

接种疫苗不能替代宫颈癌筛查

宫颈癌是中国女性第二大常见癌症,近年来宫颈癌发病率呈上升且年轻化趋势,事实上,宫颈癌的发病是可防可控的。目前已经明确,约99.7%的宫颈癌都是由高危型人乳头瘤病毒(HPV)持续感染导致的。

HPV阳性就会得宫颈癌吗?

□河南省肿瘤医院 杨茹

高危型HPV持续感染可能导致宫颈癌

HPV感染很常见,HPV阳性不代表一定会得癌症。大多数感染HPV或患有轻度病变的年轻女性不会出现症状,且可在1~2年自然消退。不建议HPV阳性的女性短时间内反复做检查,因为病毒不会短期内清除。只有高危型HPV持续感染,才可能导致宫颈癌,并且过程十分漫长,一般10~15年。

2006年第一种HPV疫苗获得美国食品和药物管理局(FDA)批准上市。二价HPV疫苗针对HPV16、18两种病毒亚型,建议接种人群为9~45岁的女性。

我国批准的四价HPV疫苗适用人群为20~45岁女性。四价疫苗在二价疫苗基

础上增加了HPV6、HPV11两个低危亚型,除了预防高危HPV16、HPV18所致的癌前病变及宫颈癌,还可以预防生殖器疣等。

九价疫苗则在四价疫苗的基础上又增加了5种高危HPV亚型:HPV31、33、45、52、58,把宫颈癌的预防范围提高到90%以上,适用人群为16~26岁女性。目前默沙东九价HPV疫苗新适应证已获得中国国家药品监督管理局批准,标志着九价疫苗在国内适用人群拓展至9~45岁女性。

研究显示,HPV二价和四价疫苗对宫颈癌的保护率约为70%,对HPV16、18型感染相关宫颈癌变的保护率可达98%~100%,HPV九价疫苗因增加了更多的抗原种

类,保护率更高。3种疫苗都可预防大多数的宫颈癌及癌前病变。

女性开始性行为之前接种HPV疫苗效果最佳

所有性行为活跃的妇女都有感染HPV的风险,第一次感染高危HPV类型的高峰发生在青春期的女性。因此,在女性开始性行为之前,预防性接种HPV疫苗很重要,效果也最佳。

世界卫生组织建议9~14岁未发生性行为的女孩作为HPV疫苗接种的首要目标人群,对已经发生性行为的女性,接种HPV疫苗也有很好的保护作用。

接种HPV疫苗是宫颈癌的一级预防措施,但不能替代宫颈癌筛查。因为即便是九

价HPV疫苗也并不包含所有高危型HPV亚型,而且疫苗对大年龄段女性的保护效力低于小年龄段。因此,将疫苗接种和宫颈癌筛查相结合,才是预防宫颈癌的最佳手段。建议20岁以上或有3年以上性行为的女性,每年进行一次宫颈癌筛查。

另外也应该认识到,HPV疫苗不可能覆盖所有的HPV类型,HPV疫苗有最适合的年龄,超过这个年龄,预防效果可能会降低,部分女性由于自身免疫原因或其他原因造成HPV易感。因此,接种疫苗后仍有发生宫颈病变的可能,需定期进行宫颈癌筛查。

总之,宫颈癌是可以预防的,早期诊治可降低宫颈癌的发生率。

想要远离冠心病 需长期戒烟戒酒

□商丘市宁陵县人民医院 赵守佳

冠心病作为一种中老年人高发,且导致死亡率较高的重要疾病,早就备受瞩目。但其实,许多人对于它印象都很肤浅。

冠心病一般指冠状动脉粥样硬化性心脏病。冠状动脉作为给心脏供血的重要血管,发生粥样硬化病变后,血管弹性下降,引起管腔狭窄或闭塞,造成心肌缺血、缺氧或坏死等变化而引起心脏

病。这种疾病的危害性很大,想要远离它的威胁应该从预防开始。

日常生活中怎样预防冠心病?

