



本期达医:张萍

HPV52型(高危型)阳性(+),当看到体检单上的检查结果时,27岁的济南市民高女士直发蒙:“这是说我得了宫颈癌吗?”对HPV一知半解的她,只听说过HPV感染和宫颈癌有关,到网上一查HPV高危型,高女士更加慌乱。HPV阳性就意味着宫颈癌吗?筛查出阳性该怎么做?山东大学第二医院妇科副主任张萍为你详解。



80%

80%有性行为的女性,一生中随时可能感染HPV。

90%

不过,绝大多数生殖道HPV感染是一过性的,且无临床症状,约90%的HPV感染在2年内会消退。

持续感染
高危HPV
才可怕

筛查中发现HPV感染不必过于担心,高危型HPV的持续感染才是导致宫颈癌的主要原因。

HPV阳性就是宫颈癌?

专家:并非所有HPV病毒都会致癌

齐鲁晚报·齐鲁壹点 记者 陈晓丽

预防HPV感染 可有效预防宫颈癌

“HPV(人乳头瘤病毒)是一组病毒的名称,主要侵犯鳞状上皮的基底层细胞以及位于宫颈转化区的化生细胞,直接的皮肤—皮肤接触是最常见的传播途径。”山东大学第二医院妇科副主任张萍介绍,人类是其寄宿的唯一自然宿主。

HPV感染之所以让人谈之色变,主要是由于宫颈癌就是由HPV感染所引起,宫颈癌也是目前人类所有癌症中唯一病因明确的癌症。可以这样理解,如果能够预防HPV感染,就可以有效预防宫颈癌。

张萍介绍,目前已知的HPV病毒型别非常多,并不是所有的型别都会导致宫颈癌。根据其引起宫颈癌的可能性,2012年国际癌症研究机构(IARC)将其分为高危型、疑似高危型和低危型。

常见的高危型有16、18、31、33、35、39、45、51、52、56、58、59共12个型别;疑似高危型有26、53、66、67、68、70、73、82共8个型别;低危型有6、11、40、42、43、44、54、61、72、81、89共11个型别。

目前,HPV疫苗主要针对高危型别的病毒感染。二价及四价HPV疫苗可预防16、18两种主要致病型别,HPV九价疫苗可以预防更多型别。疑似高危型与宫颈癌有一定的相关性,但由于在人群中的分布频率较低或相关研究数据较少,需进一步研究确认。低危型常引起外生殖道湿疣等病变,一般认为这类HPV的感染不会诱导宫颈癌的发生。

HPV感染 不等于患上宫颈癌

有些女性在筛查中发现HPV阳性后,

认为HPV感染等于宫颈癌,压力特别大。“在筛查中发现HPV感染不必过于担心,高危型HPV的持续感染才是导致宫颈癌的主要原因。”张萍告诉记者,下生殖道HPV感染比较常见,国外报道普通人群感染率约10%。中国关于高危型HPV的人群感染率及型别分布的报道存在差异,尚缺乏多中心大样本的研究。

“80%有性行为的女性一生中随时可能感染HPV,只要免疫功能正常,机体产生的免疫机制可清除HPV,因此绝大多数生殖道HPV感染是一过性的,且无临床症状,约90%的HPV感染在2年内消退。”张萍表示,只有少数整合到机体细胞DNA并复制,使细胞发生转化,从癌前病变进一步发展为癌。

同时,由病毒感染引起宫颈癌,是一个逐渐发生的过程。对于自身免疫功能正常的女性来说,从HPV持续感染、发展到高级别病变,再发展成为癌症,往往需要数年时间。只要坚持定期检查,发现病毒感染后密切追踪,在癌前病变阶段采取及时有效的措施,完全可以避免发展到癌症阶段。

张萍提醒大家,并不是只有女性才会感染HPV,男性也可能感染。男性感染后,如果没有经过规范的诊断和治疗,最后可能发展成为肛门癌、阴茎癌、口咽癌等。

单纯HPV感染并无其他病变 不需要特别治疗

如果检查时发现感染了HPV,也就是检查结果为阳性,该如何处理呢?张萍介绍,要根据HPV感染的病毒型别,由专业医生制定相应的后续检查方案,包括宫颈细胞学(TCT)检查、阴道镜检查等,并根据检查结果确定是否需要治疗以及相应的治疗方案。

