

健康新风尚

# 海南轻茶 引领健康

海南日报全媒体记者 郭畅



“医生，我去年才打了九价疫苗，怎么现在查出HPV（人乳头瘤病毒）阳性？”在海南妇女儿童医学中心妇科门诊，一位患者拿着检查结果满脸困惑。

这样的疑问并不少见。许多女性认为，接种了HPV疫苗就等同于为宫颈上了“绝对保险”，然而事实并非如此。

“接种HPV疫苗并不意味着能‘一劳永逸’。”海南妇女儿童医学中心妇科主任赵晓红解释道，“这可能是女性朋友们对HPV疫苗最大的认知误区。”

目前市面上的HPV疫苗覆盖的病毒亚型

有限：二价覆盖16、18亚型；四价覆盖6、11、16、18亚型；九价覆盖6、11、16、18、31、33、45、52、58亚型。而临床上已经发现的HPV病毒有200多种亚型，其中14种属于高危型可致癌。

“即使接种了覆盖最广的九价疫苗，也只能预防约92%的宫颈癌，仍有一部分宫颈癌是现有疫苗无法预防的。”赵晓红强调，“这就是为什么我们建议有性生活的女性，即使接种了疫苗，仍要定期进行HPV和TCT联合筛查。”

“医生，我查出HPV阳性，是不是很快就会得宫颈癌？”这是门诊中常见的另一个担忧。

赵晓红对此给出了专业解答：“宫颈癌是目前人类所有癌症中唯一病因明确，可以通过早期预防和治疗消除的癌症。从HPV持续感染到上皮细胞病变，形成宫颈癌前病变，再发展成宫颈浸润癌，这是一个漫长的过程，通常需要数年甚至十几年。”

她进一步解释：“大部分HPV病毒感染后会被人体免疫系统清除，只有少数人出现高危型HPV持续感染，而宫颈癌大多是由此类情况引发。”

对于已经感染HPV的女性，接种疫苗仍然有价值。“HPV型别有200多种，即使感染了某种型别的HPV，接种疫苗仍可以预防其他型别的感染，起到有效的保护作用。”赵晓红说。

“医生，我私生活并不乱，为什么会感染HPV？”这个问题背后，往往带着深深的自责和羞耻感。

赵晓红表示，约有80%的女性一生中都被感染过HPV，其中大部分感染会被自身免疫力清除。“即便只有单一性伴侣也有感染HPV的可能。虽然性行为是HPV最常见的传播途径，但是破损的皮肤或黏膜与被HPV污染的新鲜体液直接接触，也有感染的可能。”

她强调：“感染HPV并不意味着私生活混乱，但是保持健康的行为方式、养成良好的生活习惯可以降低HPV感染的风险。”

“我的男朋友/老公需要做HPV检查吗？”这是另一个常见问题。

赵晓红解释，男性感染HPV大多没有明显症状，从而导致人群中存在大量无症状的HPV携带者，这无形中增加了女性感染HPV

的风险。“因为男性生殖器周围干燥，并不适合病毒生长，同时采样也比女性更困难，容易导致检测样本病毒浓度不高，出现漏诊假阴性等现象。”

她建议，当男性出现了不寻常的疣、异常肿块或溃疡时，需要及时就医。

高危型HPV持续感染是导致宫颈癌前病变和宫颈癌的主要原因，除此之外，还可以引起身体其他部位的HPV相关肿瘤或癌前病变。

“一旦发现HPV的持续感染，要引起重视，由专业医生进行评估和检查，并做相应的处理。”赵晓红强调，“HPV持续感染者要接受随访、定期复查，及时发现异常或病变，做到早诊早治。”

赵晓红提醒，以下七类人群需要定期做HPV筛查：

有性行为的女性；决定妊娠的女性；已接种疫苗人群需定期复查的女性；欲接种HPV疫苗的女性；有宫颈癌家族史的女性；已出现妇科不适症状的女性；高危人群：多个性伴侣、性生活过早、HPV/HIV感染、免疫功能低下、卫生条件差/性保健知识缺乏的女性。

瑞典卡罗林斯卡学院与美国麻省理工学院联合开展的一项研究发现，在嘈杂环境中，音乐人比普通人更易将注意力聚焦于目标声音。这表明，音乐训练有助于提升大脑专注力。相关成果发表于近期《科学进展》杂志。

在喧闹环境中专注对话，对大脑而言是一项复杂任务。研究旨在探讨音乐训练如何增强大脑锁定特定声音的能力。

研究团队让参与者同时聆听两首音高不同的旋律，并捕捉其中一首的音高变化。通过频率标记法，他们分别测量了受试者大脑对每段旋律的反应。结果显示，音乐能力较强的人，其大脑中与“自上而下注意力”（即有意识专注）相关的信号更强，而与“自下而上注意力”（即自动分心）相关的信号较弱。

这项研究表明，音乐训练不仅可提升听力，还能增强大脑持续专注力，未来有望应用于教育与康复领域。

（据科技日报）

本刊指导单位：  
海南省卫生健康委员会