

医疗保健类



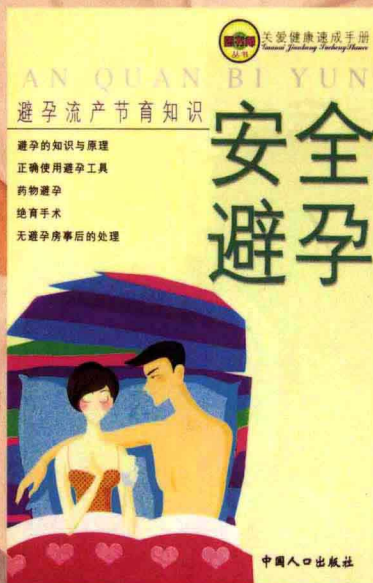
文化部
财政部

送书下乡工程 2007 年度

图书角丛书

关爱健康速成手册

避孕流产节育知识 安全避孕



中国人口出版社

关爱健康速成手册

安全避孕

——避孕流产节育知识

中国人口出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

安全避孕/班开庆主编. —北京: 中国人口出版社, 2004. 6
(关爱健康速成手册)

ISBN 7 - 80079 - 993 - X

I. 安… II. 班… III. 避孕—方法—手册
IV. R169. 41 - 62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 061772 号

安 全 避 孕

班开庆 主编

出版发行	中国人口出版社
印 刷	三河新艺印刷厂
开 本	850 × 1168 1/32
印 张	4
字 数	40 千字
版 次	2004 年 6 月第 1 版
印 次	2007 年 11 月第 3 次印刷
印 数	23 001 ~ 26 000 册
书 号	ISBN 7 - 80079 - 993 - X/R · 275
定 价	42.00 元 (全套 7 册)

社 长	陶庆军
电子信箱	chinapphouse@163.net
电 话	(010) 83519390
传 真	(010) 83519401
地 址	北京市宣武区广安门南街 80 号中加大厦
邮 编	100054

版权所有 侵权必究 质量问题 随时退换

前言

党的十六届三中全会提出了以人为本的科学发展观，不仅是全面建设小康社会进而实现现代化宏伟目标的重要指导方针，也是新时期人口和计划生育工作的行动纲领。

关爱人生是我们当代人口和计划生育工作者的神圣天职，为帮助人们建立一种健康、科学、文明的生活方式，提高全民族的生殖健康水平，我们编写了《关爱健康速成手册》这套丛书。丛书共分《青春出发》、《新婚燕尔》、《孕产导读》、《育儿新知》、《孕育希望》、《安全避孕》、《老而不衰》七本分册，按照不同的年龄段，分别介绍了青少年性教育、优生优育、避孕节育和老年养生等科学知识。《丛书》注重了内容的科学性、知识性和实用性，我们衷心地希望通过这套丛书地出版发行，能够为大家提供一套老幼皆宜、通俗易懂地有关生殖保健地科普读物，为提高国民身体素质，实现中华民族地伟大复兴贡献我们的一份绵薄之力。

《丛书》在资料收集和编写过程中，得到了不少专家、学者的大力关怀和支持，中国人口出版社为本书的出版发行提供了许多便利。借此机会向所有关心、支持《丛书》编写和出版的同志表示深切的谢意！

由于编者的水平所限，加上撰写时间短促，谬误之处在所难免，敬请专家和广大读者给予批评指正。

《关爱健康速成手册》编委会

目 录

第一章 避孕的知识与原理	(001)
一、避孕知识	(003)
1. 怀孕的基本条件	(003)
2. 为什么要避孕	(004)
3. 避孕要男女双方共同完成	(005)
二、避孕的原理与方法	(006)
1. 抑制排卵	(006)
2. 阻止精子的发育	(007)
3. 抑制精子与卵子的结合	(008)
4. 阻止受精卵着床	(009)
5. 避孕的方法与种类	(009)
第二章 正确使用避孕工具	(011)
一、男用工具避孕	(013)
1. 避孕套的功能	(013)

2. 避孕套适应对象	(014)
3. 使用避孕套的优点	(014)
4. 正确使用避孕套	(015)
二、女用工具避孕	(016)
1. 女用避孕套	(016)
2. 女用避孕套的优点及适用对象	(017)
3. 女用避孕套的使用方法与注意事项	(017)
三、宫内节育器避孕	(018)
1. 节育环避孕的原理	(018)
2. 放置节育环的适应证与禁忌证	(019)
3. 宫内节育器的优缺点	(020)
4. Tcu 是目前世界公认的最理想的 IUD	(021)
5. 什么是固定式宫内节育器	(022)
6. 吉妮环的优点及适用对象	(023)
7. 吉妮环应何时放置为好	(024)
第三章 药物避孕	(025)