合理健康的饮食。大部分人一日三餐被外卖、快餐所包围,这都是重油重盐的典型。想要预防冠心病,饮食应该清淡、易消化,忌食过于油腻、辛辣的食物。要多吃蔬菜水果,保证食物种类丰富,营养全面。

乐观愉快的心情。平稳愉悦的情绪是预防冠心病发

生的良好处方。在人际交往中,如果长期易怒,有可能致使冠心病或其他疾病发生。

长期戒烟戒酒。酒精和烟草伤害的不仅是肝和肺,同样也是造成冠心病的重要因素。想要远离冠心病,就必须长期地戒烟戒酒。

正确的规律作息。熬夜、作息不规律已经是现今大多数人的家常便饭,这也是导致冠心病等疾病高发的重要原因之一。尤其是长期熬夜,很容易造成猝死型的冠心病。想要预防冠心病,应当保持良

好的作息习惯,早睡早起。

适当的运动锻炼。适当的运动锻炼能够让人身体的气血更好地流通,减轻心脏负担,避免冠心病等心脑血管疾病的发生。需要注意的是,每个人的身体情况、兴趣爱好都不相同。大家可按照自己的实际情况选择运动项目,如游泳、太极拳、慢跑、打羽毛球等。

定期的常规体检。定期体检非常重要,可根据自身情况在体检上添加血压、血糖、血脂、心脏彩超与心电图、全

身动脉硬化检测等心血管类的项目,更好地监测自身健康状况。

许多人都是在日复一日地辛劳中,不知不觉就得了冠心病。这个时候,及时去医院进行诊疗才是正确做法。要知道,越早发现越早诊疗,就能够更好地控制病情。

有许多早期患者通过药物治疗就能长期保持良好的生活质量。就算是病情到了后期的冠心病患者,只要配合医生的治疗,也能够恢复日常生活状态。

头晕头痛反复发作 警惕卵圆孔未闭

□南阳市中心医院 高星

吴先生今年26岁,自幼经常头晕头痛,多次住院治疗,效果都不满意,吴先生的身体和精神上都受到极大困扰。该患者最终到超声医学科检查,确诊为卵圆孔未闭,经心脏大血管外科微创置入封堵器,症状消失,病情日渐好转。

什么是卵圆孔未闭?为什么会吴先生的身体健康造成这么大的影响?

在胚胎发育的过程中,心房之间会先后形成两个间隔,

即原发隔和继发隔,两个间隔逐渐融合,最终将心房分为左右两部分。如果继发隔生长过程中与原发隔未能完全融合,留下一个小小的裂隙,就是我们所说的卵圆孔。

卵圆孔很重要,是胎儿时期左右心房之间的血液通道。来自母体的脐静脉血通过卵圆孔从右心房进入左心房,再进入左心室,继而进入体循环,维持胚胎的发育。

婴儿出生后,左心房压力升高,使原发隔紧贴于继发隔上,心房间的通道关闭,卵圆孔形成功能性闭合,随着时间

的推移逐渐形成永久性的闭合。一般情况下,大多数卵圆孔会在婴儿出生后2个月左右闭合,若超过1岁未能闭合则称为卵圆孔未闭(PFO)。

卵圆孔未闭比较常见,发病率约为25%,因大多数人无明显症状,往往在体检时才发现。

近年来,临床研究发现卵圆孔未闭与频繁发作的脑梗塞、偏头痛等疾病有着密切的关系。卵圆孔未闭一般不会出现明显症状,当憋气、咳嗽、用力排便等不同原因导致右心房压力高于左心房压力时,

卵圆孔未闭可导致心房间明显的右向左异常分流,引起矛盾栓塞,继而出现头晕、头痛等症状。

心脏彩超是诊断卵圆孔未闭的最佳方法,它可以清楚地显示房间隔的解剖结构及心房间的异常血液分流。

临床上最常用的检查方法有经胸超声心动图和经食管超声心动图,其中经食管超声心动图是诊断卵圆孔未闭的“金标准”,该方法需要将超声探头经口送入食道,类似于胃镜,所以检查前患者需要空腹。

对于刚出生的婴幼儿来说,单纯的卵圆孔未闭,一般不会引起心脏结构的改变,也不会出现明显症状,可定期随访,大多数可以随着年龄增长逐渐闭合。如果卵圆孔未闭合并其他心脏畸形、脑梗塞、频繁发作头晕或偏头痛等,则应及时治疗。

常用的治疗方法包括药物治疗、经导管封堵卵圆孔、外科手术封闭卵圆孔等。经导管封堵卵圆孔手术创伤小、住院时间短、患者恢复快,在临床上受到广大医生和患者普遍的青睐。