



緊急避孕丸 (EC) 可以在性行為之後防止懷孕。如果您沒有避孕或避孕方法失敗，緊急避孕丸可以提供協助。這類避孕丸的品牌名稱是「B計畫」，因為其設計就是為了在常規避孕法失敗時作為備用計畫。最常見的緊急避孕丸就是一種內含黃體激素荷爾蒙的單一藥丸。

以下為使用前須知：

1. 進行不安全的性行為之後，請儘速服用。
2. 可在進行不安全的性行為後最多 5 天內服用。

何處可以取得緊急避孕丸？

如果您已年滿 17 歲，可以從 Kaiser Permanente 藥房或藥局購買 EC。如果未滿 17 歲，在需要此

藥物前或進行不安全的性行為後，請儘速致電醫師或其他醫療保健服務提供者以取得 EC 處方。如果提供者開立處方，您可以從 Kaiser Permanente 藥房免費取得 EC。

緊急避孕丸的功效如何？

進行不安全的性行為後，您越早服用 EC，它預防懷孕的功效就越卓著。因此，如果有需要，請提前服用。但請注意，服用之後使用保險套或在月經報到之前停止從事性行為，仍是非常重要的。

如果您在進行不安全的性行為後 72 小時 (3 天) 內服用 EC，懷孕的風險可降低百分之八十九。如果您在進行不安全的性行為後 5 天內服用 EC，懷孕的風險可降低百分之八十至八十五。也就是說，進行不安全的性行為後使用 EC 的 100 位女性中，只有 1 或 2 位會懷孕，但同樣情況下沒有使用 EC 的 100 位女性中，則有 8 位會懷孕。

緊急避孕丸的功效如何？

緊急避孕丸可以透過 3 種方式防止懷孕：

1. EC 可能使您的身體延後排卵。
2. EC 可以阻止精子穿入卵子 (受精)。

3. EC 可以阻止受精卵附著在子宮內膜上 (植入)。

如果您已經懷孕，EC 不會導致流產。EC 並非 RU-486 或法式墮胎藥。

EC 有哪些優點？

- EC 有助於防止意外懷孕及不當時機的懷孕與墮胎。
- EC 非常安全。就算您因為醫療上的理由無法服用避孕丸，通常仍可使用 EC。
- 您可以也應當在需要前先續配 EC 處方，一旦碰到緊急狀況，才能及時服用。如果您正在服藥或疾病情況不利於懷胎，請要求醫療專業人士為您開立 EC 處方。
- EC 不是墮胎藥，如果您已經懷孕，它也不會損及胎兒健康。

如果您符合以下情況，請考慮使用緊急避孕丸...

- 保險套破裂、滑脫或掉落
- 多次忘記服用避孕丸
- 在沒有避孕的情況下發生非預期的性行為
- 子宮帽滑動並脫離原位
- 注射避孕針的時間有所延誤，並發生非預期的性行為
- 被迫性交
- 伴侶拒絕使用或不讓您避孕

EC 有哪些缺點？

- 服用 EC 後，您可能會覺得胃部作嘔或感到頭痛。通常只有輕微的噁心感，而且一天左右就會消失。如果您服藥後兩小時內嘔吐，請致電醫師或醫療保健服務提供者。
- 您可能會出現月經點狀出血或出血。乳房可能會發生觸痛現象。
- EC 的效果不比常規避孕法，例如避孕丸或狄波黃體素避孕針。
- 您不應如常規避孕法般反覆使用 EC，因為它的效果不比其他避孕法。但是，如果您不得不使用 EC 一次以上，也不會有害。
- EC 無法保護您遭到性病傳染。
- 如果您已經懷孕，EC 就沒有效果。

接下來會發生什麼事？

現在是計畫常規、有效避孕方法的時機了。請儘速與醫師或醫療保健服務提供者談談您的避孕選擇。在取得常規避孕處方前，請每次性行為時都使用保險套。如果您曾經服用避孕丸或想要開始服用，最好在服用 EC 隔天再開始。因為有些避孕方法必須從您

下一次月經週期開始，因此請儘速致電醫師或其他醫療保健服務提供者，這一點很重要。如果您有關於酒精或用藥的問題，或在關係中受虐因此難以使用常規避孕法，請與您的醫療保健服務提供者討論。

會影響月經週期嗎？

您下一次經期可能會比平常稍早或稍晚開始。月經出血可能會比平常量多或量少。如果 3 到 4 週內經期還沒開始，請進行妊娠測試。您可能懷孕了。

如果出現任何不尋常的疼痛、出血或陰道分泌物，請致電您的醫師或醫療保健服務提供者。這些情況可能是遭到感染或其他醫療需求的徵兆。

終於能放鬆心情了！月經來了，然後呢？

同樣的，請務必總是使用有效的避孕方法。

此外，記得每次進行性行為時都正確使用保險套，以保護自己不在沒有計畫的情況下懷孕，或遭到性病（STD）傳染，例如愛滋病。如果您進行性行為時沒有使

用保險套，可能暴露在性病的風險當中。常見的衣原體性病可能完全沒有症狀。雖然衣原體可以治癒，但如果沒有及時治療，可能會導致內部疤痕，讓您日後無法正常懷孕。您可以致電醫師或醫療保健服務提供者進行約診，和他們討論性病檢測的情況。

其他資源

- 請連線至我們的網站 kp.org，查看我們的保健與藥物百科全書、互動計畫、健康課程以及更多其他活動。
- 聯絡您當地的 Kaiser Permanente 健康教育中心或部門，瞭解健康資訊、計畫及其他資源。
- 如果您遭受伴侶或配偶毆打、傷害或威脅，可能會嚴重影響您的健康。您可以尋求協助。請致電「全國家庭暴力熱線」（National Domestic Violence Hotline）1-800-799-7233，或連結至 ndvh.org。
- 請致電「全國性虐待熱線」（National Sexual Assault Hotline）800-656-HOPE（4673）。