张萍举例介绍:“如果HPV阳性且细胞学为非典型鳞状细胞,应该进行进一步的阴道镜检查;如果HPV阳性,但细胞学为

阴性,可以进行HPV16和18的分型检测,如果HPV16或18阳性,应进行阴道镜检查,如果HPV16和18阴性,则一年后再筛查。”

由于大多数HPV感染属于一过性的,如果只是单纯的HPV阳性,后续所有检查都没异常,就不需要特别治疗。“可以通过调整生活方式,例如规律作息、健康平衡饮食、加强体育锻炼等,增强自身免疫力,帮助身体尽快清除HPV感染。”张萍表示。

很多人感染HPV后,心理压力较大,执着于将阳性尽快转为阴性。对此,张萍提醒,目前并没有针对HPV的特效药,治疗方案都是针对HPV感染引起的疾病,而不是病毒本身,不要相信各类偏方和特效药。

HPV也可以通过 间接方式感染

“HPV感染主要是通过性生活感染,有不洁性生活者(高危性接触,例如多个性伴侣)有更高的感染风险。”张萍介绍,这并不意味着感染HPV,就一定有不良性生活。HPV也可以通过间接方式感染,例如接触感染者的衣物、洗漱用品等。因此,“感染HPV说明私生活不检点”的说法是错误的。

除了HPV检测筛查,宫颈涂片也是常规的宫颈癌筛查手段。可以说HPV检测是病因学检查,细胞学检查则是发现发生异常的细胞。“为了实现宫颈癌早诊早治,定期筛查是非常重要的手段。”张萍表示,通过HPV及细胞学联合检测进行宫颈癌筛查,对于不同人群可以采取不同的筛查策略。

张萍介绍,联合筛查的起始年龄通常为30岁,对于65岁及以上女性,如过去20年没有宫颈上皮内瘤变及HPV相关病史,并且此前已充分接受筛查且结果阴性,可以停止筛查。

“如果HPV检查为阴性,TCT检查也没有异常,以后可以每隔五年再检查一次。”张萍介绍,如果检查结果存在异常,需要根据医生建议,缩短筛查间隔,定期追踪。

吹了一晚空调,竟然面瘫了



齐鲁晚报·齐鲁壹点 记者 焦守广

三伏天酷热难耐,最舒服的莫过于在空调房子里美美待着,很多人都喜欢开着空调睡觉。但长时间受冷风刺激,不适当吹空调,会出现头痛、颈不舒服、关节疼痛,甚至会出现口眼歪斜、眼睛闭不上、喝水漏水等不适症状。

济南市民族医院针灸科主任医师王寿兰介绍,早晨醒来突然发现嘴巴歪了,说话漏风,流口水,眼睛也闭不起来了,这就是老百姓所说的周围性面瘫,也称之为“吊斜风”“歪嘴巴”。

王寿兰说,当空调的冷风直吹着我们

面部时,会刺激血管收缩,脸部供血出现障碍,继而引发神经功能障碍,导致面瘫发生。中医认为这属于面部脉络空虚,经络阻塞、气血不畅,导致面神经出现缺血及水肿,表情肌出现运动障碍而无法完成皱眉、闭眼、噘嘴等动作,造成面瘫。

面瘫主要分中枢性面瘫和周围性面瘫。

1.受凉引起的周围性面瘫临床表现:主要为同侧面肌瘫痪,即患侧额纹变浅或消失,不能皱眉,眼裂变大,眼睑闭合无力,鼻唇沟变浅,口角下垂并歪向健侧,鼓腮漏气,不能吹口哨,食物易残存于颊部与齿龈之间等。

2.脑血管病引起的中枢性面瘫临床表现:主要为病灶对侧下面部表情肌瘫痪,即鼻唇沟变浅、口角轻度下垂等,而皱眉、皱额和闭眼动作均无障碍。

面瘫,不仅影响人们健康,还影响日常生活。怎么办呢?王寿兰说,大家也不要恐慌,针灸以其快捷、方便的优势成为治疗面瘫的首选方法。

王寿兰介绍,根据面瘫发病时间,病中分证,辨证分期,分为三期:急性期、恢复期、后遗症期。

根据病情分期、症状特点制定相应的针灸治疗综合方案。急性期采取局部浅刺、平刺,取穴不宜过多、手法不宜过重;恢复期则加大刺激量,可以用电针、穴位注射等;后遗症期要根据病情治疗,可采取刺络拔罐、艾灸等疗法。