一、药物避孕知识	(027)
1. 避孕药的避孕原理	(027)
2. 口服避孕药剂型	(028)
3. 避孕药可连续使用多长时间	(029)
二、内用避孕药	(030)
1. 怎样服用短效避孕药	(030)

2. 服用短效避孕药期间月经越来越少怎么办 ...	(031)
3. 服用避孕药发生恶心、呕吐等 早孕反应怎么办	(032)
4. 新一代口服避孕药——妈富隆	(033)
5. 怎样服用长效避孕药	(034)
6. 怎样使用长效避孕针	(035)
7. 如何应对长效避孕针的副作用	(036)
8. 哪些药物可以减轻避孕药的副作用	(037)
三、外用避孕药	(038)
1. 外用避孕药的避孕原理	(038)
2. 外用避孕药有哪些优缺点	(039)
3. 怎样使用外用避孕药膜	(040)
4. 怎样使用外用避孕药片	(041)
5. 怎样使用外用避孕药栓	(042)
6. 使用避孕药膏失败的原因	(043)
四、皮下埋植避孕	(044)
1. 什么是皮下埋植避孕	(044)
2. 皮下埋植避孕有什么优缺点	(045)
3. 使用皮埋法应注意些什么	(046)
第四章 绝育手术	(047)
一、男性绝育术	(049)
1. 绝育手术避孕的原理	(049)
2. 男性绝育术的种类	(050)

3. 男性绝育术应注意什么 (051)
4. 男性绝育术会引起性功能障碍吗 (052)
5. 男性绝育术对健康有影响吗 (053)

二、女性绝育术 (054)

1. 女性绝育术种类 (054)
2. 女性绝育术前后注意些什么 (055)
3. 女性绝育术后再次怀孕的原因 (056)
4. 输卵管结扎会影响健康吗 (057)
5. 输卵管结扎是否会引起月经失调 (058)
6. 输卵管结扎术后是否会影响性生活 (058)
7. 男性与女性绝育术哪一种更好 (058)

第五章 未避孕房事后的处理 (059)

一、紧急避孕 (061)


1. 什么是紧急避孕 (061)
2. 事后避孕药的使用 (062)
3. 紧急避孕应注意的事项 (062)

二、不可靠的避孕方法 (063)

1. 体外排精法 (063)
2. 事后冲洗 (064)
3. 安全期避孕 (064)
4. 压迫尿道避孕 (065)

第六章 知情选择咨询台 (067)

一、避孕知识问答 (069)

- 
1. 目前国内可供安全选择的避孕药具有哪些 ... (069)
 2. 目前可供选择的避孕方法会有副作用吗 (070)
 3. 新婚期间为什么要避孕 (071)
 4. 结扎怀孕是怎么回事 (072)
 5. 为什么说“人流”不是一种避孕方法 (073)
 6. 服用避孕药影响性生活吗 (074)
 7. 进入更年期的妇女为什么要停用避孕药 (074)
 8. 怎么防止使用皮下埋植剂产生的月经紊乱 ... (075)
 9. 长期使用避孕药后还能怀孕吗 (076)
 10. 长期使用避孕药后会影响健康吗 (077)
 11. 长期使用避孕药后会致癌吗 (078)
 12. 长期使用避孕药后会影响性欲吗 (079)
 13. 为什么有些妇女“上环”后会腰痛 (080)
 14. 宫内节育器的放置年限 (081)
 15. 放置节育器后会影响以后的生育吗 (081)
 16. 放置节育器后会影响性生活吗 (082)
 17. 放置节育器后出血过多怎么办 (083)
 18. 宫内节育器能长在子宫里吗 (084)
 19. “带环”后出现痉挛性疼痛怎么办 (085)
 20. 使用避孕套会影响性生活吗 (086)

二、知情选择知识咨询 (087)

1. 为什么开展避孕方法的知情选择 (087)

