

# HPV:

---

## 환자 안내서

# HPV: 환자 안내서

## 머리말

사람 유두종 바이러스(human papillomavirus, HPV)는 항문과 생식기 부위에 영향을 주는 40종을 포함하여 종류가 100가지가 넘는 아주 흔한 바이러스입니다. 실제로, HPV는 단연 가장 흔한 성 매개 감염(sexually transmitted infection, STI)이며, 피부 대 피부 접촉으로 쉽게 걸릴 수 있습니다.

대부분 종류의 HPV는 무해하고 눈에 띄지 않지만, 일부 종류는 지속되면 몸에 상당한 영향을 줄 수 있습니다. HPV의 종류는 다음 두 그룹으로 나뉩니다: "저위험"형과 "고위험"형. 일부 저위험형으로는 사마귀가 생길 수 있지만, 일부 고위험형으로는 세포 변화가 생겨 암이 될 수도 있습니다. 아무 증상(예: 생식기 사마귀)도 없는 대다수 사람들은 바이러스가 몸에서 저절로 사라집니다.

지금은 더 흔한 종류의 HPV를 예방하는 백신이 있습니다. HPV 백신을 맞지 않으면 성생활을 하는 대부분 사람들은 일생에 한 종류 이상의 HPV에 걸립니다.

HPV란?.....	3
누가 HPV에 걸리나요?.....	5
HPV 예방.....	6
HPV 검사.....	8
HPV에 걸리는 경우 .....	10
도움이 되는 정보.....	11



사람 유두종 바이러스(HPV)는 아주 흔한 바이러스입니다. 실제로 가장 흔한 성 매개 감염입니다. HPV의 종류는 100가지가 넘습니다. 이 중 약 40가지가 항문과 생식기 부위에 영향을 줄 수 있으며, 성적인 피부 대 피부 접촉으로 전염됩니다.

지금은 더 흔한 종류의 HPV를 예방하는 백신이 있습니다. HPV 백신을 맞지 않으면 성생활을 하는 대부분 사람들은 일생에 한 종류 이상의 HPV에 걸립니다. 대다수 사람들에게 이 바이러스는 증상이나 문제를 일으키지 않고 몸에서 저절로 사라집니다.

증상이 나타나는(예: 생식기 사마귀) 사람들도 대부분 증상이 결국 사라집니다.

대부분 종류의 HPV는 무해하고 눈에 띄지 않지만, 일부 종류는 지속되면 몸에 영향을 줄 수 있습니다. HPV의 종류는 다음 두 그룹으로 나뉩니다: "저위험"형과 "고위험"형.

일부 저위험형으로는 사마귀가 생길 수 있지만, 일부 고위험형으로는 세포 변화가 생겨 암이 될 수도 있습니다.

## 저위험형 HPV

두 종류의 저위험형 HPV인 6형과 11형이 대부분 생식기 사마귀를 유발합니다. 생식기 사마귀는 성기나 항문, 주변 부위의 표면이나 안에 일시적으로 생기는 무해한 혹입니다. 생식기 사마귀는 평평하거나 돌은 살색 또는 어두운 색의 혹으로 하나 이상 나타날 수 있으며, 모양은 불규칙하거나 꽃양배추처럼 보이기도 합니다. 가렵거나 거의 눈에 띄지 않을 수도 있습니다. 때로는 피가 날 수 있습니다.

생식기 사마귀는 HPV 접촉 후 몇 주에서 여러 달 또는 여러 해 사이에 언제든 나타날 수 있습니다. 대개 2년 안에 사라지지만, 재발할 수도 있습니다. 생식기 사마귀가 몸에서 얼마나 빨리 사라지는지는 전반적인 건강과 면역계 상태에 따라 다릅니다. 예를 들어, HPV는 흡연자보다 비흡연자에게서 더 빨리 사라질 수 있는데, 흡연이 면역계에 영향을 주기 때문입니다.

