

事後緊急避孕藥

使用緊急避孕藥

- ◆應在發生性行為 72 小時之內使用
- ◆已經懷孕者不可使用

使用緊急避孕器

- ◆事後緊急避孕器須在性行為後的 5 天內裝置

事後緊急避孕藥

◆避孕原理

1. 藉著藥物改變體內雌激素或黃體素含量，以抑制排卵使卵子無法受精。
2. 以藥物改變子宮內膜的受孕條件，讓受精卵無法著床。
3. 使子宮頸條件較不利於精蟲游到子宮內。

◆事後避孕藥的種類

1. 黃體素：這是目前合法的事後避孕藥，須經過醫師處方才可使用。
2. 雌激素：是傳統的避孕藥，藉著提高劑量來達到事後避孕的功效。
3. 雌激素與黃體素混合型避孕藥：也是傳統的避孕藥，藉著提高劑量的方式來做事後避孕。

◆服用法與應注意事項

1. 專用的事後避孕藥須服用兩顆，第一顆服用完，於 12 小時後服用第二顆，兩顆最好全部都在 72 小時內服用完畢。
2. 服用第二顆之前，先進食少許，可減輕嘔吐現象。
3. 若服用第一顆後兩小時內發生嘔吐，應儘快服下第二顆，因第一顆在嘔吐時可能並未被吸收。而 12 小時後仍須再服一顆，請在限定時間內主動與醫護人員聯絡以取得額外的藥丸。
4. 事後避孕藥為緊急補救的方式，不能當成常規使用，若長期服用會導致身體荷爾蒙過量負荷而損害身體。
5. 有子宮外孕史、輸卵管發炎、肝功能嚴重不良、消化性疾病的女性，須特別小心服用。
6. 服用後，月經遲遲未來潮，應至醫院檢查。

- ◆**避孕效果**：一般來說，所有藥丸在事後 72 小時內服用完畢，避孕效果可達 95%。

◆可能會遇到的問題

服用後可能會有的副作用包括：噁心、嘔吐、頭昏、頭痛、疲勞、下腹疼痛、乳房脹痛、陰道出血等。

◆緊急避孕成功後的身心復健與生活準備

1. 身體方面：不須特別的身體調理，可食用較為營養且清淡的食品，但不需要進補。確實作好避孕措施；若未來仍有生育計畫，請及早進行規劃。
2. 心理方面：可能會有一段心情沮喪時期，另一方面可能也會有鬆一口氣的感覺；在性關係中

可能會感到壓力；想要保守秘密，誰都不敢說；想要把事情遺忘，絕口不提；壓抑情緒，不

讓自己發洩；可能會在很久以後才對這次經歷有強烈感覺，這些都是正常的反應，不用太擔心。

3. 有可信賴的朋友或家人，找他們談談你的心情，至少有一個可靠的人可以與你一起分享秘密是

很有益的。寫日記與自己對話也是抒解心理壓力的好方式。為自己安排獨處的時間，做一些可

以放鬆心情或讓自己覺得溫暖的事，例如，閱讀有建設性的書籍資料、聽音樂、做瑜珈、運動

等。

4. 在家庭與兩性關係方面：找尋合宜時機，自己或與伴侶進行避孕生涯或生育規劃，讓懷孕只

出現在預期計劃中，避免可能面臨人工流產抉擇之交戰。在任何階段，都可以尋求專業支持，

例如心理諮商。

◆緊急避孕失敗而懷孕的後續因應對策

1. 請至婦產科檢查確定胎兒沒有受損；若狀況不適合胎兒發展，便可能需要進行人工流產。

2. 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。

事後緊急避孕器

◆事後避孕器原理

裝置銅質成份的子宮環避免受精卵著床於子宮內。

◆裝置法

擴大子宮頸後將避孕器放入子宮內，必須由醫師裝置。

◆裝置後應注意事項

1. 裝置後一星期內最好不要有性行為。
2. 裝置後即可開始工作，或適量休息一天亦可。
3. 務必記得自行檢查，尤其是月經來潮結束後。
4. 若正常量的月經該來而未來，請至醫院檢查。
5. 若需要長期裝置者，最好定期回醫院檢查：
 - (a) 裝置後第一次月經來潮結束後。
 - (b) 裝置半年後。
 - (c) 裝置一年後。
 - (d) 往後每年檢查一次。
6. 若有不適情況、懷疑避孕器不在子宮腔內或懷疑懷孕，應即刻求醫。

◆優點

有長期避孕作用

◆避孕效果

效果可達 99%。

◆避孕失敗而懷孕的後續因應對策

1. 請至婦產科檢查確定胎兒沒有受損；若狀況不適合胎兒發展，便可能需要進行人工流產。
2. 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。
3. 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。