DO I HAVE CANCER?

被告知巴氏涂片□果□常是相□常□的，但□□并不意味着□有癌症。大多□□□□胞的□化都□在巴氏涂片□□中被及早□□，在□成癌症之前，要□自行消退，要□得到很容易的治□。如果□的巴氏□□□果□常，□□收到□□□□。根据建□按□□□很重要。

我的子□□癌□□□果不正常，我□□如何告□我的伴□？我□□停止性生活□？ I HAD AN ABNORMAL PAP TEST, WHAT DO I TELL MY PARTNER? SHOULD I STOP HAVING SEX?

□□□角度□看，□不需要停止性生活或告□□的伴□。□于□伴□交□方面的更多信息，□□□□□的伴□□□ HPV小□。



## HPV 型特异性 HPV TYPE - SPECIFIC

虽然巴氏涂片是BC省目前宫颈癌的常规标准，但世界上一些地方已开始使用HPV型特异性检测。HPV检测可以检测出是否存在高危型HPV，检测出有宫颈癌的人，甚至在细胞学变化之前就能检测出。

HPV检测不是BC省的常规标准，用巴氏涂片进行检测和预防宫颈癌仍然非常有效。虽然BC省的一些私营实验室可以提供HPV特异性检测，但这种方法在BC省不是常规标准，也不是BC省常规检测的一部分。

## 肛门癌 Anal cancer screening

肛门癌虽然罕见，但却是又一类可以预防的HPV相关癌症。如果有接受性肛交，可能增加向生殖器有关性传播疾病和肛门癌的风险。在某些人群中，如HIV感染者或有宫颈癌病史的女性，由于肛门癌的风险高于平均水平，可以建议做肛门巴氏涂片。肛门巴氏涂片类似于肛涂片，是在肛门的常规细胞学检查前找出一些细胞。

目前，研究表明不建议在普通人群中行肛门巴氏涂片，因为HPV非常普遍，大多HPV感染无需任何治疗就消退，而不伴有症状，而且肛门癌在普通人群中相当罕见。

## 口腔癌 Oral cancer screening

HPV可导致口腔癌和咽喉癌。口腔癌和咽喉癌在普通人群中相当罕见。如果吸烟和喝酒，患口腔癌和咽喉癌的风险可能更高。

大多牙科在做常规牙科检查时，都可能会检查口腔癌。如果口腔不正常的口腔或口腔不能愈合感到疼痛，去看牙医或医生。目前检测有口腔癌或咽喉癌的HPV检测。



# 如果感染了HPV If you have HPV

## 治疗生殖器疣 Treating genital warts

生殖器疣可能出于美观的原因而行治疗，去除疣体。多人选择不治疗生殖器疣，而是等待身体自然清除病毒。治疗可以去除可见的疣体，使之消失，但不治愈HPV或使HPV有免疫力。疣体有可能复发。

治疗可以由医生或在一些诊所进行。生殖器疣的治疗可包括冷冻法（用液氮冷冻）或直接在皮肤上涂抹药液、药膏或凝胶。如果疣体常复发，可能有反应，可能需要去看医生治疗生殖器疣的皮肤科医生。皮肤科医生使用的其他治疗方法包括激光治疗和电灼。

## 消解诊断的冲击 working through your diagnosis

虽然HPV很常见，一般可自行消失，而且通常不引起症状，但人最初得知自己染上病毒，心情会很糟。有些人，尤其是那些已对HPV有一定了解的人，不感到困惑。另一些人可能感到不安

和不知所措。多人的感受介于两者之间。

关于性传播疾病，包括HPV在内，有很多可靠的信息和名称。有疑问和担心是正常的。获取信息教育自己，进行良好的自我保健，回归正常的生活，其中包括性生活。所有这些都可以帮助你保持平衡，保持理智和可控的性传播疾病保持理智的看法。

## 持续的挑战 Ongoing challenges

有些人可能感到陷在自己的情绪反应中，难以前行。如果某些情况得人不堪重负，持续数月，或正在影响发挥正常功能能力，就要考虑向外部寻求支持。

可能通过，个人或咨询交友，有帮助，可以有一安全保密的空间处理的情况。

## 与伴侣谈HPV Talking to partners about HPV

HPV是一种很常见的病毒，大多有性行为的人最都可能接触到病毒。事实上，可以假设和伴侣在某时候感染HPV或已感染，安全的性生活策略是有帮助的。假设可以避免HPV是不现实的。

无论或伴侣是否被确诊患有HPV，重要的是不要指责或羞辱。有方法确定HPV是什么时候传染上的，是由谁感染的。

## 为什么HPV不像淋病或衣原体那样是一种要报告的感染？ WHY IS HPV NOT A REPORTABLE INFECTION LIKE GONORRHEA OR CHLAMYDIA?

一些性传播疾病，如衣原体、淋病和梅毒，要向公共卫生部报告，以帮助确保需要治疗和抗生素治疗的伴侣都得到通知。HPV不需要抗生素治疗，也不是要报告的感染。

## 我必须告诉我的伴侣吗？ DO I HAVE TO TELL MY PARTNERS?

是否与您的伴侣谈HPV，始终是您的选择。HPV很常见，我们知道大多数人都会接触到它，它通常会自行消失，而且有一些测试，如宫颈筛查，可以监测HPV可能引起的并发症。医疗保健系统有很好的措施来照顾每个人，即使没有接种疫苗者亦然。这意味着没有必需告诉伴侣的医学理由。

## 安全性行□□源SMART SEX RESOURCE

 <https://smartsexresource.com/topics/human-papillomavirus-hpv>

 <https://smartsexresource.com/topics/genital-warts>

性健康□所搜索工具：  
SEXUAL HEALTH CLINIC FINDER:

 <https://smartsexresource.com/get-tested/clinic-finder>

## BC省性健康□□

BC OPTIONS FOR SEXUAL HEALTH


通□□站提出□□，会收到□子□件回□。


 <https://www.optionsforsexualhealth.org/>

## 性意□□□□SEX SENSE PHONE LINE

性健康□□（Options for Sexual Health）提供的免□、保密的性健康□介和信息服□。

太平洋□准□□周一至周五上午9□至□上9□

 **1-800-739-7367** BC省内

 **604-731-7803** 低□平原

## HPV信息HPV INFO

□□信息□站由加拿大□□科□□□□□□。

 [hpvinfo.ca](http://hpvinfo.ca)

## BC省免疫接种IMMUNIZE BC

 <https://www.immunizebc.ca/hpv>


## BC省癌症□□ BC CANCER

子□□□□：

 <http://www.bccancer.bc.ca/screening/cervix>

□于HPV的常□□答：

 <http://www.bccancer.bc.ca/our-research/participate/cervical-screening#HPV--&--testing--FAQs>

 <http://www.bccancer.bc.ca/our-research/participate/cervical-screening#Positive--results--FAQs>

CDC

BC省疾控中心  
省口岸卫生管理局

SMART  
RESOURCE