

一、保險套

◆避孕原理

阻隔精子，使其無法進入陰道以達到避孕。

◆使用方法

1. 由邊緣撕開，勿由中間拆封以免傷到保險套。
2. 用手輕輕擠出保險套，不要拉出以免保險套破損。
3. 將乳突部捏扁排出其中空氣，再套於勃起的陰莖上。
4. 慢慢將保險套展開包住陰莖，須小心避免指甲或粗糙物品傷到保險套。
5. 射精後，立即用手指捏住保險套的開口端連同陰莖抽出陰道外，以免陰莖縮小時精液溢流至

陰道內。

6. 取下保險套，用衛生紙包好丟入垃圾桶，不可丟入馬桶、水溝。

◆應注意事項

1. 保險套應放在乾燥、陰涼、兒童拿不到的地方，不要長時期放在皮夾內，以免溫度或摩擦而

造成保險套破損。

2. 為促成高避孕效果，每次性交都必須使用，並千萬記得要在使用前乳突部的排氣，以及射精

後立刻連同陰莖離開陰道，這是最關鍵的避孕動作。

3. 若擔心會減低快感，可於展開後之保險套外邊塗抹潤滑劑。事實上，使用一段時間習慣後，

就不會有降低快感的問題了。

4. 保險套具伸縮性，無須擔心尺寸的問題。
5. 每次性行為均應全程正確使用保險套。

◆優點

1. 效果良好
2. 不必經醫師檢查即可使用。
3. 使用簡便。
4. 無禁忌症及副作用。
5. 新婚夫婦非常適合使用。
6. 可預防性病、愛滋病或其他性感染疾病。

◆避孕效果

若每次性交均正確使用，效果可達 90%。

◆避孕失敗而懷孕的後續因應對策

1. 若在性行為發生之 72 小時內，請即刻至醫院婦產科進行事後緊急避孕。若已超過 72 小時，

但在性行為後之 5 天內，可裝置事後避孕器。

2. 若性行為發生已超過緊急避孕措施期限，請於兩週後至婦產科檢查是否懷孕。
3. 如果意外懷孕，則有多元管道可以選擇，並非只有人工流產一途。請與婦產科醫師商討可諮

詢或諮商的管道，由專人協助作最適切的選擇。

4. 在任何階段，都可以尋求專業支持，例如心理諮商、伴侶關係協談或親子家庭會談。