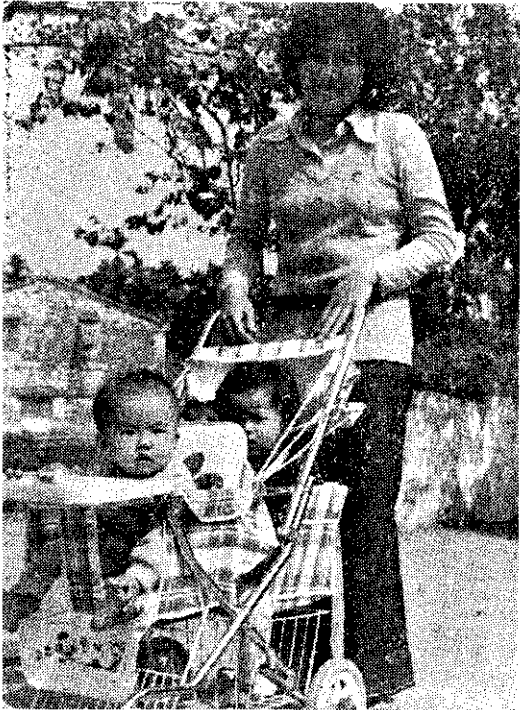


# 選擇適合你的避孕方法

• 徐新立 •



兩個孩子恰恰好

## 新婚期間理想的方法

### 先生使用保險套

一般認為新婚期間選擇保險套的理由，是新婚時太太總會有點害羞，所以她到底不會、也不敢靈巧地使用各種避孕器，因此由先生主動地採用保險套更可表現出對太太的愛護與體貼。

保險套是用資料極為細膩的橡膠製成的細長袋狀物，只用一層非常薄的薄膜包覆陰莖，所以在感覺上仍然像原來一樣，並沒有不適的感覺。使用前應先檢查有無破損，用手指壓住還未展開的保險套前端把空氣擠出，再慢慢的套上陰莖，

如能配合月經周期換算法更能增強避孕效果。

### 太太口服避孕藥

口服避孕藥所以成為世界各國婦女廣泛採用，是由於方便又簡單，只要能按時服用有近乎百分之百的效果。不但如此，它還可以減輕經前的緊張和經痛的症狀，又可使經期規則化，因此婦女可放心使用。

口服藥是利用類似正常女性荷爾蒙的合成荷爾蒙製成的片劑，在月經來潮的第5天開始服用第一月分的第一片白色藥片，而後每天一片，服完白色藥片繼服有色藥片。除了少數婦女在頭一個月會覺得嘔心外，不會發生嚴重的副作用。

口服藥除了身患肝炎、心臟病等口服藥的禁忌症外，它較適合新婚婦女使用，但為了效果及藥效適應起見，最好在結婚一個月前開始服用。衛生所及公立醫院家庭計畫門診免費供應，只收手續費每月分10元，並可接受醫生指示，使用較為安心。

## 產後婦女：樂普·子宮環

如果你剛生下可愛的小寶寶，樂普最適合您選用，在分娩後六星期裝置最為妥當，您可持產後介紹單到各地衛生所或公立醫院家庭計畫門診部及私人特約醫院裝置，樂普每案80元，政府補助50元，只收30元，優待期間全額補助，（子宮環只收50元）貧困婦女全部免費。

由於樂普是用塑膠製成，所以對體內組織刺激不大，也不會傷害到身體，安全而且效果高達98%。只要裝置一次就可有效的避孕直到您想生第二個孩子為止。僅有少數的婦女會有點狀出血，經期延長，月經量增多，輕微的腰酸腹痛現象，但這些不適症狀不久就會消失。沒有異物感，不妨碍性交，對夫妻的性生活並無影響。

## 一勞永逸：結紮法

以結紮方法達到節育目的，不僅我國大力推行，世界各國也在普遍實施。本省公私立醫院婦產科門診及泌尿科門診均有此項服務。如果您已有了兩個小孩或不想再生孩子，不妨考慮採用最安全最簡單而且具永久避孕功效的避孕方法。

