避孕方法-药物避孕

药物节育法(birth control medication)是指用药物来起到节育避孕的方法。凡能起到避孕作用的药物都称为避孕药。药物节育的作用主要是抑制精卵产生、成熟、排放或阻止着床。目前主要是女用避孕药分为内用药和外用药。

一、紧急避孕(事后避孕)

紧急避孕(emergency contraception)又称事后避孕,是在没有采取避孕措施或避孕失败的性生活后,为了避免受孕而采取的应急补救措施。比如性生活中避孕套破裂或脱落、体外排精不及时等,都可能受孕,应尽早采取补救措施以免怀孕,造成不必要的麻烦和痛苦。

事后避孕有物理法和化学法两大类。物理法是在性生活后在宫腔内放置节育器,阻止受精卵着床和发育。但实际很少用。化学法则是性生活后服用事后避孕药(紧急避孕药)达到避孕目的。其作用机理是通过抑制排卵、阻止精卵结合和使子宫内膜生长不同步等三个途径来实现。这类避孕药主要有雌激素类、孕激素类、雌激素和孕激素包合类药物等。雌激素类药用药剂量大,副作用和并发症较多,故不常用;雌激素和孕激素配伍复合类药、孕激素类药服用次数少,副作用少,目前广泛使用。如目前市面推广使用的紧急避孕专用药一一毓婷,就是重要的一种。毓婷是世界卫生组织和我国计划生育部门新近开展的一个新项目。服用方法是性生活后72小时内服用第一片,间隔12小时服用第二片,即可达到避孕目的。避孕率可达98%以上。服用剂量小,用药时间短,且偶尔用药,所以几乎无副作用,偶尔有头痛、恶心等症状也很快消失。但毓婷不能做为常规避孕药,只能作为事后补救措施偶尔为之。服用后3个月到半年内,最好不要再次服用。经常服用毓婷可导致经期紊乱、总失败率上升或宫外孕几率增加,甚至可能导致卵巢早衰。同时,毓婷仅用于上一次无防护性生活之后,对下一次无防护性生活不起作用。

总之,避孕失败是难以预料的事,因此在采用常规方法避孕的同时,最好准备一些事后避孕 药。但任何事后避孕药或多或少都有副作用,容易引起一些不良反应,故不能常用,根本的方法是 做好避孕措施。

二、口服避孕药

内用药主要成分是人工合成雌激素和孕激素,包括短效口服避孕药、长效口服避孕药、长效避孕针、速效避孕药(也称探亲药)等。不同内服药的服用方法和剂量等各不相同,应按医生吩咐或产品说明服用。只要按要求服用,均可获得理想的避孕效果,避孕率可达 99%以上。内服药有一定的副作用,如类早孕反应、突破性出血(服药期间,阴道突然出血)、月经周期改变、月经过少或闭经、白带增多、肝功异常、色素沉积等症状。

(一) 短效口服避孕药

短效口服避孕药是由雌激素和孕激素配制而成的复方药物,通过抑制排卵、改变子宫内膜环境、改变宫颈粘液的性状、阻止精子穿透、抗着床等机制而达到避孕的目的,避孕有效率达 99%以上,是一种适合健康育龄女性的常规避孕方式。

服用方法见各药品说明书。一般是以28天为一个完整周期进行服用。常见单相口服避孕药为每盒21片,每天服用1片,连续服用21天后停药7天,接着服用下一盒。

其优点是方便,不影响夫妻性生活,调经作用,还有降低卵巢子宫癌发病率,预防宫外孕等作用。缺点是每日按时服用,少数有不良反应等。

可能的副作用主要有:

恶心:不同的药物发生率不同。恶心一般持续不超过24小时。

呕吐:不同的药物发生率不同。通常认为,与食物同时服用或睡觉前服药可以减少恶心、呕吐的发生率,但无确切的临床资料。

不规则子宫出血:有些妇女用药后会有阴道点滴出血,一般无需处理,坚持服用 1-3 个月,症状通常会消失。

月经改变: 多数妇女月经会按时来潮,也有一部分妇女月经提前或延迟。

其他: 乳房胀痛、头痛、头晕、乏力等,这些症状一般较轻微,持续时间不超过24小时。

一般说,年龄在35岁以上的嗜烟者、哺乳期以及肝炎、肾炎、高血压、心脏病等疾病患者不宜使用此类药。

(二) 探亲避孕药

探亲避孕药是一种速效避孕药,不受月经周期的限制,在探亲前一天或当天开始服用,即可起到速效的避孕效果,适合新婚后在一起同居时间不长或短期回家探亲的夫妇使用。

按不同探亲避孕药的说明书要求服用。适合探亲时使用,一般一年内使用少于2次,每次持续2-3周。其缺点是探亲时连续服用,可能出现月经不调和类早孕反应等症状。

(三)长效口服避孕药

按说明书说明服用。服用时要求比较严格,一定要从月经来潮的第5天吃第1片,间隔20天吃第2片,以后每个月吃1片,以第2次吃药的时间为准。这样,以后每月服用一次即可起到避孕效果。一般未育女性不使用,停药3个月以上考虑怀孕较好。

优点: 高效,长效,可逆,不须每日服药,易于使用和发放,不影响性生活。

缺点:有的妇女服用长效避孕药后,经量会增加,经期会延长,还可能引起闭经。

副作用:服用长效避孕药期间会有恶。恶心、呕吐等类似早孕的反应,阴道分泌物也会增多。

三、皮下埋植剂

皮下埋植避孕法(hypodermic contraceptive implantation)是一种新型的避孕方法,我国于1984年引进此剂。其原理是将一定剂量的孕激素放在胶管中,将它埋藏于皮下,让其缓慢释放孕激素,通过改变子宫颈黏液的黏稠度从而阻止精子进入子宫腔、抑制子宫内膜生长、抑制卵巢排卵等多方面来达到避孕效果的。皮下埋植避孕法具有许多优点,比如避孕作用效果好,避孕时间长(植入24小时后即可见效,有效时间一般长达5年。两年内的妊娠率为0.1%,三年内的妊娠率为0.24%)、药物反应少(只含孕激素,不含雌激素,副作用小)、可复性强(胶管取出后,很快恢复生育能力)。但约有20%的妇女使用初期会出现月经不准、经期延长、经血增多等现象,个别还会闭经。一般多在半年后逐渐好转。

四、外用避孕药

外用药主要作用是杀死精子或阻止精子进入宫腔。目前常用的外用药有外用避孕膜、外用避孕药片、避孕栓和避孕膏等几种。有些外用药与用具节育器联合使用可有明显提高避孕效果。外用药使用方便,容易掌握,不干扰人的内分泌机能和月经周期,不影响健康。但其作用时间短(一般维持1小时左右),避孕效果不如口服药。若使用不当,容易导致避孕失败。此外,它是在性交前临时使用,会影响性生活的气氛。