저위험형 HPV는 암을 유발하지 않으며, 의학적 위험과 연관이 없습니다. "꿀칫거리"나 미관상 문제로 여겨질 수 있습니다.

성관계를 하거나 "끝까지 간" 적이 없어도 HPV에 걸릴 수 있나요?

성기나 입, 항문 부위가 다른 사람의 그런 부위와 접촉하면 삽입 성교를 한 적이 없어도 HPV에 걸릴 수 있습니다. HPV는 피부 대 피부 접촉으로 전염되므로 속옷을 입지 않고 성기를 비비거나 문지르면 바이러스가 옮을 수 있습니다.

콘돔을 항상 사용하는데도 HPV에 걸릴 수 있나요?

콘돔을 착용하면 HPV를 파트너 사이에서 옮길 가능성이 줄어들지만, 완전한 보호는 안 됩니다.

생식기 사마귀가 있지만 제거했습니다. 그럼 HPV가 더는 없다는 건가요?

생식기 사마귀 제거는 주로 미적인 목적이지만 HPV 치료는 아닙니다. 사마귀는 대개 성공적으로 제거할 수 있지만, 나중에 재발할 수 있습니다. 사마귀를 제거한다고 해서 HPV 바이러스 자체를 제거하거나 사마귀 재발을 막는 것은 아닙니다.

내 파트너에게 생식기 사마귀가 있다고 하는데 이 때문에 내가 암에 걸릴 위험이 있나요?

생식기 사마귀를 유발하는 HPV의 종류와 다양한 암을 유발할 수 있는 HPV의 종류는 다릅니다.

HPV/사마귀는 2년이면 사라진다고 하는데 내 사마귀는 왜 더 오래 가나요?

전부는 아니라도 대부분 평균 2년 안에 생식기 사마귀의 징후가 보이지 않게 되며, 더 빨리 해결되거나, 더 오래 걸리는 사람들도 있습니다. 밝혀지지 않은 이유에 대한 연구가 아직 진행 중입니다. 사마귀가 2년 후에도 사라지지 않으면 의료 제공자에게 부인과 의사나 피부과 의사에게 보내 달라고 하세요.

## 고위험형 HPV

다른 한 종류의 HPV를 "고위험"형이라고 하며, 몸에서 제거되지 않으면 합병증을 일으킬 수 있습니다. 이 경우, HPV가 암 이전 상태가 되거나 암으로 진전되는 세포 변화를 가져올 수 있습니다.

대부분 경우, 고위험형 감염은 저절로 사라집니다. 고위험형 HPV가 지속되고 저절로 사라지지 않으면 세포 변화를 일으킬 수 있습니다. 이런 변화를 발견하여 치료하지 않으면 자궁목, 질, 바깥 생식 기관, 항문, 음경, 목구멍에 암이 생길 수 있습니다.

고위험형 HPV에 걸리는 사람들 대부분은 암이 생기지 않음을 기억하는 것이 중요합니다. 무슨 종류이든 대부분 사람들은 2년 안에 HPV 감염을 해결하게 됩니다. 정례 자궁목 선별 검사(PAP 검사)는 자궁목암을 검사하는 가장 좋은 방법입니다. 자궁목 선별 검사를 하면 암 이전 세포를 암이 되기 전에 발견하고 치료할 수 있습니다(HPV 검사 색션 참조). 항문암, 인후암 등 HPV 관련 기타 암들도 연구로 계속 알아내고 있으므로 다른 암들에 대하여 널리 사용되는 선별 검사는 아직 없습니다.

HPV 백신 접종은 HPV 관련 암 및 생식기 사마귀와 연관된 대부분 종류의 예방에 유효합니다.