但是手術前必須夫婦雙方慎重考慮及決心，一經手術後即無法恢復生育，適合於不想再生孩子的夫婦。

最近調查發現，男性接受結紮手術避孕的個案已普遍的增加，顯

然有逐漸傾於男性結紮的趨向。本來，家庭計畫就是夫妻雙方共同的責任，男人不但不應再自私地委由太太作避孕，且必須挺身而出主動實施節育，不僅可符合“每一個孩子都是父母期望所生”的原則，配合時代背景及家庭經濟，同時更是體貼太太的最佳表現，太太也會心存感激，對先生更加溫柔體貼，促進夫妻間的甜蜜融洽。

結紮與古代太監的閹割完全不同，因為閹割是去勢，和將輸精管切斷結紮意義不同。既不會影響工作能力，更不會影響性生活失去男性氣概，因此只要您是男性，就應摒棄舊有觀念與心理疑懼，替您心愛的妻子分担責任接受結紮。

手術很簡單，醫師只要在陰囊外上方皮膚割開一點五公分，把輸精管結紮並切斷，使睪丸產生的精子無法通過即可達避孕的效果，前後只費時20分鐘，休息半小時即可返家。

實施男性輸精管結紮後應該注意的是，結紮後至少要經過十次洩精才能排光現存的精子，亦即在這段過渡時期裡必須配合另外他種避孕方法，以免造成有孕及家庭糾紛。

女性輸卵管結紮，是將兩側輸卵管結紮使卵子無法與精子會合。通常有三種方式，一種是腹腔鏡結紮，第二種是迷你結紮法，第三種是由陰道切一小口進入腹腔，只需住院2、3天即可返家，適合於任何年齡，簡單又可永久避孕，更不會失去女性應有的特質。也由於房事前不必作任何準備，或擔心懷孕，正可高枕無憂的進行性生活，提高夫婦性生活情趣。

由於人口膨脹壓力已經威脅整個地球，世界各國深知今後如不加強避孕方法的研究，以及積極推行家庭計畫，勢難解決因人口的增加而產生的問題，因此均繼續作避孕

方法的研究，以期獲得更安全，可靠、方便便宜又舒適的方法。許多資料顯示，在未來的幾年內，新的避孕方法有：

### 未來的新方法

①殺精虫起泡片——效果比現有的藥片要好，這種安全素片幾乎沒有副作用，僅有極少數的婦女會感到陰道組織輕微的不適，等到效果和藥效確後即可行銷市面。

②皮下移植——這種藥效持久定期排出成分的皮下移植避孕方法，目前正在一些國家試用之中。在前腕或臀部使用可以自然分解的微膠囊或纖維來進行這種移植，以致被吸收不必再行開刀拿出。優點是方便而且效果良好，缺點則是有某些婦女會有不規則出血，以及植入或取出的麻煩。這種避孕方法預期可達到3年至5年的避孕效果。

③產後即刻裝置的子宮內避孕器——這種子宮內避孕器是加入突出物，用來作生產或人工流產之後的立刻裝置。這種突出物在經過一段時間之後會在婦女體內自然消失。

但因為產婦生產完後，產婦與醫護人員面對面的接觸，接受避孕的動機較強，使產後立即裝置增加其必要性。

只要研究結果証實有利於大規模推行，這種方法可在兩三年之內獲得廣泛使用。

④前列腺素栓劑——婦女將前列腺素當作坐藥塞入

陰道，以使月經規則化或達到人工流產的目的。已在試驗當中。

⑤含可溶性殺精虫藥物的保險套——含可溶殺精虫藥劑多乳酸鹽或甘醇酸鹽製成的薄形保險套，其成分可在性行為時溶解。這是男性避孕方法中，可以恢復生育力的僅有一種發明，而且很可能在五年內實現。

⑥陰道環——一種類似橡膠的化學品製成的陰道環，可以排放出黃體素和動情素。並可由婦女自行挿入，三周後來經時有取出，據其效果與避孕藥差不多，但却較省事。又其藥效由陰道壁自行吸收，不必經過肝臟和消化系統，副作用較少。五年內或可行銷市面。

除以上六種外，尚有陰道海綿墊及酒精注射人工流產術、化學性結紮法、男性避孕藥、避孕用噴鼻劑，每月一粒的口服藥，可回復的女性結紮法，排卵偵測器及免孕預防注射等均在試驗階段，如能試驗成功，將有助於家庭計畫的推行。



健康可愛(以安)