

國軍左營總醫院護理部

避孕五方法

類別	適用對象	優點	缺點	注意事項
保險套	男性	方便、易使用、無禁忌、無副作用、可防止性病、愛滋病	若使用不當，易造成保險套破損，喪失避孕功能。	1. 保險套應放置乾燥、陰涼處，勿長期放置皮夾內以免溫度及摩擦而致破損。 2. 陰莖勃起時即應戴上。
子宮內避孕器	女性	避孕效果達 95% 至 98%	腹痛 經血量增加 增加骨盆腔感染 可能會造成異位或子宮穿孔。	1. 月經結束後 2-3 天裝置。 2. 每 3-5 年更換乙次。 3. 每半年接受追蹤檢查。
口服避孕藥	女性	避孕效果達 100%	體重增加、噁心、嘔吐、乳房壓痛、點狀出血。 需在固定時間點吃藥，如忘記或服藥時間不固定將會影響避孕效果。	1. 需經醫師診察後開立服用。 2. 有血栓症、高血脂、糖尿病者不能服用。 3. 每 6 個月定期婦科檢查。
男性結紮	男性且已生育理想子女數	避孕效果達 100%	再恢復生育機能性極微。	結紮後需射精 15-20 次以上，經檢查精液中無精蟲存在後，才能完全不使用其他避孕方法。
女性結紮	女性且已生育理想子女數	避孕效果達 100%	再恢復生育機能性極微	無