## 랩(PAP) 검사란?

PAP 검사(자궁목암 선별 검사라고도 함)는 자궁목에 있는 비정상 세포를 암이 되기 전에 찾는 검사입니다. PAP 검사로는 암이 되기 전 세포를 발견하고 치료할 수 있도록 세포의 변화를 확인합니다. 자궁목암을 조기에 발견하여 치료하면 건강에 더 좋은 결과로 이어집니다. 자궁목 선별 검사는 증상 여부와 HPV 백신 접종 여부와 관계없이 자궁목이 있는 모든 사람에게 권장됩니다.

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



# 누가 HPV에 걸리나요?

간단히 대답하면, 성생활을 하는 대부분 사람들이 성생활을 시작하기 *전*에 백신을 맞지 않으면 일생에 적어도 한 번은 HPV에 감염됩니다.

HPV는 가장 흔한 성 매개 감염(STI)으로, 감기처럼 흔한 STI라고 생각하면 됩니다. 살아가면서 종류를 막론하고 성적 접촉을 한 적이 있다면, 심지어 파트너가 단 한 명이라도, HPV에 접촉했을 가능성이 있습니다.

HPV 백신을 맞지 않은 사람들 중 약 80%가 인생의 어느 시점에 HPV에 걸릴 것으로 추정됩니다. 대부분 사람들에게 HPV 바이러스는 해소됩니다(절대로 사라짐). HPV 감염률은 HPV 백신 접종자들이 많아지면서 내려갈 것으로 예상됩니다.



## 전염

HPV는 성활동 중 피부 대 피부 접촉으로 전염됩니다. 여기에는 성기 마찰, 삽입 성교(질 또는 항문 성교), 구강성교, 성인용품 공유, 성기 만지기 등 항문과 성기 부위에 대한 온갖 종류의 성적 접촉이 포함됩니다. HPV는 눈에 보이는 사마귀가 없거나 사마귀가 없어져도 여전히 존재할 수 있습니다.

HPV는 너무 흔해서 대부분 사람들이 언젠가는 걸리므로, 이를 피한다는 것은 비현실적입니다. 사마귀나 다른 HPV의 징후가 있든 아니면 치료 중이든 성관계를 중단할 필요는 없습니다.

임신 중이면 HPV가 엄마에게서 아기에게도 전염될 수 있습니다. 그러나 그렇다고 아기에게 HPV와 관련한 합병증이 있을 것이라는 뜻은 아닙니다. 태중 모자 간 HPV 전염 및 이와 관련한 위험 수준에 관하여는 아직 충분히 알려져 있지 않습니다.

HPV는 일반적인 가정 활동으로 전염되지 않습니다. 한 침대에서 같이 자거나 화장실을 함께 사용해도 HPV에 걸리지 않습니다. HPV는 변기 좌대나 수건, 욕조, 온탕, 수영장, 감염자의 혈액이나 기타 체액으로 전염되지 않습니다.

## HPV는 사라져도 재발하나요?

특정 HPV 종류가 완전히 해소되지 않는 사람들도 있습니다. 이런 종류는 몸에서 휴면 상태이거나 "비활성" 상태이지만, 어느 시점에 다시 깨어날 수 있습니다. 때로는 극심한 스트레스를 받거나 화학 요법 같은 특정 약물 치료를 받는 것처럼 몸이 평소보다 더 스트레스를 받아 면역계가 영향을 받을 때 그런 일이 일어납니다.

이런 종류를 완전히 해소했지만, 나중에 다시 걸리는 일도 가능합니다. 또한, 한 종류에 감염된 후 다른 종류의 HPV에 노출되면 그것에 감염되는 일도 충분히 가능합니다. 한 종류의 HPV에 감염됐다고 해서 다른 종류의 HPV에 노출돼도 걸리지 않는 것은 아닙니다. 이유와 상관없이 HPV가 재발하는 사람들도 있을 수 있습니다.

## HPV가 있었지만, 사마귀를 제거했습니다. 언제 다시 성관계를 할 수 있나요?

HPV는 사마귀가 없을 때도 다른 사람에게 전염될 수 있습니다. 그러나 사마귀는 주로 미적인 우려의 대상이며, 성관계를 하지 않을 의학적 이유가 없습니다.

