

Hãy nhớ,
thuốc tránh thai
**không bảo vệ bạn
khỏi Các bệnh lây
nhiễm Qua đường
Tinh dục hay HIV.**

Hãy luôn sử
dụng bao cao su để
bảo vệ chính mình!



THUỐC TRÁNH THAI HOẠT ĐỘNG NHƯ THẾ NÀO?

- Thuốc tránh thai có chứa hormone (nội tiết tố) giống như các hormone do cơ thể bạn tạo ra. Các hormone này ngăn buồng trứng phóng thích trứng. Không có trứng, bạn không thể thụ thai.
- Không có phương pháp tránh thai nào hiệu quả 100%. Nếu bạn uống thuốc tránh thai đúng giờ, hiệu quả của nó là 99%. Nếu bạn bỏ qua vài lần thuốc, hiệu quả chỉ còn 91%.

BẮT ĐẦU UỐNG THUỐC TRÁNH THAI NHƯ THẾ NÀO?

- Có 2 cách để bắt đầu dùng thuốc tránh thai:
 - **Bắt đầu ngay:** Hãy uống viên thuốc tránh thai đầu tiên ngay khi bạn có nó.
 - **Chu kỳ kinh tiếp theo:** Hãy uống viên thuốc tránh thai đầu tiên ngay sau khi chu kỳ kinh tiếp theo của bạn bắt đầu.
- Nếu bạn uống viên đầu tiên trong vòng 5 ngày sau khi bắt đầu chu kỳ kinh, bạn được bảo vệ an toàn khỏi việc mang thai ngay lập tức.
- Nếu lần uống viên đầu tiên của bạn quá 5 ngày sau khi bắt đầu chu kỳ kinh, bạn nên sử dụng bao cao su như biện pháp hỗ trợ trong 7 ngày đầu.

SỬ DỤNG THUỐC TRÁNH THAI NHƯ THẾ NÀO?

- **Một khi bắt đầu sử dụng thuốc tránh thai,** hãy uống 1 viên mỗi ngày. Hãy uống vào cùng một thời điểm mỗi ngày.
- Sau khi dùng hết một vỉ thuốc, bạn nên bắt đầu một vỉ mới vào ngày kế tiếp. Bạn KHÔNG nên ngưng dùng thuốc ngày nào.

CHUYỆN GÌ SẼ XẢY RA NẾU TÔI QUÊN UỐNG THUỐC?

- **Tôi quên MỘT viên:** Hãy uống thuốc càng sớm càng tốt.
- **Tôi quên HAI viên hoặc nhiều hơn:** Hãy uống thuốc càng sớm càng tốt. Hãy uống viên tiếp theo vào giờ thường lệ. Hãy sử dụng bao cao su trong 7 ngày. **Hãy uống thuốc tránh thai khẩn cấp (EC) nếu bạn quan hệ tình dục không được bảo vệ.**

CHUYỆN GÌ SẼ XẢY RA NẾU TÔI NGỪNG UỐNG THUỐC TRÁNH THAI VÀ QUAN HỆ TÌNH DỤC KHÔNG ĐƯỢC BẢO VỆ?

- Hãy uống thuốc tránh thai khẩn cấp (EC) **ngay lập tức.** EC có thể tránh thai lên đến 5 ngày sau khi quan hệ tình dục, càng uống sớm càng hiệu quả.

THUỐC TRÁNH THAI GIÚP TÔI NHƯ THẾ NÀO?

- Thuốc tránh thai an toàn và ngừa thai hiệu quả.
- Chu kỳ kinh của bạn có thể đều đặn hơn, nhẹ hơn và ngắn hơn. Da của bạn có thể sáng hơn.
- Thuốc tránh thai làm giảm nguy cơ mắc bệnh ung thư tử cung và buồng trứng.
- Thuốc tránh thai không ảnh hưởng đến khả năng thụ thai của bạn trong tương lai, sau khi bạn ngưng dùng thuốc.

TÔI SẼ CẢM THẤY THẾ NÀO KHI DÙNG THUỐC TRÁNH THAI?

- Bạn sẽ cảm thấy như nhau. Trong 2-3 tháng đầu tiên, bạn có thể buồn nôn, chày máu giữa các kỳ kinh, thay đổi trọng lượng, và/hoặc đau ngực. Những vấn đề này thường biến mất sau 2-3 tháng.

THUỐC TRÁNH THAI CÓ RỦI RO KHÔNG?

- Thuốc tránh thai rất an toàn. Hiếm có các vấn đề nghiêm trọng. Nếu có bất kỳ triệu chứng nào dưới đây, hãy gọi cho nhà cung cấp dịch vụ y tế của bạn.
 - Đau chân, sưng và đỏ
 - Yếu hoặc tê 1 bên cơ thể
 - Đau đầu dữ dội
 - Các vấn đề về thị lực
 - Đau ngực
- Nhà cung cấp dịch vụ y tế có thể giúp bạn phát hiện nếu các triệu chứng này là dấu hiệu của một vấn đề nghiêm trọng.