

Nhớ rằng, màng tránh thai không bảo vệ được quý vị tránh các Bệnh Truyền Qua Đường Tình Dục hoặc HIV. Luôn sử dụng bao cao su để tự bảo vệ bản thân!



### MÀNG TRÁNH THAI HOẠT ĐỘNG NHƯ THẾ NÀO?

- Màng tránh thai là một chiếc cốc silicon bao lấy cổ tử cung của quý vị. Màng tránh thai chứa chất diệt tinh trùng (dạng gel hoặc kem để tiêu diệt tinh trùng) gần cổ tử cung của quý vị. Không có tinh trùng, quý vị không thể mang thai.
- Không có biện pháp tránh thai nào có hiệu quả 100%. Nếu quý vị sử dụng chính xác màng tránh thai cùng chất diệt tinh trùng mỗi khi quý vị quan hệ tình dục thì phương pháp này đạt hiệu quả 94%. Nếu quý vị không dùng chất diệt tinh trùng hoặc lắp/tháo màng tránh thai sai cách thì phương pháp này đạt hiệu quả 88%.

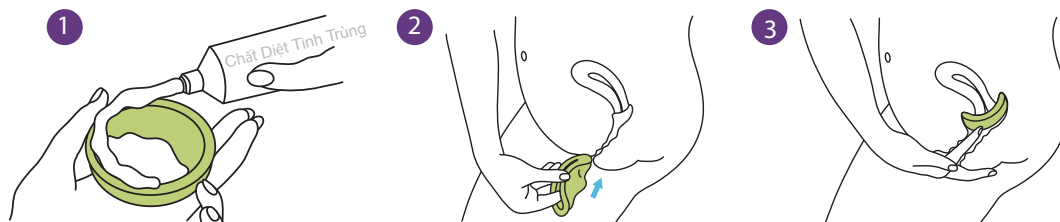
### KHI NÀO TÔI NÊN SỬ DỤNG MÀNG TRÁNH THAI?

- Dùng màng tránh thai cùng chất diệt tinh trùng mỗi khi quý vị quan hệ tình dục.
- Nếu quý vị bị nhiễm trùng âm đạo, không sử dụng màng tránh thai. Sử dụng bao cao su cho đến khi hết nhiễm trùng.

### LÀM CÁCH NÀO ĐỂ SỬ DỤNG MÀNG TRÁNH THAI?

- Bác sĩ của quý vị sẽ đặt màng tránh thai cho quý vị để đảm bảo quý vị nhận được loại có kích cỡ thích hợp.
- Đặt màng tránh thai vào âm đạo của quý vị trước khi quan hệ tình dục tối đa 6 giờ.
- Lấy màng tránh thai ra sau khi quan hệ tình dục từ 6-12 giờ. Không giữ màng tránh thai trong cơ thể quý vị trong hơn 24 giờ mỗi lần dùng.

### LÀM CÁCH NÀO ĐỂ ĐẶT MÀNG TRÁNH THAI?



Được tái bản dưới sự cho phép của Planned Parenthood® Federation of America, Inc.  
© 2011 PPFA. Mọi quyền được bảo lưu.

- Cho khoảng một thìa chất diệt tinh trùng vào cốc và xung quanh vành màng tránh thai. [Hình 1]
- Tìm một tư thế thoải mái (chẳng hạn: nằm, gác một chân trên ghế).
- Dùng một tay gấp đôi màng tránh thai có chất diệt tinh trùng vào trong nếp gấp. Dùng tay kia để mở âm đạo. [Hình 2]
- Đặt màng tránh thai vào âm đạo. Dùng một ngón tay đẩy màng tránh thai vào bên trong âm đạo sâu nhất có thể. Quý vị có thể cảm nhận được cổ tử cung (cảm giác như đầu mũi) thông qua màng tránh thai. Nếu quý vị không thể cảm nhận được cổ tử cung, hãy tháo màng tránh thai ra, cho thêm chất diệt tinh trùng vào cốc và đặt lại màng tránh thai. [Hình 3]
- Nếu quý vị quan hệ tình dục một lần nữa trong vòng 6 giờ, hãy giữ lại màng tránh thai trong đó. Cho thêm chất diệt tinh trùng vào âm đạo bằng thiết bị chuyên dụng hoặc dùng ngón tay của quý vị.

tiếp tục ở mặt sau →

**LÀM CÁCH NÀO ĐỂ THÁO MÀNG TRÁNH THAI?**

- Dùng một ngón tay móc vào vành màng tránh thai và kéo ra. Cần thận để không làm rách một lỗ trong màng tránh thai.
- Rửa sạch màng tránh thai bằng xà phòng trung tính và nước rồi để khô tự nhiên. Đảm bảo màng tránh thai không có lỗ. Nếu màng tránh thai có lỗ, hãy liên hệ với bác sĩ của quý vị.

**LÀM CÁCH NÀO ĐỂ BẢO QUẢN MÀNG TRÁNH THAI?**

- Dùng hộp chứa để cất màng tránh thai và bảo quản ở nơi khô ráo, thoáng mát, tránh xa ánh nắng mặt trời.

**MÀNG TRÁNH THAI DÙNG ĐƯỢC TRONG BAO LÂU?**

- Màng tránh thai của quý vị sẽ dùng được từ 1-2 năm.

**NẾU TÔI NGỪNG SỬ DỤNG MÀNG TRÁNH THAI VÀ QUAN HỆ TÌNH DỤC KHÔNG ĐƯỢC BẢO VỆ THÌ SAO?**

- Dùng thuốc tránh thai khẩn cấp (EC) ngay lập tức. Thuốc tránh thai khẩn cấp có thể giúp tránh thai trong tối đa 5 ngày sau khi quan hệ tình dục và quý vị càng uống sớm thì càng có hiệu quả.

**MÀNG TRÁNH THAI GIÚP TÔI NHƯ THẾ NÀO?**

- Dễ dàng mang theo.
- Không làm giảm khoái cảm tình dục.
- Quý vị có thể sử dụng màng tránh thai trong giai đoạn cho con bú.

**TÔI SẼ CÓ CẢM GIÁC NHƯ THẾ NÀO KHI DÙNG MÀNG TRÁNH THAI?**

- Hầu hết phụ nữ và đối tác của họ đều không cảm nhận được màng tránh thai trong khi quan hệ tình dục.
- Một số phụ nữ bị nhiễm trùng bàng quang sau khi sử dụng màng tránh thai.
- Một số người bị dị ứng với màng tránh thai hoặc chất diệt tinh trùng.

**MÀNG TRÁNH THAI CÓ RỦI RO KHÔNG?**

- Màng tránh thai là biện pháp tránh thai an toàn và hiệu quả. Rất hiếm khi xảy ra vấn đề nghiêm trọng.
- Màng tránh thai phải dùng cùng chất diệt tinh trùng. Chất diệt tinh trùng chứa hóa chất (nonoxynol-9) có thể làm tăng nguy cơ lây nhiễm HIV nếu quý vị sử dụng thường xuyên.
- Nếu quý vị có bất kỳ triệu chứng nào sau đây, hãy liên hệ với bác sĩ của quý vị:
  - Nóng rát khi tiểu tiện
  - Ngứa âm đạo hoặc tiết dịch bất thường
  - Sốt cao

