

子宮內避孕措施或 宮內避孕器(IUD)



「我原來準備在生過最後一胎之後接受輸卵管結紮手術。但我改用了附銅宮內避孕器。我可以根據自己的意願而改變主意。」

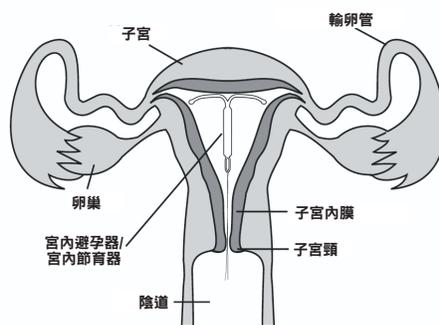
「在使用激素宮內避孕器以前，我的月經量非常多，並有疼痛感。現在，疼痛感已經消失，而且經期出血量很少。」

— Kaiser Permanente 計畫成員

宮內避孕器(IUD)是一種呈T形狀的小型避孕用具，可置入子宮內，以達到避孕目的。在美國，有兩種子宮內避孕方法可供選擇。

- 附銅宮內避孕器採用塑料製成，而且局部有銅覆蓋。其品牌名稱之一為Paragard。
- 激素宮內避孕器採用塑料製成，且含有一種稱為荷爾蒙左旋諾孕酮的孕激素。其品牌名稱之一為Mirena。

置入子宮內的宮內避孕器



宮內避孕器如何起避孕作用？

附銅宮內避孕器可抑制並殺滅精子，從而阻止卵子受精。激素宮內避孕器每天釋放微量荷爾蒙左旋諾孕酮。這將造成宮頸黏液濃度增加，並阻止精子進入子宮，從而達到阻止卵子受精的目的。激素宮內避孕器還可造成子宮內膜變薄，從而阻止妊娠。

宮內避孕器的效用如何？

這兩種宮內避孕器的避孕效果均超過99%。附銅宮內避孕器的有效使用壽命最長可達12年，而激素宮內避孕器的有效使用壽命最長可達7年。

宮內避孕器置入後，最快需要多久可以開始起避孕作用？

如果於經期的最初7天內置入激素宮內避孕器，或者於置入激素宮內避孕器時您正在使用另一種激素避孕方法，宮內避孕器則將在置入術之後立即開始起避孕作用。若在其他時間置入，則建議您採取為期7天的備用避孕措施。

附銅宮內避孕器將於置入術後立即開始起避孕作用。

宮內避孕器是否安全？

是的，宮內避孕器具有極好的安全使用記錄。應採用更安全的方式進行房事，藉以減少患性傳染病的風險。

使用宮內避孕器有哪些益處？

- 便利性：您不必為記住相關事項而費腦筋。
- 效用：宮內避孕器的避孕效果超過99%。
- 可取消使用：當您希望再次懷孕或者有這種願望時，可以請醫生取出宮內避孕器，且方法簡單易行。在取出之後，宮內避孕器不會改變女性的生育能力或懷孕機會。
- 與避孕無關的益處：激素宮內避孕器還可減少經期出血量、減少患貧血症的風險、減輕經期痙攣症狀和盆腔疼痛、減少患子宮內膜癌的風險，而且也可起到絕經期後孕激素治療作用。
- 掌握對身體的自主權：某些女性在自己並不情願的情形下被迫發生性行為或者懷孕；而某些性伴侶可能會對避孕措施加以干涉或拒絕使用男用保險套。宮內避孕器可提供一種安全、保護隱私且能有效避孕的選擇。

使用宮內避孕器有哪些不利之處？

- 在宮內避孕器置入時，可能會出現輕度至中度痙攣。於宮內避孕器置入術之前服用布洛芬(ibuprofen)會有益處。

子宮內避孕措施或 宮內避孕器(IUD)