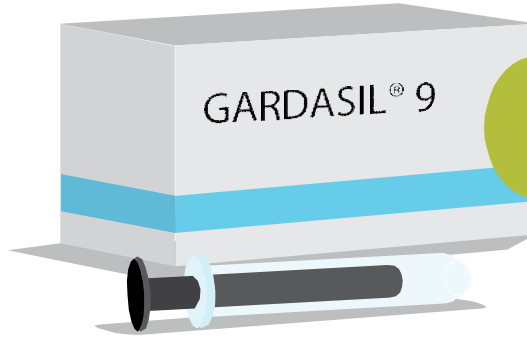
## 백신

백신 접종은 HPV에서 자신을 보호하는 가장 효과적인 방법입니다. 캐나다 브리티시 컬럼비아주에서는 HPV 백신을 10년간 사용한 결과 안전성과 효과가 모두 입증되었습니다. HPV 백신에 관한 자세한 정보는 [www.immunizebc.ca/hpv](http://www.immunizebc.ca/hpv)를 보세요.

BC주에서 현재 사용되는 HPV 백신은 가다실9(Gardasil 9)입니다. 가다실9은 널리 사용되고 있고 아홉 종의 HPV를 예방하며 모든 사람에게 적합합니다. 백신 접종으로 모든 종류의 HPV에서 보호되는 것은 아니지만, 암과 생식기 사마귀의 원인이 되는 대부분 변종에 대한 보호력이 우수합니다.

### 아시나요?

가다실9으로는 자궁목암의 90%, 생식기 사마귀의 90%를 유발하는 9종의 HPV를 예방합니다. 자궁목, 외음부, 질 암을 일으키는 HPV 16, 18, 31, 33, 45, 52, 58형, 생식기 사마귀 및 항문과 생식기에 암 이전 병변을 일으키는 HPV 6형과 11형, 항문암을 일으키는 HPV 16, 18, 31, 33, 45, 52, 58형 등이 이에 해당합니다.



HPV 백신은 성적 접촉이 있기 전인 어린 나이에 맞을 때 가장 효과적이므로 학령기 어린이에게 정례 백신 접종으로 제공됩니다. HPV 백신은 생식기를 암에서 보호하는 유일한 백신입니다. HPV 백신은 만 15세(면역 반응에 가장 알맞은 나이) 미만에게 2회 순차 접종하고 만 15세 이상에게는 3회 순차 접종합니다.

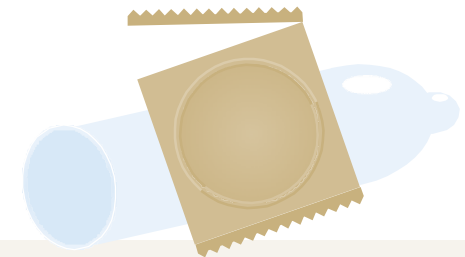
학교에서 백신 접종을 받지 않았다면 여전히 나중에 받을 수 있습니다. 가다실9은 만 45세 이하로 자궁목이 있는 사람, 만 26세 이하로 자궁목이 없는 사람, 모든 나이의 남성과 성관계 하는 남성, 만 27세 이상인 HIV 감염자에게 권장됩니다. 그러나 이런 나이 또는 성별 범위를 벗어나도 성생활을 하거나 자궁목 또는 항문에 암 전 단계 치료를 받은 적이 있으면 여전히 백신을 권장하는 전문가들도 있습니다.

HPV에 한 번 감염되었어도 재발에 대한 면역이 생기는 것은 아니므로 과거에 HPV에 걸렸어도 백신을 맞는 것이 여전히 유익할 수 있습니다. 백신이 좋은 선택인지 의료 제공자와 상담하세요.

