

如何预防宫颈癌

张勇武

(四川省成都市锦江区妇幼保健院 610011)

宫颈癌是妇科最为常见的一种恶性肿瘤。宫颈癌的发病率较高,且近年来呈现年轻化的发展趋势。宫颈癌的发病与环境以及个人因素相关。高危型人乳头瘤病毒感染也会引发宫颈癌。但宫颈癌是可以预防的一种恶性肿瘤,通过定期宫颈癌筛查,能够及早发现癌前病变,有效预防宫颈癌的发生。宫颈癌早期症状不明显,女性朋友们很难在意,通常在妇科体检时被发现。宫颈癌的治疗包括手术、放疗和化疗。宫颈癌的结局与疾病发现的早晚、治疗情况相关。一般情况下,只有及早发现才能及早治疗,治疗效果越好。由此来看,宫颈癌的预防十分重要,在此呼吁女性朋友们应重视宫颈癌预防,掌握更多的预防办法,提高生活质量。

一、宫颈癌对女性朋友们造成的危害

随着宫颈癌发病率的提升,逐渐呈现年轻化的趋势,由于发病年龄逐渐降低,直接危害女性的生命健康。

(1) 宫颈癌的发病会诱发各种并发症。当女性在发生宫颈癌时,会伴随着盆部酸痛、腰部酸痛、阴道出血等症状。按照发病部位的不同,还会出现其他症状,比如直肠出血、胸痛、咳嗽等。当患者情况较为严重时,会出现下肢水肿。由宫颈癌发病而诱发的各种并发症,会对女性的日常生活造成影响,再加上宫颈癌前期症状不存在特异性,容易出现误诊的情况。女性会耽误最佳的治疗时机,进一步导致膀胱阴道瘘。

(2) 影响夫妻生活。宫颈癌是一种属于女性生殖系统的恶性肿瘤,位于女性的宫颈部位,由于宫颈的位置较为特殊,是子宫下半部较为狭窄的部位,开口与女性阴道连接。当宫颈癌女性性生活时,会产生疼痛。在刺激的作用下,会出血,直接影响女性的生理生活。

(3) 宫颈癌容易导致女性不孕。子宫是女性妊娠的主要部位,由于宫颈与子宫下部相连。当发生宫颈癌时,会累及女性的子宫使子宫受到损伤。在宫颈癌疾病治疗时,有些女性也不得通过切除子宫的方式来保证性命,而子宫切除会直接影响女性的生育功能,会对女性的心理造成打击。

二、宫颈癌的预防办法

1. 及时就医

由于宫颈癌早期症状不明显,因此容易被女性朋友们忽略,或被误诊为其他泌尿系统疾病。为有效预防宫颈癌,女性朋友们要注意当出现同房出血、水样白带或分泌物异常、阴道不规则、出血或大出血等情况时应及时就医,尽早诊断才能抓住最佳的治疗时机。

2. 接种 HPV 疫苗

HPV 疫苗能够有效阻断 HPV 病毒的传播,也是现阶段预防宫颈癌的最佳办法。女性朋友们也要了解宫颈癌疫苗的作用原理,正确认识宫颈癌疫苗,疫苗接种并不能完全消除宫颈癌的患病风险。但无论

是二价、四价还是九价疫苗,都能够对 HPV 病毒起到阻断作用。由于 HPV 病毒种类较多,宫颈癌疫苗只对一部分较为常见的 HPV 病毒进行阻断,并不能全部覆盖。由此说宫颈癌疫苗并不能完全消除患有宫颈癌的风险。女性朋友们在接种宫颈癌疫苗之后,不要放弃宫颈癌筛查。所有年龄的女性在未出现宫颈癌疾病时,都可以接种疫苗,能够达到阻断病毒的作用。

3. HPV 感染的预防

HPV 被称作“人乳头瘤病毒”, HPV 的类型较多,也是造成乳腺癌的主要因素之一。高危型 HPV 是诱发宫颈癌的关键因素,现阶段具有毒力强的高危 HPV 类型能够达到 18 种。因此,在预防宫颈癌疾病时,预防 HPV 感染十分重要。HPV 感染的途径较多,包括性行为、HPV 污染物接触都有可能感染病毒。据统计,大约 70% 的女性在日常生活中会感染 HPV,但由于人体具有的 HPV 自动清除功能,会对感染的病毒进行自然清除。只有少部分女性未能完成及时清除,从而诱发宫颈癌。现阶段并不具备治疗 HPV 的特效药,在预防 HPV 感染的过程中,通常增强机体生殖道局部免疫力来达到预防的目的。女性朋友在日常生活中,尤其是在性生活时,要注意个人卫生。若性伴侣属于 HPV 感染者,在性交时使用避孕套,以免发生交叉感染。预防 HPV 感染也可以接种 HPV 疫苗。一般情况下,青少年时期接种 HPV 疫苗的效果更佳。

4. 定期筛查

由于早期宫颈癌的症状不明显,容易被女性朋友们忽略,因此要做好定期筛查,建议每一位女性每年进行一次宫颈高危 HPV 筛查。在筛查时观察宫颈癌前病变情况,以便于及时发现疾病,抓住最佳的治疗时机,保证女性的身心健康。

5. 健康教育

由于大多数女性缺少对宫颈癌疾病的认识,女性患者在被确定为宫颈癌前病变时,会出现恐惧心理。医护人员应及时开导确诊女性,并为患者普及相关的宫颈癌预防以及治疗知识,帮助患者全面了解自身的病情特点以及接受的治疗方法,帮助患者克服对疾病产生的恐惧心理。同时,医护人员按照患者的实际情况,比如病理结果、病变范围、生育要求等制定个性化的治疗方案,并尊重患者以及家属的知情权。由于宫颈癌具有高复发性的特点,需要患者长期接受治疗,只有患者积极接受治疗才能更好地控制疾病。

结束语:综上所述,女性朋友们要了解关于宫颈癌疾病的相关知识,才能掌握正确的预防办法。在日常生活中养成良好的个人习惯,重视个人卫生,保持良好的心态。有条件的女性可以接种 HPV 疫苗,定期做宫颈筛查。在确诊宫颈癌之后,不要过分恐慌,也不要存在躲避心理,配合医生积极治疗,保持良好的心态,才能够增强治疗效果。