- 有少數女性可能會在宮內避孕器置入術後發生感染；或者會發生宮內避孕器穿透子宮壁的情形。這兩者均屬於極為罕見的情況。
- 在宮內避孕器置入術後，某些女性可能會出現為期達數週至數月之久的點狀出血（輕度出血）。就上述兩種宮內避孕器而言，在置入術後最初六週內，這屬於正常現象。若使用激素宮內避孕器，點狀出血現象可能會持續數月之久。
- 若使用附銅宮內避孕器，經期出血量可能會更多一些，持續時間可能會更長，而且痙攣感可能會加劇。這些症狀會逐漸減輕。
- 在極罕見的情況下，某些女性會在使用宮內避孕器期間懷孕；而這些女性發生輸卵管（異位）妊娠的可能性會增加。

如何獲取宮內避孕器？

您的婦產科醫師或執業護理師可在您看門診時為您作宮內避孕器子宮置入手術。您的醫療保健服務提供者將會向您提出一些問題；並做一項測試化驗，以確保您未懷孕。將使用一個稱為窺鏡的小型儀器輕輕張開陰道內壁，藉以顯露子宮頸。然後利用一根細管將宮內避孕器經由子宮頸而伸入子宮。

我是否會感到宮內避孕器在體內？

不會如此。上述兩種宮內避孕器均十分柔軟易曲；因此您對體內的宮內避孕

器不應有絲毫感覺。您可於經期內照常使用衛生墊或月經棉棒。若您在房事過程中有疼痛感，則應告知您的醫生，以便醫生對您的宮內避孕器進行檢查。於經期過後檢查宮內避孕器引線是一種明智的做法。若避孕器引線消失或比原先長，則應致電您的醫療保健服務提供者。

我的性伴侶是否會感覺到我體內的宮內避孕器？

不會如此。在房事過程中，您或您的性伴侶均不應感覺到您體內的宮內避孕器。若您的性伴侶對宮內避孕器引線感到煩惱，則可將引線削短，甚至將其塞入子宮頸內。

宮內避孕器是否會引發盆腔炎(PID)之類的感染？

不會如此。盆腔炎與性傳染病有關，例如衣原體感染等。某些研究結果表明，激素宮內避孕器具有預防盆腔炎的作用。即使您有衣原體感染或淋病患病史、曾有過子宮感染症，或者曾在三個月以前患過盆腔炎，使用宮內避孕器是一種對您有益的選擇。

在取出宮內避孕器後，我是否仍能懷孕？

是的。在取出宮內避孕器後，您能很快懷孕；而且您懷孕的可能性與其他同齡女性等同。

在宮內避孕器置入之前，是否必須生育過孩子？

並非如此。從未懷過孕的女性也可接受宮內避孕器置入術。

是否可於妊娠終止（流產）後接受宮內避孕器置入術？

於孕期最初三個月或孕期中期三個月後終止妊娠，不會增加受感染的風險。

其他服務資源

- 瀏覽您醫生的網站主頁，以使用網上醫療保健工具、檢視疾病預防服務提醒資訊、查看大部份化驗測試結果，並閱覽其他內容；網址是 kp.org/mydoctor。
- 瀏覽我們的避孕措施瀏覽器；網址是 kp.org/mydoctor/birthcontrol。根據有效性及方便性來分類和比較各種方式方法。
- 聯絡 Kaiser Permanente 健康教育中心或部門，以便瞭解健康資訊、計畫和其他服務資源。
- 若您受到同居伴侶或配偶的毆打、傷害或威脅，或者您的同居伴侶對您的避孕措施進行干涉，這會造成壓力，並會對您的健康產生嚴重影響。您可獲得幫助。請致電全國防止家庭暴力幫助專線，電話號碼是 1-800-799-7233，或者經由網路聯絡，網址是 ndvh.org。

此資訊並無意對任何健康問題進行診斷，亦無意取代醫生或其他專職醫療保健人員為您提供的醫囑或醫護服務。若您有持續存在的健康問題，或者還有其他疑問，請向您的醫生諮詢。如果您對自己的藥物存有疑問或需要更多的資訊，請與您的藥劑師交談。對上述藥物或產品，Kaiser Permanente 均不予以認可。上列任何商標名稱均僅僅用於便於識別之目的。

© 2002, The Permanente Medical Group, Inc. 版權所有。本公司保留全部權利。地區健康教育。011061-405 (Revised 2/18) Intrauterine Contraception or Intrauterine Device (IUD)