가다실9 백신을 무료로 맞을 자격이 있으면 거주지 보건소나 지역 사회 보건 센터, STI 진료소에서 맞을 수 있습니다. 백신을 무료로 맞을 자격이 없으면 백신 접종 비용을 자비로 부담하면 됩니다. 또한, 직장 의료 보험이나 보험 회사가 비용을 부담할 수도 있습니다(의사의 처방이 있어야 보험 회사가 청구를 수락할 수도 있습니다). 유료 백신 접종은 의료 제공자나 약국, 여행 클리닉에서 받으면 됩니다.

## 차단 피임법

콘돔과 기타 차단 피임법은 HPV가 기타 피부 대 피부 접촉으로 전염될 수 있기에 완전한 보호 수단이 아니더라도 HPV 전염 가능성을 줄일 수 있습니다. 또한, 콘돔으로는 임질, 클라미디아, 매독, HIV 등 다른 STI도 방지됩니다. 콘돔 사용은 STI에 걸릴 위험을 줄이는 좋은 방법입니다.



## BC주에서는 누가 HPV 가다실9 백신을 무료로 맞나요? (2019년 현재)

- 모든 성별의 6학년 어린이
- 6학년 때 백신 순차 접종을 시작하지 않은 사람은 만 19세(2006년 이후 출생) 전에 순차 접종을 시작할 자격이 있지만, 만 19세가 되면 자격이 없습니다.
- HIV가 있는 만 9~26세
- 만 9~26세 트랜스젠더
- 다음에 해당하는 만 9~26세 남성
  - 다른 남성과 성관계를 함
  - 아직 성생활을 하지는 않지만, 자신의 성적 지향을 의심함
  - 정해진 주거가 없음
- 아동 가족 개발부(Ministry of Children and Family Development, MCFD)가 보호하는 만 9~18세 남아
- 청소년 구급 서비스 센터에 있는 남자 청소년

## 백신 접종을 1회 놓쳤는데 순차 접종을 다시 시작해야 하나요?

아니요, 순차 접종을 다시 시작하지 않아도 됩니다. 순차 접종에서 다음 번 주사를 맞으면 됩니다.

## 이미 HPV가 있는데 백신을 맞으면 완치될까요?

HPV 백신으로 기존 종류의 HPV가 완치되지는 못합니다. 그러나 백신이 적용되는 다른 종류의 HPV에서는 보호됩니다. 다른 STI와 달리 HPV는 완치법이 없지만, 몸의 여러 부분에서 HPV의 영향을 다룰 수 있는 치료법이 있습니다.

## 서바릭스나 가다실4 같은 초기형 HPV 백신을 맞았다면 가다실9를 맞아야 하나요?

이는 의료 제공자와 상의하여 본인이 개인적으로 결정할 일입니다. 가다실4로는 자궁목암과 생식기 사마귀를 유발할 가능성이 가장 큰 4종의 HPV에서 보호되는 한편 가다실9으로는 추가 5종에서 보호됩니다.

가다실4 백신 접종을 이미 받았다면 가다실9 백신 접종은 정부 보조금 대상이 아니므로 추가 백신은 본인이 비용을 부담하여야 할 것입니다.

가다실4 백신을 시작했지만 아직 완료하지 않았다면 가다실9으로 마칠 수 있습니다. 예를 들어, 가다실4 주사를 1회 맞았다면 가다실9 주사를 2회 맞으면 됩니다. 이것으로 HPV 6, 11, 16, 18형 예방은 충분히 될 것입니다.

그러나 31, 33, 45, 52, 58형은 예방이 안 될 수 있는데, 3회 중 2회만 맞기 때문입니다.

## 학교에서 HPV 백신을 맞지 못했습니다. 지금 어디서 무료로 맞을 수 있나요?

누구나 HPV 백신을 무료로 맞을 수 있는 것은 아닙니다. 거주지 보건소(health unit, public health unit, community health centre, primary care home라고도 함)에서 HPV 백신을 무료로 맞을 수 있는지 확인하면 됩니다. 일부 STI 클리닉에서도 이 백신을 취급할 수 있습니다.

