

Nhớ rằng, vòng 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!



VÒNG TRÁNH THAI HOẠT ĐỘNG NHƯ THẾ NÀO?

- Vòng tránh thai chứa hoocmon giống như hoocmon do cơ thể quý vị tiết ra. Những hoocmon này không cho buồng trứng rụng trứng. Khi không có trứng, quý vị không thể mang thai.
- Không có biện pháp tránh thai nào có hiệu quả 100%. Nếu quý vị thay vòng tránh thai mỗi tháng và kiên trì dùng biện pháp này thì hiệu quả đạt được là 99%. Nếu quý vị bỏ qua một vòng tránh thai hoặc đặt vòng muộn thì hiệu quả đạt được là 91%.

LÀM CÁCH NÀO ĐỂ BẮT ĐẦU DÙNG VÒNG TRÁNH THAI?

- Có 2 cách để bắt đầu dùng vòng tránh thai:
 - **Bắt Đầu Nhanh:** đặt vòng tránh thai đầu tiên ngay sau khi quý vị có gói vòng.
 - **Kỳ kinh tiếp theo:** đặt vòng tránh thai đầu tiên ngay sau khi kỳ kinh tiếp theo của quý vị bắt đầu.
- Nếu quý vị đặt vòng tránh thai đầu tiên sau tối đa 5 ngày bắt đầu kỳ kinh, thì vòng giúp quý vị tránh thai ngay lập tức.
- Nếu quý vị đặt vòng tránh thai đầu tiên sau hơn 5 ngày bắt đầu kỳ kinh thì quý vị nên sử dụng bao cao su làm biện pháp dự phòng trong 7 ngày đầu tiên.

LÀM CÁCH NÀO ĐỂ SỬ DỤNG VÒNG TRÁNH THAI?

- Vòng tránh thai là một vòng nhựa nhỏ dễ uốn để quý vị đặt vào âm đạo.
- Quý vị để vòng trong âm đạo khoảng 3 tuần và tháo vòng trong tuần thứ 4.
- Tháo vòng bằng cách dùng ngón tay móc vào bên dưới vòng và kéo ra.
- Hầu hết phụ nữ đều có kinh nguyệt trong tuần không dùng vòng.
- Đặt một vòng tránh thai mới vào cuối tuần thứ tư.
- Quý vị có thể bảo quản vòng tránh thai ở nhiệt độ phòng tối đa bốn tháng. Vòng tránh thai sẽ dùng được lâu hơn nhiều nếu bảo quản trong tủ lạnh.

TÔI PHẢI CÓ KINH NGUYỆT CHỨ?

- Vì vòng tránh thai có đủ hoocmon tới 35 ngày nên quý vị có thể để vòng lại quá 3 tuần. Quý vị có thể thay vòng tránh thai vào cùng ngày mỗi tháng (chẳng hạn như Ngày 1 tháng 3, Ngày 1 tháng 4, Ngày 1 tháng 5, v.v.). Nếu quý vị tháo vòng cũ và đặt vòng mới vào cùng một ngày, quý vị có thể không có kinh nguyệt. Điều này là bình thường.

NẾU VÒNG TUỘT RA THÌ SAO?

- Vòng có thể tuột ra trong khi quan hệ tình dục hoặc khi quý vị tắm. Vòng có thể ở ngoài cơ thể trong tối đa 3 giờ và vẫn có tác dụng tránh thai. Nếu vòng ở ngoài cơ thể quá 3 giờ, quý vị nên đặt lại vào âm đạo và sử dụng bao cao su trong 7 ngày tiếp theo.

NẾU TÔI NGỪNG SỬ DỤNG VÒNG 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.

VÒNG TRÁNH THAI GIÚP TÔI NHƯ THẾ NÀO?

- Vòng tránh thai là biện pháp tránh thai an toàn và hiệu quả. Kỳ kinh của quý vị có thể đều hơn, ra máu ít hơn và ngắn hơn. Da quý vị có thể sáng hơn. Vòng tránh thai giúp giảm nguy cơ ung thư tử cung và buồng trứng. Vòng tránh thai không ảnh hưởng đến khả năng mang thai của quý vị trong tương lai sau khi quý vị ngừng sử dụng vòng.

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

- Quý vị sẽ cảm thấy như bình thường. Trong vài tháng đầu tiên, quý vị có thể bị buồn nôn, ra máu giữa các kỳ kinh, thay đổi cân nặng và/hoặc đau ngực. Những vấn đề này thường biến mất sau 2-3 tháng.

VÒNG TRÁNH THAI CÓ RỦI RO KHÔNG?

- Vòng tránh thai rất an toàn. Hiếm khi xảy ra các vấn đề nghiêm trọng. Nếu quý vị có bất kỳ triệu chứng nào sau đây, hãy gọi bác sĩ của quý vị:
 - Đau chân, sưng tấy và mẩn đỏ
 - Yếu hoặc tê cứng 1 bên cơ thể
 - Đau đầu dữ dội
 - Khó nhìn
 - Đau ngực
- Bác sĩ của quý vị có thể giúp quý vị tìm hiểu xem những triệu chứng này có phải là dấu hiệu của vấn đề nghiêm trọng hay không.

