

緊急避孕

如果你在未採取避孕措施的情況下發生性行為，或者平時使用的避孕方法出現問題（錯過服用避孕藥、避孕套破裂），那麼採取緊急避孕措施可以幫助防止意外懷孕。

有兩種緊急避孕措施可供你使用：

- » 緊急避孕藥（ECP）
- » 含銅宮內節育器（Cu-IUD）

什麼是緊急避孕藥（ECP）

ECP有时称为“翌晨避孕药”。有两种ECP：左炔诺孕酮片（多种品牌）和醋酸乌利司他（售卖品牌为EllaOne™）。

ECP不一定要在晨间服用。ECP可以防止大约85%的预期怀孕。醋酸乌利司他比左炔诺孕酮片效果更好。ECP不是堕胎药。如果您已经怀孕，ECP不会起作用。

緊急避孕藥可以從藥房購買，不需要處方。

如何服用ECP?

ECP应在发生无保护性行为后尽快服用，最好在24小时（一日）之内服用，但是如果在96小时（四日）或120小时（5日）之内服用，仍有良好的效果，这取决于服用哪一种药。

有些藥物可降低 ECP 的藥效，你可能需要更大的劑量。請在服用 ECP 之前，與藥劑師或醫生討論你正在服用的任何藥物。

如果您在服用ECP后的两小时或三小时（取决于哪一种药）之内呕吐，应再服用一剂。如果在服药超过两小时或三小时之后呕吐，则无需再服用一剂。

可能有什麼副作用？

副作用并不常見，但有些婦女可能會感到胃部不適、乳房觸痛或頭痛。有些婦女在服用 ECP 後可能會出現月經不調。

在服用 ECP 後，如果出現以下情況，請找你的醫生、護士或藥劑師談談：

- » 你認為自己可能懷孕了
- » 你的下一次月經遲了七天以上
- » 你的經期比平時更短或者月經量更少
- » 你的下腹部出現突然疼痛或異常疼痛（這可能是宮外孕的徵兆，即受精卵在子宮外著床 — 這種情況很罕見，但很嚴重，需要立即就診）。

何處可以獲得 ECP?

你可以從當地藥房獲得緊急避孕藥。藥劑師可能會問你一些有關你的健康狀況的問題，確保你可以安全服用緊急避孕藥。

如果你年齡未滿16歲，藥劑師可能會問你一些問題，確保你明白服用緊急避孕藥的作用。

什麼是含銅宮內節育器（Cu-IUD）？

Cu-IUD 是一種放置於子宮內的小型避孕裝置。如果在發生未採取防護措施的性行為的五日之內插入，這種裝置是一種非常有效的緊急避孕方法。這種裝置只可以受過專門培訓的醫生或護士放置。

含銅 IUD 亦可用作持續的避孕方法。

持續避孕

如果你再次發生性行為，ECP 並不會降低懷孕風險。在一個月經週期中，可以安全服用 ECP 一次以上。但使用可靠的避孕措施才是防止意外懷孕的最佳方法。健康專業人士可以與你討論各種避孕選擇。

你是否知道？

- » 你有權使用避孕方法並且控制自己的生殖力。
- » 你可以選擇採取臨時可逆轉的避孕方法。
- » 有一些避孕方法無需伴侶參與。
- » 一些機構可提供相對低廉的一些避孕方法。
- » 採用避孕措施的大多數女性很少出現副作用問題。
- » 有一些類型的避孕方法不需要你記得每天使用。這些避孕法的效果可持續三至十年，稱為 LARCs 或長效可逆避孕方法。

避孕套始終都是一種很好的避孕方法

不論選擇什麼避孕方法，使用避孕套是防範性傳播疾病（STI）的唯一方法。

Chlamydia（衣原體）是澳洲最常見的 STI 之一。未經治療，Chlamydia 可導致不育症。每次性交時使用避孕套，是預防 HIV/AIDS 及其它 STI 的最佳防範措施。其它避孕方法不能防範性傳播感染。

男用避孕套

男用避孕套是指套在勃起（堅硬）陰莖上的精細橡膠套或合成材料安全套。

它可集起精子，阻止精子進入陰道和子宮（胎兒生長的地方）。

每次性交時都必須使用新的避孕套，並且留意正確套上和取下。避孕套僅可一次性使用，可在藥房（藥店）以及一些超市購買。

何處瞭解詳情

- » 當地醫生（GP）
- » 當地藥劑師
- » 護士專線（Nurse on Call）- 1300 60 60 24
- » Sexual Health Victoria
Tel: 03 9257 0100 or 1800 013 952（免費電話）網站：shvic.org.au
- » Women's 健康諮詢中心（僅限維多利亞州）
Royal Women's Hospital
電話：(03) 8345 3037 or 1800 442 007
（鄉村致電者）
電郵：wwcadmin@thewomens.org.au
- » Women's 藥物諮詢服務
電話：(03) 8345 3190
電郵：drug.information@thewomens.org.au

相關資料說明書

- » 避孕—你的選擇
- » 長效可逆避孕方法（LARC）
- » 避孕藥