## 건강한 생활 전략으로 면역력을 높이세요

다음과 같이 면역계를 건강하게 유지하기 위해 실제로 할 수 있는 일들이 많습니다.

- 충분한 수면을 취합니다
- 과일, 채소, 미량 영양소가 풍부한 건강식을 먹습니다
- 규칙적으로 운동합니다
- 흡연을 줄이거나 금연합니다
- 술을 마시면 적당량을 마십니다
- 스트레스를 최소화하거나 건강하게 관리합니다

# HPV 검사

저위험형 HPV 특정 검사는 BC주에서 하지 않습니다. 대부분 저위험 감염은 짧게 지속되고 대개 증상 없이 저절로 해결되기에 검사는 유용한 편이 아닙니다.

## 생식기 사마귀 진찰

생식기 사마귀에 대한 특별한 검사는 없습니다. 성기에 덩어리나 혹이 있고 우려된다면 의료 제공자가 진찰하며 생식기 사마귀나 기타 STI, 피부 문제의 징후를 살필 수 있습니다. 이 검사는 정례적인 STI 검사 중에 할 수 있습니다.

## 정례 자궁목암 선별 검사(PAP 검사)

자궁목암은 가장 예방 가능한 암 종류의 하나입니다. 이 암은 고위험형 HPV 감염이 장기간 지속적으로 자궁목 세포에 변화를 일으킬 때 발생합니다.

자궁목 선별 검사(PAP 검사)로 이 같은 세포 변화를 살핍니다. 이 검사로 자궁목에 있는 암이 되기 전의 비정상적인 세포를 찾고 시간 경과에 따른 변화를 모니터링합니다. 이런 변화는 매우 느리게 일어나므로 만 25세부터 3년마다 PAP 검사를 받는 것이 좋습니다.

자궁목이 있고 만 25~69세이며, 살면서 구강성교나 손으로 하는 성교(성기를 손으로 만짐)를 포함하여 어떤 종류로든 성적 접촉을 한 적이 있으면, 이 BC 선별 검사 프로그램에서는 의료 제공자가 하는 자궁목 선별 검사를 권합니다.

자궁목 선별 검사에 관한 자세한 내용은 [www.bccancer.bc.ca/screening/cervix](http://www.bccancer.bc.ca/screening/cervix)를 보세요.

## 비정상 자궁목 선별 검사(PAP 검사) 결과

PAP 결과가 비정상인 경우는 아주 흔하며, 자궁목암이 있다는 뜻은 아닙니다. PAP 검사 결과 비정상이란 일부 자궁목 세포가 비정상적으로 보여 더 자세한 확인이 필요하다는 뜻입니다. 반복 PAP 검사 같은 추가 검사를 의뢰하거나 자궁목을 더 자세히 살펴보고 필요하다면 작은 검체를 채취하여 후속 검사를 할 수 있는 질 확대경 검사를 의뢰하기도 합니다.

비정상적인 자궁목 세포는 저절로 해소되거나 의료 제공자가 LEEP(고리 전기 절제술, Loop Electrosurgical Excision Procedure) 같은 특수 치료를 권하여 비정상 세포를 제거하기도 합니다. 최상의 결과를 얻으려면 의료 제공자가 원하는 추적 진료 예약에 참석하는 것이 매우 중요합니다.

자궁목암 선별 검사 결과가 비정상입니다. 암이 있는 건가요?

PAP 결과가 비정상이라고 듣는 경우는 꽤 흔하며, 암이 있다는 뜻은 아닙니다. 대부분 자궁목 세포 변화는 PAP 검사로 조기에 발견되며, 저절로 해결되거나 암이 될 수 있기 전에 쉽게 치료됩니다. PAP 결과가 비정상이면 추적 진료 안내를 받습니다. 권장되는 추적 진료 예약에 모두 참석하는 것이 매우 중요합니다.