王寿兰提醒,发现口眼歪斜时,要及时就诊治疗,越早进行针灸,越有利于病情的康复。面瘫如治疗及时,70%—80%的患者是可以在1—2周内逐渐恢复或痊愈的。



更多
中医
知识

◎生活课堂

姜茶乌梅饮缓解细菌性痢疾

材料:乌梅、姜各15克,绿茶3克,红糖适量。做法:将生姜切丝,与乌梅、绿茶共放盖碗中,以沸水冲泡,盖闷15分钟后调入红糖饮用。每日冲泡3次饮用。注意:本品适合细菌性痢疾、大便脓血以及虚寒型痢疾、脾虚泄泻、久泻不愈者。但外有表邪、内有实热积滞者不宜。

久咳不愈喝点乌梅粥

材料:乌梅10克,大米100克,白糖少许。做法:将乌梅择净,放入锅中,加清水适量,水煎取汁,加大米煮粥,待熟时调入白糖,再煮一二沸即成,每日1剂。功效:生津止渴,敛肺止咳。

口干咽燥喝酸梅汤

材料:乌梅6粒,糖适量。做法:乌梅洗干净与糖加水煮30分钟左右即可。功效:消暑解渴,生津开胃。

食欲不振喝乌陈普洱茶

材料:普洱茶10克,陈皮5克,乌梅5克。做法:将陈皮、乌梅洗净后,陈皮剪碎、乌梅剪开,将普洱茶、陈皮、乌梅一同放入茶壶中,注入开水,将第一次冲泡的茶水倒掉,重新注入开水,滤出茶汤饮用。功效:止渴生津,消食养胃。适合口干咽燥、食欲不振、消化不良。

玫瑰乌梅饮可减肥消脂

材料:玫瑰10克、乌梅10克。做法:将玫瑰花和乌梅混合后,用沸水冲泡8分钟,代茶饮用。功效:促进食欲,润肠通便,降低血脂,是理想的减肥佳品。

长了湿疹的部位能碰水吗?

能,湿疹部位可以正常接触水。自来水等日常用水其实并不脏,甚至有清洁皮肤表面汗水、细菌、渗水、皮屑等作用,对湿疹有好处。不过需要注意的是,接触水分后注意冲洗干净并擦干。如需长时间接触水分,则擦干后最好及时补涂保湿霜。

立秋之后防“中风”

虽然立秋了,可有时候天气还是很热,大家出汗也比较多,血容量相对较低,换句话说,就是血液比较黏稠,血浓缩后,容易堵塞血管。而中风发生的原因,一个是血管本身的弹性,以及血管的收缩能力等出现问题,另一个则是血液本身,如血液浓度大,比较黏稠,也容易堵塞血管。

如今大家都喜欢开空调对付“秋老虎”,当室内外温差过大时,同样会导致血管快速收缩或舒张,这也是导致中风的一个因素。

这种“秋乏”很危险

对于健康人来说,一到中午就哈欠连天可能是正常现象,而有“三高”病史的人,若出现打盹、乏力或是频繁打呵欠时,就需要引起重视。据临床观察,70%以上的中风患者发病前5—10天内会出现频繁打盹现象,这是大脑严重缺氧发出的求救信号。

尤其是若伴有下列症状,如突然拿不稳东西、出现步态异常、舌头歪、血压异常、有话说不出、突然发生眩晕、视力出问题时,请第一时间就医。

按摩淋巴能排毒?没依据

很多美容养生会所都有“淋巴排毒”的项目,声称按摩淋巴可以起到排毒治病的疗效。不过专家认为,淋巴排毒是个伪概念。健康状态下,淋巴是不会堵塞的,它们自己就会正常循环,根本无须你去按压排堵。相反,如果淋巴真的堵塞了,这是疾病,压根不能乱按,否则会扩散,加重病情。

小健