



# 女性苦等的宫颈癌疫苗,值得打吗?

是如今许多女性苦等的宫颈癌疫苗(又称HPV疫苗)。

## HPV疫苗能预防哪些癌症

HPV的高危致病基因型有13种,HPV疫苗是针对主要致病的病毒亚型进行设计的。

2价疫苗可以预防70%宫颈癌;4价疫苗可以预防70%宫颈癌和90%生殖器疣;9价疫苗可以预防90%宫颈癌、85%阴道癌、80%宫颈病变、90%生殖器疣和95%肛门癌。然而,HPV疫苗并不能百分之百预防宫颈癌和其他HPV相关癌症,更不能治疗已被HPV感染而引发的疾病。

对于女性而言,定期宫颈筛查可以发现大部分宫颈癌,但并没有常规的筛查手段来筛查其他HPV相关癌症,这就是女性需要疫苗保护的重要原因。

## 疫苗应该什么时候接种

年龄越小,接种后免疫应答更好,受益时间越长。没有性经验情况下,成年女性接种效果仍然不如十一二岁女孩。

但是日本妇产科学会、日本小儿科学会、日本妇科肿瘤学会联合声明:推荐日本女性直到45岁都可以接受HPV接种。

不过世界卫生组织、美国妇产科医师协会以及美国FDA的推荐年龄为9-26岁。只是随着近年来宫颈癌的发病率不断上升,部分国家和机构对宫颈癌疫苗的接种时间进行了放宽,但也没有超过45岁。

如果完全错过了宫颈癌疫苗的接种

年龄,女性朋友也不必慌张,定期做好宫颈癌筛查一样能有很好的预防效果。

## 是否所有女性都适合打宫颈癌疫苗

任何疫苗都有相对的禁忌人群,HPV疫苗亦是如此,有以下情况的人士是不适用的:

1.在准备要小孩和已怀孕(若是已经开始使用疫苗的人群,则必须在产后方能继续注射)的人群。

2.有急性严重发烧性疾病或是有较大伤口的人群应在上述症状解决后方可继续。

3.对酵母、蛋白质类有过敏史的。

4.疫苗成分有过敏反应的人群。

5.已经有湿疣、宫颈癌、外阴和癌前病变的患者。

以上是常见的不适用人群,但因有个体差异,选择去注射的人应先咨询一下专业人士。

## 男人可以打HPV疫苗吗

答案是可以。男性接种HPV疫苗主要有两层意义:

一是保护自己不受HPV感染而引发相关疾病。除了2价疫苗外,4价疫苗和9价疫苗均对男性有保护作用,可降低男性罹患生殖器疣、阴茎癌、肛门癌的风险;二是男性进行HPV免疫以后可以降低自身携带病毒的概率,也有助于保护女性。

## 已经感染过HPV后还推荐打吗

感染过HPV的女性,宫颈癌疫苗

仍然有接种价值,能减少再度感染HPV病毒的风险,但其效果不如未感染前接种。

HPV病毒是女性在性活跃之后极易容易感染的病毒,也是宫颈癌的主要病因。HPV病毒感染率高,但宫颈癌罹患绝对比例很低。原因在于,大多数情况下HPV病毒能够被自身的免疫系统清除掉。HPV病毒感染而导致宫颈癌是有一定概率的,如果HPV病毒感染一直持续,直到癌前变,最后恶变并开始发展、浸润,就成了癌。

另外,HPV病毒感染恢复后人体却无法获得足以抵抗再度感染的免疫力。这也就是为什么HPV病毒容易被反复感染的原因。

这里就有了HPV疫苗的价值——即便你曾经被感染过,接种疫苗后,在效果维持期内,仍然可以保护你不被再度感染。

## 接种了疫苗也不要掉以轻心

目前宫颈癌疫苗只能预防HPV病毒感染,并不能直接杀灭HPV病毒。可以引起宫颈癌的HPV病毒有100多种,目前打的疫苗,只是防止HPV病毒中的16、18、6、11这些常见病毒,其中16、18这两种病毒最容易引起宫颈癌。

此外,宫颈癌疫苗是一种预防性疫苗,它的预防效果为70%,而非100%,注射疫苗后的女性仍有机会接触到其他高危型病毒,患宫颈癌的风险仍然存在,而且随着注射时间的推延,疫苗抗体的效价也可能下降。

所以打了疫苗的女性也不能掉以轻心,定期的宫颈癌筛查一定不能忘。

(本报综合)

据2015中国癌症统计报告显示,在女性特有的肿瘤中,宫颈癌的发病率排名第二,而致死率排名第一。其实,宫颈癌是迄今人类所有癌症中唯一明确病因的癌症。引起宫颈癌变的“元凶”是一种叫人乳头瘤的病毒(HPV)。

