



## 避孕(2)－機械性避孕法

避孕的目的是希望每一個孩子都是在父母的期望下出生，避孕的方法很多似乎都很簡單，但常常還是有人因為避孕失敗而感到困擾，尤其是未婚的青年或青少年，在這裡你可以認識各種避孕方式，愛他就要懂得保護他。

機械性的避孕法主要是設置關卡阻止精子與卵子結合，或增加受精卵的推動力，阻礙著床。

### 保險套 (Condoms)



**優點：**便宜，購買方便，無副作用，既可避孕，又可預防性病。

**缺點：**需男性配合，且需每次使用。



**失敗率：**一年內意外懷孕率為 3%(使用方法正確且每次進入都有使用)至 20%(只有危險期使用或只有射精時使用)。

### 子宮內避孕器 (Intrauterine Devices ; IUDs)

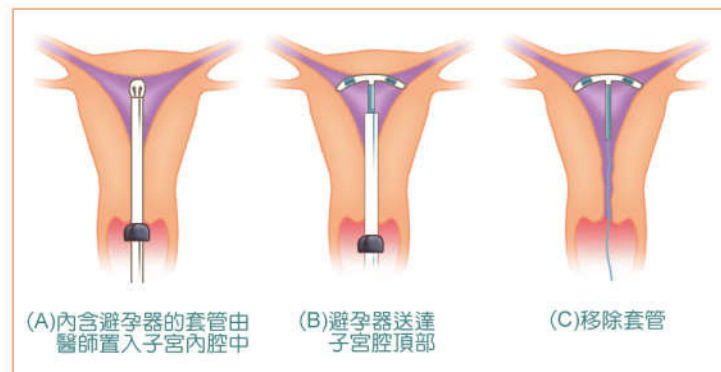
**優點：**一次可用五年，方便安全，無全身性反應，並且可減少使用時的人為疏失，取出即可恢復受孕能力。

**缺點：**可能會造成過度出血、移位、子宮頸與子宮穿孔、感染，也可能引起先天性異常、自發性或敗血性流產與子宮外孕等副作用，且較適合生產過的婦女使用。

**失敗率：**一年內意外懷孕率為 0.6-0.8%。

子宮內避孕器是由不起化學作用的塑膠或一些金屬所製成，其真正的機轉並不清楚，有人說 IUD 可以干擾著床，加速輸卵管的收縮，使卵子快速通過而無法受孕，或能增加子宮內膜和子宮內液體的發炎細胞數目，使不利於著床，並促進受精卵的吞噬作用。

避孕器裝置的過程



你的健康 是寶貝的希望  
讓我們守護你的健康



### 口服避孕藥 (Ovulatory Suppressors)

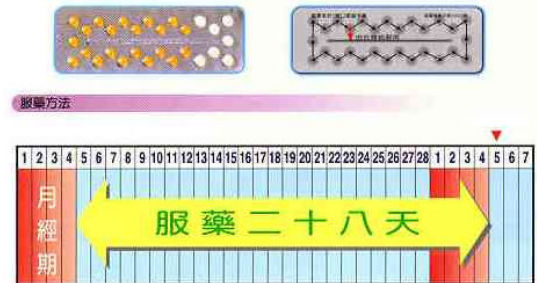
**優點：**使用方便，對於月經周期不規則的女性，可調經；經過劑量的調整，對於青春痘，月經前腹痛，煩躁不適等症狀，都有幫助。

**缺點：**需每日服用，對於記性差易忘記服藥者，效果不彰。少數女性服用後會有噁心、骨盆部不適、背痛、不安、沮喪、體重減輕、乳房酸痛、多毛症等症狀，通常這些會在3至4個月後消失。另一個可能發生的問題是血栓栓塞、子宮纖維瘤的快速成長及黃疸，而三十五歲以上，抽煙且服避孕藥者，會增加罹患心臟病的機會，有時也有眼神經的合併症發生，還有一種報告是說口服避孕藥會使念珠菌引起的女陰部炎症有增的傾向。

**失敗率：**使用此法一年內意外懷孕率為 0.1-0.5%

口服避孕藥的理論機轉為，利用口服動情素 (estrogen) 和黃體素 (progesterone) 的合成類固醇製劑，以阻斷中樞神經系統使得濾泡刺激荷爾蒙 (FSH) 無法釋出，而阻止其對卵巢的刺激，一旦缺了 FSH，濾泡即無法成熟，就無法排卵，而黃體素 (progesterone) 可以干擾子宮頸黏液的製造，防止子宮內膜的發展，以防受精卵著床。

營養學上發現使用口服避孕藥會缺乏葉酸、維生素 C 和 B 12，若原本就有良好的健康與飲食習慣，較不易發生問題，如果原來就偏食或營養不良的婦女，則應補充維生素和礦物質。到目前為止尚未發現長期使用口服避孕藥，會發生什麼持久性的不良影響。



### 殺精子的藥劑 (Spermaticides)

**優點：**無副作用，使用方便。

**缺點：**購買不易，對男性可能有些刺激，需每次使用失敗率高。

**失敗率：**一年內意外懷孕率為 6-20%。

殺精子藥劑有許多形式，如：冷霜、凍膠、泡沫劑、氣溶膠、栓劑和錠劑，都是具有殺滅精蟲作用的化學劑，其中以冷霜、凍膠、泡沫劑最為有效，使用時需於性交之前擠入陰道。

不同的藥物製劑在性交前塞入陰道的時間不同，但皆須注意性交後約六小時內避免沖洗，因需使殺精子藥劑作用一段時間，以徹底發揮藥效。若在短時間內從事性行為一次以上時，則須檢查是否需再用另一次藥物，因猛烈的性交活動會將大部分的藥劑擠出陰道外，導致不能發生作用。殺精子藥劑經常與別種避孕法合併使用，如保險套、隔膜等。

你的健康 是寶貝的希望  
讓我們守護你的健康