

# HPV 疫苗, 女性健康的重要防线

随着宫颈癌早期筛查的普及和女性健康意识的不断提升,是否接种 HPV 疫苗已成为社会广泛关注的健康话题。本期将详细介绍 HPV 疫苗的相关知识。

HPV 是什么?

HPV 是人乳头瘤病毒的英文缩写,属于一组主要侵犯人体皮肤和黏膜的 DNA 病毒,目前医学界已鉴定出 200 余种 HPV 亚型,根据其致癌风险可分为高危型和低危型。HPV 主要经性接触传播,超过 80% 的女性一生中至少会感染 1 次 HPV,但 90% 以上的感染可在 2 年内被免疫系统自然清除。需要注意的是,高危型持续感染可能发展为癌前病变或恶性肿瘤,而低危型感染可能导致生殖器疣等病变。

接种 HPV 疫苗是预防宫颈癌最有效的措施之一,其作用机制是通过激发机体产生特异性抗体,预防高危型 HPV 感染,从而阻断宫颈癌及癌前病变的发生。

HPV 疫苗的种类有哪些?

目前全球上市的 HPV 疫苗主要有二价疫苗、四价疫苗、九价疫苗 3 种。二价疫苗主要预防 HPV16、HPV18 两种高危亚型病毒;四价疫苗在二价疫苗的基础上,增加了对 HPV6、HPV11 两种低危亚型病毒的预防;九价疫苗除涵盖二价、四价疫苗的预防类型外,还可预防 HPV31、HPV33、HPV45、HPV52、HPV58 5 种亚型病毒。二价与四价疫苗对宫颈鳞癌的防护效果相近,均可预防约 84.5% 的宫颈鳞癌。四价疫苗还能额外预防约 90% 的生殖器疣。九价疫苗将宫颈鳞癌的防护效果提升至约 90%,同时还可预防约 90% 的尖锐湿疣、约 95% 的肛门癌、约 87% 的外阴癌、约 85% 的阴道癌以及约 84% 的阴茎癌。

接种二价或四价疫苗后是否需要再接种九价疫苗?

根据现有临床研究数据,已全程接种二价或四价疫苗者无需常规补种九价疫苗。若确有补种需求,应在完成二价或四价疫苗接种后,间隔至少 12 个月再进行九价疫苗接种,且仍需完成 3 剂次的接种程序。

感染 HPV 后是否还需要接种疫苗?

虽然自然感染 HPV 后会在宫颈局部产生抗体,但这些抗体水平较低,无法有效预防同型别 HPV 的再次感染。相比之下,HPV 疫苗通过肌肉注射能激发更强烈的全身免疫反应,产生更高水平的保护性抗体,可有效预防疫苗所含型别的再次感染。因此,无论是否曾感染 HPV,只要在适龄范围内,都建议接种 HPV 疫苗以获得更好的保护效果。

备孕期、孕期、哺乳期能接种 HPV 疫苗吗?

孕妇应避免接种 HPV 疫苗;哺乳期女性暂不建议接种;备孕期女性最好推迟至妊娠结束后接种。若在接种过程中意外怀孕,应立即暂停后续接种,但无需因此终止妊娠,现有临床数据表明接种疫苗不会对妊娠造成不良影响,剩余剂次可待分娩后继续完成。

(太康县人民医院 刘园园)

本版组稿 李鹤



5月17日是世界高血压日。对于如何规律服药,专家建议,可利用“药盒分装+手机闹钟”辅助。比如将每天服用的药物放在同一个分格,设置固定提醒,同时做好血压记录。可利用手机 App 或笔记本记录每日服药时间、血压数值,复诊时提供给医生,动态调整方案。

新华社发 商海春 作

## 全病程照护:看精神科护理团队如何帮患者康复

在周口精神康复医院精神四科女病区走廊,护士搀扶一位步态蹒跚的患者练习行走,阳光透过窗户洒在她们的脸上,映出一幅温暖的画面。该院精神科护理团队深知,精神疾病患者的康复不仅在于症状的缓解,更在于尊严的重建与社会功能的恢复。他们通过全病程照护模式,为患者构筑起全方位的安全防护网。

急性期:做 24 小时的生命守护者

在患者急性期,护理团队保持高度警觉,密切监测病情变化,确保用药安全有效,同时采用多种方式稳定患者的情绪。前不久,患者老张因躁狂发作入院,情绪极易激动。护理人员小王实施 24 小时专人陪护,运用“非暴力沟通”技巧,最终使患者情绪逐渐平复,愿意配合治疗。

在该院精神科,这样的贴身守护每天都在上演。针对情绪躁动的患者,护理团队采用渐进式沟通法:先通过肢体接触,向患者传递安全感,再逐步引导其进行语言交流。对于长期卧床的患者,他们坚持每天为其按摩肢体、定时翻身,防止压疮形成。曾有一名患者因病情严重拒绝进食,护理人员轮流用棉签蘸生理盐水湿润其唇部,最终患者主动进食。小王说:“精神科护理工作要求护理人员具备超常耐心,其付出的艰辛和努力远普通科室。我们不仅守护患者生命安全,更致力于促进其心理社会功能康复。”

稳定期:做工娱治疗中的“价值唤醒者”

进入稳定期,患者的病情虽趋于平稳,但长期与外界脱节、自我价值感缺失仍是其康复路上的主要障碍。为此,护理人员化身“价值唤醒者”,通过精心设计的工娱治疗活动,帮助患者

重新发现自身价值,重燃对生活的热情与信心。

在周口精神康复医院康复医学科,护理人员开设了手工制作课程。患者小宋因精神分裂症住院多年,长期的封闭生活使他变得沉默寡言,甚至对未来失去希望。在护理人员的鼓励下,小宋尝试参与手工制作。起初,他只是机械地重复动作,对手工成品毫无期待。但护理人员始终耐心指导,并真诚地肯定他的每一点进步。当小宋第一次成功完成一件手工作品时,护理团队特意为他举办了一场小型展览,邀请其他患者共同欣赏。看到自己的手工作品被展示、被称赞,小宋的眼中闪现出久违的光彩。此后,他不仅积极参与各类工娱治疗活动,还主动指导新入院患者做手工,成为病房里的“小老师”。

康复期:做回归社会的“桥梁搭建者”

当患者进入康复期,他们的病情虽已稳定,但面对阔别已久的社会,仍难免忐忑与迷茫。护理团队深知,帮助患者顺利回归社会,不仅是治疗的终点,更是康复的关键。为此,他们从多个维度介入,为患者搭建重返社会的坚实桥梁。

护理团队以专业为根基、以仁爱为纽带,帮助患者从入院时的绝望走向出院时的从容。未来,他们将继续以专业为谱、以爱心为曲,谱写更多患者康复的动人篇章,让更多生命在温暖与希望中重焕光彩。

(周口精神康复医院 武静)

精神(心理)健康  
咨询电话:0394-8989120