

# 關心妳及家人的健康—— 請利用生育保健信箱

省家庭計畫研究所 / 陳碧霞

人的生命週期是不變的，為綿延生生不息，由一對夫妻結婚重組一個新的家庭開始，就要計劃準備迎接新的一代生命，有人以歡喜的心情期待他（她）的來臨，相反的，有部分的人卻愁眉苦臉似不歡迎這個不速之客，給他們帶來不悅的感覺。因此，若能事前做好萬全的避孕準備，選擇安全有效的避孕方法，應可使他們稱心如意，不但可按照自己的意願去規劃生兒育女的大事，又可無煩惱的全心全意去工作。台灣省家庭計畫研究所關心您們全家的幸福健康，對象包括已婚及未婚婦女，老少皆宜，以及青少年之青春期的種種問題等，我們有專業人員為大家服務，民衆有問題歡迎多多利用台中市47-8號信箱，或打電話到當地衛生局或衛生所詢問亦可，民衆有問題最好請教專業人員，讓我們協助您解決心中的疑問。以下是引述一些避孕上常見的問題，供讀者參考。



## 狀況一

某小姐與男朋友已交往一段期間，即將步上紅毯的另一端，計劃結婚後不想太早懷孕生子，等彼此都能適應環境並有穩定的工作後再打算生孩子，問其在新婚期間使用那一種避孕方法既好且方便？

答：對於新婚夫妻於婚前多讓彼此適應一段時間，再打算懷孕生子，這是很好的婚前計劃準備工作。至於新婚期間避孕方法的選擇是以方便簡單又安全有效的方法，如：口服避孕藥或保險套都可以，不僅使用方便，若想生育時隨時停用，不需經過麻煩的手續，即可恢復生育，若使用口服避孕藥避孕時，最好是停藥後三個月後再準備懷孕。

## 狀況二

李太太已生育第一個小孩，因為孩子沒人幫忙照顧而辭掉工作專心處理家務事，並有較多的時間陪伴孩子，暫時不想太早生育第二個孩子，準確裝置子宮內避孕器來避孕，請問裝置後會些什麼反應？

答：子宮內避孕器裝置後的反應，有些人在裝置初期可能有點狀出血、經期延長、經量較多、腰酸、下腹微痛等現象，這些短期的不適症狀，身體很快就可以調適，隨之症狀就可消失。但這些暫時性的副作用反應若持續沒有消失，應儘快回診，找為您裝置的醫師檢查治療。

## 狀況三

林太太是四十多歲的人，已育有兩個小孩，以前曾服用過口服避孕藥，現兩個孩子已心滿意足，決定不想再生育，請問是否有一勞永逸的避孕方法呢？

答：選擇男性或女性結紮是一勞永逸的最好避孕方法。男性結紮是在陰囊上端局部麻醉後開刀，傷口僅約二公分，把輸精管結紮起來並切斷，手術簡單不需全身麻醉，在門診休息後即可回家，不需要住院。而女性結紮是從腹部或陰道插入，把輸卵管結紮起來並切斷，手術時需要半身麻醉，約需住院一、二天才可回家。結紮手術後身體未恢復前，切記避免做粗重的工作，休息數日後，即可恢復正常工作。

## 問一

口服避孕藥是一包一包已經調劑好的，以前到衛生所領口服避孕藥時手續很方便，而現在為什麼要那麼麻煩？需要掛號經醫師診察後才能領藥呢？

答：口服避孕藥是一種賀爾蒙製劑，其成分是包含動情素和黃體素兩種，為因應每個人體質及服用後反應之差異，而調劑成不同劑量的劑型，所以它是已調劑好



一包一包的藥劑，衛生所供應的口服避孕藥，最常用的有四種劑型（1、2、3及4號），即混合固定和三段式的劑型，由於每種劑型的劑量不同，應由醫師來診斷以確定您適合服用那種劑型領口服避孕藥時經由醫護人員問診才領藥，領藥掛號雖然麻煩一點，但可請醫師為妳診查健康的情形，及衛生所護理人員的健康諮詢服務。

## 問二

曾在報章雜誌上見到有關口服避孕藥的研究報導，請問口服避孕藥除了可作為避孕之用外，對於身體上是不是還有其他之作用或益處？

答：經醫學上的研究報導口服避孕藥除可避孕外，還有其他之優點如：

- ①減輕經痛、減緩經前緊張症候群
- ②調輕
- ③減輕貧血
- ④減少骨盆腔發炎及子宮外孕的機會
- ⑤減少子宮肌瘤、子宮內膜癌及卵巢癌
- ⑥減少乳房良性腫瘤及功能性卵巢囊腫

## 問三

口服避孕藥不知道要怎麼吃？什麼時間吃較適當？

答：口服避孕藥的服用方法是否正確很重要，有些人因未按指示服用，致發生



→ 避孕效果不佳的情形。其服用方法如下：

1. 一般婦女：在任何一次月經來潮的第五天都可以開始，每晚臨睡前吃。
2. 新婚婦女：最好在結婚前一個月，月經來潮的第五天開始吃，先使自己適應一個月。
3. 產後婦女：足月產婦於產後二至三週開始吃；但欲餵母乳者不可使用口服避孕藥（會降低乳汁分泌），改使用其他種避孕方法。
4. 自然或人工流產婦女：於流產當月及流產後五天內儘早開始服用。

## 問四

在剛開始服用口服避孕藥時，常常會因事情忙碌而忘記服用口服避孕藥，怎麼辦？

答：1. 如果第二天想起來，應儘速在十二小時內補服。

2. 如已超過十二小時，就趕快補吃忘記的那一粒，當天應服的一粒仍須按時服用。

3. 如連續兩天忘記服用，應連續兩天服用兩粒，以後再每天服用一粒。雖已補服，但恐避孕效果受影響，必須兼採其他避孕方法，如保險套等。

4. 若兩天以上忘記服藥，而發生出血現象時，則停止服藥，當作一次月經，再從出血第五天重新開始吃另一包新藥。

## 問五

什麼是醫師處方藥？為什麼口服避孕藥是醫師處方藥呢？

答：依藥事法施行細則第三條規定：醫師處方藥係指經中央衛生主管機關審定，在藥品許可證上載明需由醫師處方或限由醫師使用者。因口服避孕藥是賀爾蒙製劑，對人體的新陳代謝和血液循環會產生影響，必須經由醫師診察，依個人的體質判斷是否適合服用口服避孕藥。 ☞

# 安豐牌網室專用網

## 農、漁、牧、養殖業專用

主要產品：

木瓜網室防蟲專用網・蔬菜網室覆蓋網・養殖業保溫網・果樹防鳥防蠅網・溫室網・針織遮光網・高級紗窗網・建築用安全護網

**吉田塑膠織網股份有限公司**

住址：彰化縣鹿港鎮彰頂路22巷137號  
TEL: (04) 7711621 FAX: (04) 7716328