PAP 검사 결과가 비정상이면 파트너에게 뭐라고 말하나요? 성관계를 중단해야 하나요?

의학적인 관점에서 성관계를 중단하거나 파트너에게 말할 필요는 없습니다. 파트너와 이야기하는 것에 관한 자세한 내용은 *파트너에게 HPV 이야기하기* 섹션을 참조하세요.



## HPV 종류 특정 검사

PAP 검사는 BC주 자궁목암 선별 검사의 현재 표준이지만, 전 세계 일부 지역에서는 자궁목암 선별 검사에 HPV 검사를 사용하기 시작했습니다. HPV 검사는 자궁목 세포에 변화가 생기기 전이라도 고위험 HPV 존재 여부를 탐지하고 자궁목암 위험이 있는 사람들을 식별합니다.

HPV 검사는 아직 BC주 표준 진료는 아니며, PAP 검사로 하는 자궁목 선별 검사는 자궁목암 예방에 여전히 매우 효과적입니다. BC주에는 일부 민영 검사실에서 개인이 비용을 부담하고 이용하는 HPV 특정 검사가 있지만, 이 접근법은 BC주 진료 표준이 아니며, BC주 자궁목 선별 검사 프로그램의 일부가 아닙니다.

## 항문암 선별 검사

드물지만 항문암은 예방 가능한 또 하나의 HPV 관련 암입니다. 항문 삽입 성교를 한다면 의료 제공자와 STI 검사와 항문암 선별 검사 여부를 상담하는 것이 좋을 것입니다. HIV 감염자나 자궁목암 병력이 있는 여성 같은 일부 집단에서는 항문암의 위험이 평균 이상이므로 항문 PAP 검사가 권장될 수 있습니다. 자궁목 PAP 검사와 비슷하게 항문 PAP로는 항문 내 비정상 세포가 암이 될 수 있기 전에 이를 찾습니다.

현재는 연구 결과 HPV가 매우 흔하고, 대부분 HPV 감염이 치료나 합병증 없이 해소되며, 항문암이 일반 대중에게서 상대적으로 드물다는 사실 때문에 일반 대중에게 항문 PAP 검사를 권장하지 않습니다.

## 구강암 선별 검사

HPV는 때때로 구강암과 인후암을 유발할 수 있습니다. 구강암과 인후암은 일반 대중에게서 상대적으로 드뭅니다. 담배를 피우고 술을 마시면 구강암과 인후암 위험이 더 커질 수 있습니다.

대부분 치과의는 정례 치과 검진의 일부로 구강암 육안 선별 검사를 합니다. 입안에 평소와 다른 현데나 혹이 있는데 낫지 않아 우려되면 치과의나 의료 제공자를 만나세요. 구강암이나 인후암 HPV 검사는 없습니다.



# HPV에 걸리는 경우

## 생식기 사마귀 치료

생식기 사마귀는 미적인 이유로 혹을 제거하는 치료를 하기도 합니다. 생식기 사마귀를 치료하지 않는 대신 몸에서 바이러스가 자연히 제거되기를 기다리는 사람들이 많습니다. 보이는 사마귀는 치료로 제거하여 더는 안 보일 수 있지만, HPV가 완치되거나 HPV 면역이 생기는 것은 아닙니다. 사마귀는 재발할 수도 있습니다.

치료는 의료 제공자나 일부 클리닉에서 할 수 있습니다. 생식기 사마귀 치료법으로는 냉동 요법(액체 질소로 얼리는 것) 또는 약물 첨가액이나 크림, 젤을 피부에 직접 바르는 방법이 있을 수 있습니다. 사마귀가 일반 치료에 반응하지 않으면 생식기 사마귀 치료를 전문으로 하는 전문의에게 의뢰하기도 합니다. 전문의가 사용하는 기타 치료법으로는 레이저 요법과 전기 지짐술이 있습니다.

