

請記住，子宮帽並不能預防性病或艾滋病 (HIV)。請隨時使用避孕套來保護自己！



子宮帽的作用原理是什麼？

- 子宮帽是一種覆蓋子宮頸的矽膠杯。子宮帽將殺精劑（殺滅精子的凝膠或乳液）固定在子宮頸附近。如果沒有精子，則不能懷孕。
- 沒有一種避孕方法是100%有效的。如果您在每次性行為時都正確使用子宮帽和殺精劑，則避孕有效率可達94%。如果您未使用殺精劑或錯誤地置入/取出子宮帽，則避孕有效率為88%。

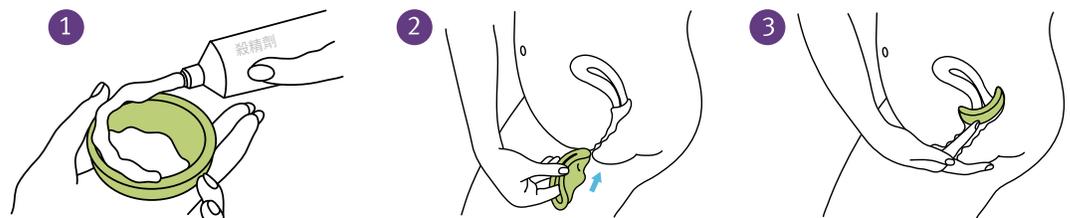
何時使用子宮帽？

- 每次性行為時使用子宮帽和殺精劑。
- 如果出現陰道感染，則不要使用子宮帽。在感染消失前，請使用避孕套。

如何使用子宮帽？

- 您的醫生將為您置入子宮帽，以確保尺寸適當。
- 最晚於性生活前6小時將子宮帽置入陰道。
- 在性生活結束後6-12小時取出子宮帽。每次不得將子宮帽留在陰道內超過24小時。

如何置入子宮帽？



經Planned Parenthood[®] Federation of America, Inc. 許可轉載。
© 2011 PPFA. 保留所有權利。

- 將大約一湯匙殺精劑放於子宮帽杯內和邊緣周圍。[圖1]
- 找一個舒適的姿勢（例如：躺下、單腳站在椅子上）。
- 用一隻手對折子宮帽，使殺精劑位於折疊的子宮帽內。用另一隻手打開陰道。[圖2]
- 將子宮帽置入陰道。用一根手指將子宮帽盡可能推入陰道深處。您應當能通過子宮帽感受到子宮頸（感覺就像您的鼻尖）。如果您不能感受到子宮頸，則取出子宮帽，向杯內放入更多的殺精劑並再次置入子宮帽。[圖3]
- 如果您在6小時內再次進行性行為，則將子宮帽留在陰道內。使用塗藥器或手指向陰道內放入更多的殺精劑。

如何取出子宮帽？

- 用一根手指鉤住子宮帽邊緣，將其拉出。注意不要撕破子宮帽。
- 用溫和的肥皂和水清洗子宮帽，自然乾燥。確保子宮帽上沒有小孔。如果子宮帽上有小孔，則聯絡您的醫生。

下接另一面 →

如何保存子宮帽？

- 將子宮帽保存在容器中，將容器保存在陰涼、乾燥、不受陽光直射的地方。

子宮帽可以持續使用多長時間？

- 子宮帽可以持續使用1-2年。

如果我停止使用子宮帽並進行了無防護性行為，我該怎麼辦呢？

- 請立刻服用緊急避孕藥(EC)。在性行為過後5天內，緊急避孕藥可以有效地預防懷孕，而且越早服用效果越好。

子宮帽如何幫助我？

- 子宮帽易於攜帶。
- 子宮帽不會降低性快感。
- 您可以在哺乳期間使用子宮帽。

使用子宮帽後，我會有什麼感覺？

- 大多數女性及其伴侶在性交時不會感覺到子宮帽。
- 使用子宮帽後，某些女性會出現膀胱感染。
- 某些人對子宮帽或殺精劑過敏。

子宮帽是否有風險？

- 子宮帽是一種安全有效的避孕方法。嚴重問題非常罕見。
- 子宮帽必須與殺精劑配合使用。殺精劑含有化學物質壬苯醇醚-9，如果您經常使用，則可能會增加艾滋病感染的風險。
- 如果您出現以下任何症狀，請與您的醫生聯絡：
 - 排尿時伴隨燒灼感
 - 陰道搔癢或分泌物異常
 - 發燒

