

【讀者mail box】：避孕不止一「套」

2017年10月24日 讀者mail box, 避孕



【明報專訊】問：使用避孕套避孕，但避孕套常常滑入陰道，有時甚至需要到診所把套取出，究竟除了避孕套外，還有什麼成功率高的避孕方法？

答：使用避孕套失敗的原因，一般是使用方法不正確，沒有全程使用，避孕套尺寸不對、存放不妥當或質料變質等。雖然避孕套是唯一可預防性病的避孕方法，但成功率取決於使用方法正確與否，而很多人都沒有正確使用，所以實際成功率較低。

避孕針逾99%成功

避孕方法有長效和短效之分，長效方法如結紮手術、子宮環、避孕針等都超過99%成功率。短效方法中成功率最高為口服避孕藥，超過99%。避孕藥是醫學界認可可以長期服用的藥物，其作用是抑制卵巢排卵及使宮頸分泌改變，令精子無法進入子宮。開始服用避孕藥，荷爾蒙適應期時可能出現短暫水腫，適應後一般會消失，而新一代的避孕藥劑量低，部分還有黃體素成分可抗水腫，所以通常不會增磅。

(註)

新型避孕藥 一般不會增磅

避孕藥藥效短，停藥後立即有機會受孕。事實上，很多影響到生育能力的婦科問題例如子宮內膜異位、卵巢多囊症等都會用避孕藥治療，所以不必擔心長期服用避孕藥影響生育。就算懷孕中的女性於不知情下服用，也不會影響胎兒，不存在導致畸胎的問題。如無吸煙習慣或其他健康狀況如高血壓、心臟病、糖尿病等，一般可以服用至停經。產後若沒有餵哺母乳，則可以在分娩後21至28日開始服用避孕藥；若有餵哺母乳，建議停止哺乳後才開始服用。

安全期不安全

其他短效避孕方法有體外射精和安全期。體外射精現實成功率低，而安全期是一種透過計算經期來避孕的方法，但很多女性經期不規律，而且排卵期會受情緒、壓力、生活習慣等因素影響，所以不太可靠。

註：雌激素含量30微克或以下屬於低劑量，20微克或以下屬於超低劑量

文：黃凝（婦產科專科醫生）