## 진단 후 자기 관리

HPV는 매우 흔하고, 일반적으로 저절로 사라지며, 대개 합병증을 유발하지 않지만, 감염 사실을 처음 알게 되면 다양한 감정이 들 수 있습니다. 이미 HPV를 어느 정도 알고 있든가 해서 대수롭지 않게 여기는 사람들이 있는가 하면,

기분이 언짢거나 어쩔 줄 모르는 사람들도 있습니다. 많은 사람이 그 사이에 있는 감정을 경험합니다.

HPV 등 STI에 대하여 잘못된 정보와 오명이 많습니다. 의문과 우려가 드는 것은 정상입니다. 정보를 스스로 알아보고, 자기 관리를 잘하고, 성생활을 포함하여 평소 생활로 돌아가세요. 그러면 아주 흔하고 관리 가능한 이 STI를 균형감 있게 대하는 데 도움이 될 것입니다.

## 지속적인 극복 과제

감정에 매여 헤어지기 어려운 사람들도 있을 수 있습니다. 감정이 주체하기 힘들거나, 여달 계속되거나, 생활 능력에 영향을 주고 있다면, 외부에서 도움을 받는 것을 생각해 보세요.

보건 전문가나 상담사와 이야기하여 감정을 헤쳐 나갈 안전하고 신뢰할 수 있는 공간을 마련하는 것이 도움이 될 수도 있습니다.

## 파트너에게 HPV 이야기하기

HPV는 아주 흔한 바이러스이며, 성생활을 하는 대부분 사람들은 언젠가는 노출됩니다. 실제로, 성관계에 관한 결정을 할 때 나와 파트너가 어느 시점에든 HPV에 걸리거나 이미 걸렸다고 추정하는 것이 도움이 됩니다. HPV를 피할 수 있다고 추정하는 것은 비현실적입니다.

자신이나 파트너가 HPV 진단을 받은 적이 있든 없든 비난하거나 수치스러워하지 않는 것이 중요합니다. HPV가 언제 또는 누구에게서 옮았는지 확실히 알아낼 방법은 없습니다.

## HPV는 왜 임질이나 클라미디아 같은 보고 대상 감염이 아닌가요?

클라미디아, 임질, 매독 등 일부 STI는 공중 보건 당국에 보고하여 검사와 항생제 치료가 필요한 모든 파트너에게 반드시 통보하는 데 도움이 되게 하고 있습니다. HPV는 항생제가 필요하지 않으며, 보고 대상 감염이 아닙니다.

## 파트너에게 알려야 하나요?

HPV를 파트너에게 이야기할지는 언제나 본인의 선택입니다. HPV는 너무 흔해서 대부분 사람들이 접촉하게 되고, 대개 저절로 사라지고, HPV로 유발 가능한 합병증을 모니터링할 수 있는 자궁목 선별 검사 같은 검사가 있다는 사실을 우리는 압니다. 의료 제도에는 좋은 대책이 마련되어 있어 백신 접종을 받지 않았어도 누구나 진료를 받습니다. 이는 파트너에게 알릴 의료적 필요가 없다는 뜻입니다.

# 도움이 되는 정보

## 스마트 섹스 리소스

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


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

성 건강 클리닉 찾기

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

## 성 건강을 위한 BC주 내 옵션


웹 사이트에서 질문하고 이메일로 답변을 받으세요.


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

섹스 센스 도움의 전화

Options for Sexual Health가 제공하는 무료, 비밀 보장 성 건강 소개 및 정보 서비스.

월~금, 오전 9시~오후 9시(PST) 이용 가능

 1-800-739-7367(B.C주 어디서나)

 604-731-7803(로어 메인랜드)

## HPV 정보

이 정보 사이트는 캐나다 산부인과 의사 협회(Society of Obstetricians and Gynaecologists of Canada)에서 관리합니다

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

## IMMUNIZE BC


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


## BC CANCER

자궁목 선별 검사

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

HPV에 관한 질문과 답변

 <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>

