

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



### **CHẤT DIỆT TINH TRÙNG HOẠT ĐỘNG NHƯ THẾ NÀO?**

- Chất diệt tinh trùng tiêu diệt tinh trùng. Chất diệt tinh trùng có nhiều dạng: gel, kem, xà phòng, màng phim và thuốc đạn. Nếu tinh trùng không gặp được trứng, quý vị không thể mang thai.
- Không có biện pháp tránh thai nào có hiệu quả 100%. Nếu quý vị sử dụng chính xác chất diệt tinh trùng mỗi khi quý vị quan hệ tình dục thì biện pháp này đạt hiệu quả 88%. Nếu quý vị sử dụng chất diệt tinh trùng không đúng cách thì biện pháp này đạt hiệu quả 72%. Quý vị có thể sử dụng riêng chất diệt tinh trùng. Quý vị có thể sử dụng chất diệt tinh trùng cùng bao cao su – cách này giúp tránh thai hiệu quả hơn.

### **SỬ DỤNG CHẤT DIỆT TINH TRÙNG NHƯ THẾ NÀO?**

- Chất diệt tinh trùng có nhiều dạng. Quý vị nên làm theo hướng dẫn đi kèm với dạng chất diệt tinh trùng mà quý vị đang sử dụng.
- Trước khi quý vị quan hệ tình dục: (1) nằm xuống hoặc ngồi xổm và (2) nhẹ nhàng dùng tay hoặc thiết bị chuyên dụng để đưa chất diệt tinh trùng vào sâu bên trong âm đạo của quý vị.
- Sau khi đưa một vài loại chất diệt tinh trùng vào âm đạo, quý vị phải chờ 10 phút trước khi quan hệ tình dục.
- Đưa chất diệt tinh trùng vào trong vòng 30 phút trước khi quan hệ tình dục.
- Dùng thêm chất diệt tinh trùng mỗi lần quý vị quan hệ tình dục.

### **NẾU TÔI NGỪNG SỬ DỤNG CHẤT DIỆT TINH TRÙNG 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.

### **CHẤT DIỆT TINH TRÙNG GIÚP TÔI NHƯ THẾ NÀO?**

- Dễ mua và dễ mang theo. Quý vị có thể để trong túi hoặc ví.
- Quý vị có thể đưa chất diệt tinh trùng vào trong khi quan hệ tình dục.
- Không chứa hoocmon.
- Có thể sử dụng trong giai đoạn cho con bú.

### **TÔI SẼ CÓ CẢM GIÁC NHƯ THẾ NÀO KHI DÙNG CHẤT DIỆT TINH TRÙNG?**

- Một số người sử dụng chất diệt tinh trùng cảm thấy đau nhức ở âm đạo hoặc dương vật. Nếu quý vị gặp vấn đề này, hãy thử chuyển đổi nhãn hiệu chất diệt tinh trùng.

### **CHẤT DIỆT TINH TRÙNG CÓ RỦI RO KHÔNG?**

- Hầu hết 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 gọi bác sĩ của quý vị:
  - Nóng rát khi tiểu tiện
  - Ngứa hoặc đau nhức xung quanh âm đạo