研究发现,在几乎所有宫颈癌病人的宫颈组织中,均可以找到高危型人乳头瘤病毒存在。也就是说,只有感染了人乳头瘤病毒,才会有发生宫颈癌的风险。筛查出病毒后,有关对抗病毒的疫苗被相应研发出来,这就

# 人工智能可提早两天预测急性肾损伤发作

新华社伦敦电(记者 张家伟)一个国际团队日前在《自然》杂志上发表报告说,新开发的人工智能系统能提早两天预测急性肾损伤发作,有望帮助及时发现病情恶化风险的患者,为早期治疗提供时间窗口。

谷歌旗下人工智能公司“深层思维”已在围棋和电竞游戏上展示了人工智能的实力。近年来该公司正尝试将这些顶尖技术实用化,其中一个重要领域就是医疗。

“深层思维”研究人员领衔的团队

开发了一种可评估患者病情危险因素的深度学习方法,他们借助在美国退伍军人医疗体系接受过治疗的逾70万名患者的数据来训练这一人工智能系统,并尝试用它来预测急性肾损伤病情变化。

衡量急性肾损伤的一个重要指标是肌酐,这是肌肉在人体内代谢的产物,可反映出肾小球的滤过功能。当肾脏功能出现异常时,肌酐指标会显著升高。通过分析患者医疗档案中的肌酐指标,这一人工智能系统最早能

提前48小时预测出55.8%的急性肾损伤发作。系统还成功识别出了90.2%的需要透析的严重急性肾损伤患者。这类早期预警或能让患者在出现不可逆的肾损伤前及时获得治疗。

不过,报告也指出,这项研究仍存局限性。比如,用于训练该人工智能系统的医疗数据中女性患者仅占6.38%,因此尚不清楚这一方法在更大群体中的适用性。尽管如此,团队仍认为研究结果揭示了人工智能在病情预测等方面的潜力。

# 早晨起床吸烟危害更大

■陈雨

很多男性在起床后就开始吸烟,更美其名曰“早烟提神”,其实这种想法是错误的。吸烟对身体的伤害大。

美国宾夕法尼亚州立医学院曾对4776名肺癌患者和2835名没有患癌的吸烟者进行了调查研究,将起床之后30分钟内吸烟的人和起床后1小时后才吸烟的人进行了比较发现,起床后30分钟内吸烟的人比1小时后吸烟的人,患上癌症的概率高出59%。

同时有专家指出,长期在早上空腹吸烟,很容易引起慢性支气管炎。房间内一个夜晚空气都没有流通,本就污浊的空气混着香烟产生的烟雾一起被吸入肺中,不仅自己的健康受影响,家人也会受到“牵连”。这些有害物质会一直侵蚀着肺部,长期下来就容易患上呼吸系统疾病。

香烟中的尼古丁会诱发多种心血管疾病,吸烟和心肌梗死有着密切的联系。心肌梗死是动脉粥样斑块出现了破裂造成,而早上本就是心血管疾病的高发期,在早上吸烟,心梗的风险会比平常人高出7倍。

# 专家提醒:老年人要防止肌肉过少

新华社南京电(记者 陈席元)有言道“千金难买老来瘦”。在不少人印象中,老年人瘦一点好,肉多了,高血脂、脑梗等疾病就来了。但专家提醒,这样的观念需要更新了。

南京医科大学副校长、南京医科大学附属逸夫医院院长鲁翔指出,60岁以后,老年人肌肉流失快,尤其要小心肌少症,老年人肌肉过少,容易让机体陷入恶性循环,要预防老年肌少症,年轻时就得给身体“打好底”。

据鲁翔介绍,肌少症也叫肌肉衰减综合征,是一种与年龄增加相关的

骨骼肌减少、肌肉力量和肌肉功能减退的综合征。它会导致老年人活动能力下降,出现站立困难、步伐缓慢等状况,容易跌倒;还会影响血糖调控、血脂代谢等能力,是诱发糖尿病、高血压、高血脂等慢性疾病的重要原因,让身体陷入恶性循环。

“肌少症是一种进行性疾病,它的发生发展可能要十几年甚至数十年时间。”鲁翔说,“我们要做的,不是等到确诊肌少症之后再干预,而要将防治的关口提前、再提前。一是年轻时就给身体‘打好底’,二是通过饮食、锻炼等健康

的生活方式减缓肌肉衰减的速度。”

鲁翔表示,要注意肌少症的四个信号。一是急剧消瘦,在生活饮食正常又没有疾病的前提下,体重不断下降;二是不想动弹,没有力气,总觉得累,老想坐着;三是走路步伐不稳,拖着步子,容易摔倒;四是蝴蝶袖和蝴蝶背,蝴蝶袖就是人们常说的“拜拜肉”,展开双臂时,没有肌肉支撑,双臂脂肪下垂,像蝴蝶翅膀一样,有的人还会出现蝴蝶背,也就是肩胛肌松弛。专家建议,遇到以上四种情况之一,就需要到老年病科就诊了。