

那種 避孕方法

最適合農村夫婦？

廖純如

台灣地區推行家庭計畫工作，至今已有20多年。

據台灣省家庭計畫研究所的調查，台灣地區正在實行避孕的生育年齡夫婦，約佔育齡夫婦總數的65%；這個數目和已開發國家相差不多，但出生率却比開發國家高出很多，其中的一個主要原因是，避孕方法的繼續使用率偏低，以致影響避孕效果。例如有些夫婦使用口服避孕藥或保險套，當身邊的避孕器材用完時，沒有馬上補充，尤其在農村偏遠地區，可能由於交通不便或由於距離供應避孕器材的衛生所、西藥房較遠，也許中斷避孕方法只有1、2次，但仍有意外懷孕等的機會，以至造成家庭中的生育子女數，遠超過他們原來的理想子女數。

現在就讓我們共同來探討有關農村夫婦理想的避孕方法。

一．子宮內避孕裝置

在婦女的子宮內裝置避孕器如樂普、子宮環、銅T、銅7及母體樂等，即能產生避孕效果，一般婦女都可以使用，尤其是希望間隔生育的婦女，只要在想要懷孕期間取出，很快就可以受孕。



裝置避孕器的最大好處是，裝置後馬上有避孕效果。

子宮內避孕裝置最大的好處是，裝置後馬上有避孕效果，而且可以長期使用，性交前也不必做任何準備，但是也有缺點，如月經量增多，有時避孕器會隨經血一起排出而不自覺，因此每年須到婦產科做定期檢查，以確定避孕器是否仍在，如果裝的是含銅的避孕器如銅T、銅7或母體樂等，則2年須更換一次，不僅麻煩且增加負擔。

子宮內避孕器的失敗率約為3%~5%，對於已有足夠子女的夫婦而言，實在不是一種十分理想的避孕方法。

二．口服避孕藥

口服避孕藥是人工合成的類似女性荷爾蒙的藥片，婦女每日服用後，可以使卵巢暫時不排卵而產生避孕等效果，最適合新婚婦女使用，想懷孕時，只要停止服用一段時間，很快即可受孕。它的避孕效果幾達100%，但需每天服用，非常麻煩，遇到農忙期，萬一忘記服用2天以上，就沒有避孕效果，有些醫師還建議，1次服藥期間最好不要超過5年，對於不想再生育的夫婦，長期服用避孕藥總不是理想的辦法。

三．保險套

保險套是用橡膠製成的很薄的袋形東西，性交時套在男性陰莖上，可以阻止精子進入女性陰道，精子沒有機會和卵子結合，所以可以避孕。目前本省供應的保險套，由於不斷改進，品質優良，使用舒適，不影響夫婦間的性生活及身體健康，所以深受一般夫婦歡迎。它的缺點是必須每次行房都要使用，有時因為保險套用完了，沒有即時補充，或因與孩子們同睡一房不方便使用，或因農忙、工作疲勞等原因，疏忽了1、2次，以致有懷孕的可能，對於須要長久避孕的夫婦，實在是很麻煩的，況且它的避孕效果約為95%，所以並不是最可靠的避孕方法。

四·男性結紮

如果孩子已經到了理想的數目時，就可以考慮到永久性的避孕方法，男性結紮是最安全、最簡單、最有效的避孕方法之一，醫師在陰囊上端局部麻醉後，切開約2公分，將輸精管結紮並切斷，使睪丸產生的精子不能通過，而達到一勞永逸的避孕效果。

有些人擔心結紮後，會影響夫妻性生活，其實輸精管結紮只是切斷精子的通路，而精子只佔精液中的5%，大部份的精液仍在精囊和前列腺產生，不受結紮的影響，因此結紮後照樣有精液分泌射出，對夫妻性生活不但沒有影響，而且因為結紮後不必擔心懷孕，以及免除麻煩的避孕方法，反而更能增加性生活的美滿。

有些人把男性結紮和去勢連在一起，其實輸精管結紮顧名思義，只是把精蟲的通路切斷，並沒有拿掉睪丸，男性荷爾蒙照常分泌，所以結紮後不會影響性滿足與性的功能。而閹割則是將睪丸割除，因此無法製造男性荷爾蒙，這和輸精管結紮不同，不能混為一談。

由於粗重的莊家工作大多落在男性身上，因此大家不免要考慮，結紮後是否影響工作能力的問題。男性結紮只是陰囊內的小手術，手術時間大約10~20分鐘，很簡單，不須住院，手術後馬上可以回家休息，在最初的2、3天內，不要從事粗重工作或激烈運動，若傷口癒合良好，約在1星期左右拆線，只要感覺一切順利，即可以恢復正常的工作或開始性生活。

男性結紮最適合決心不再生育、住在偏遠且交通不便地區的夫婦使用，既可以省去每次行房前的準備工作，也可以不必為避孕器材中斷使用而擔心受孕，影響夫妻感情，男性結紮更是先生體貼太太的表現。有一點特別須要提醒的，就是男性結紮後不能馬上產生避孕作用，因為結紮前已經有精子儲存在精囊內，所以要經過多次射精以後，一般大約射精8~10次後，回到醫院檢查，確定精液中已經沒有精蟲時，才可以放心不使用其他避孕方法。



男性或女性結紮後，因不受懷孕的威脅，更能增加閨房樂趣。

五·女性結紮

女性結紮是指輸卵管結紮手術，目前醫師大多作腹部迷你結紮手術，把輸卵管結紮起來並切斷，使卵子無法和精子結合，達到避孕的目的。這種手術不是切除子宮，更不宰延卵巢，所以月經照樣來，卵巢依然排卵，不會影響女性荷爾蒙的分泌功能，手術後1星期可恢復性生活，不須再用其他的避孕方法。

有些人擔心太年輕不能做輸卵管結紮，其實年輕婦女只要個性成熟，情緒穩定且有足夠的孩子數，決心不再生育時，結紮是最好的方法，可以免除長久的使用其他麻煩的避孕方法，尤其目前推行的腹部迷你結紮手術，不僅傷口小，且僅需10幾分鐘就可完成，手術後不須住院，回家休息2、3天，避免做粗重工作或激烈運動，大約1星期後拆線，就可恢復正常生活。

輸卵管結紮根本不影響內分泌及腦神經，而且手術後因為沒有懷孕的恐懼，心情反而能永遠保持愉快，怎會性情暴躁或精神失常呢？

女性結紮最適合農村婦女在生產完最後一個孩子時同時施行，尤其是大家庭的婦女，手術後可在坐月子期間得到充分的休養，避免手術後仍須操作繁重的家務工作，影響身體健康。

總之，輸卵管結紮也是一勞永逸的避孕方法，可以省去麻煩的每天服藥或行房前的準備工作，也不須要時常補充避孕器材，同時可因為不受懷孕等的威脅，而更能增加閨房樂趣。



女性



男性