2. 育龄群众应了解哪些避孕知识 (088)
 3. 育龄群众的避孕知识能影响避孕方法
的使用吗 (089)
 4. 新婚夫妇如何选用避孕方法 (090)
 5. 两地分居的夫妇适合哪种避孕药 (091)
 6. 探亲期间如何避孕 (092)
 7. 人工流产后如何避孕 (092)
 8. 已生育过孩子的夫妇如何避孕 (093)
 9. 哺乳期如何避孕 (093)
 10. 夫妇一方患有癫痫的如何避孕 (094)
 11. 患心脏病的妇女如何避孕 (094)
 12. 患肝病的妇女如何避孕 (094)
 13. 月经过多的妇女如何避孕 (095)
 14. 要求绝育的夫妇如何选择避孕方法 (095)
 15. 更年期的妇女为什么应坚持避孕 (095)
 16. 哪些避孕方法更适宜更年期妇女 (096)
 17. 流动人口中的育龄妇女如何避孕 (097)
 18. 患性传播疾病的育龄人群如何
选择避孕方法 (098)
 19. 几种特殊行业育龄人群如何
选择避孕方法 (098)
 20. 避孕方法选择要因人而宜 (099)
- 三、避孕失败补救措施问答 (100)
1. 避孕失败后的补救措施有哪些 (100)
 2. 行人工流产术应注意的事项 (100)
 3. 遇有下列情况不宜做人工流产 (101)
 4. 人工流产后注意事项 (101)

5. 药物流产 (101)
6. 药物流产使用方法 (102)
7. 药物流产适应的人群 (102)
8. 什么样的妇女不宜药物流产 (103)
9. 药物流产可能出现的副反应 (103)



第一章

避孕的知识与原理

Biyun De Zhishi Yu Yuanli



一、避孕知识

1. 怀孕的基本条件

男方:能产生足够数量健康的精子(一般情况下每毫升精液中的精子不能少于2000万);输精管道通畅;精子能顺利排入女方生殖道内。

女方:能产生成熟的健康的卵子;输卵管通畅;子宫内膜适宜受精卵着床。

除各自具备健全的生育功能外,能否怀孕,还得看精卵能否如期相遇,即性交正好在女方排卵期;精子与卵子在输卵管相遇而受精,并借助于输卵管蠕动将受精卵送入子宫腔;而此时的子宫内膜也同步发育适合受精卵的着床。

以上是怀孕必不可少的条件。采取措施干扰或破坏以上某个环节或几个环节,即可达到避孕和节育的目的。了解了这些,我们就比较容易理解避孕节育的原理了。



2. 为什么要避孕

夫妻每次性交都可能会怀孕。但是,如果你还没有生育孩子的计划,那你就应避孕。你们夫妻俩可讨论和选用一种最适合你们的避孕方法,采取有效的避孕措施。为此,必须充分了解两方面的情况:一是自己的身体和家庭状况;二是各种避孕方法的科学知识。“知己知彼”,真正做到知情选择。为达到这个目的,你们可以到计划生育服务站询问并做体格检查或者学习有关的避孕节育知识和方法。

堕胎(即人工流产)不是一种避孕方法,重复的堕胎会使子宫与子宫颈受到损害而可能造成不育甚至影响优生和健康。所以,在你不想怀孕时,最好是采用可靠的避孕方法来避孕。

愿每个家庭采取有效的避孕措施,实行有计划的生育。



3. 避孕要男女双方共同完成

实施计划生育是生殖健康的重要内涵,而生殖健康的基础是男女平等,节育则是夫妻双方共同负责任的行为。尤其丈夫要多承担责任,不能只图一时方便,造成避孕失败,给妻子带来不必要的痛苦。女性在选择避孕方法时要考虑到方便及效果,要根据个人情况,特别是女方的健康情况和所处的不同时期及特点,正确地选择适合自己的避孕方法。

由于历史和技术的原由,节制生育多由女方承担,如输卵管结扎,避孕环的使用和口服避孕药品等。据1982年统计,我国育龄夫妇中施行输卵管结扎术者占24.6%,男性施行输精管结扎术的比率9.44%,采用宫内节育器(避孕环)的妇女更多,约占育龄妇女的34.8%。实践证明输卵管结扎、宫内节育器、口服避孕药等都属安全、有效的节育方法,但也产生了对妇女生殖健康或整体健康有一定负面影响的问题。因此,从男女平等的角度上讲,以往女方对此承担的太多太重了,男性应该接受更多的避孕节育措施。

目前,虽然世界上尚未研究出一种安全、有效又具有可复性的男性节育方法,但输精管结扎、黏堵等男性节育技术日臻成熟,并且具有较女性输卵管结扎术更简便、安全的优点。因此,克服男尊女卑的封建观念,男性也应积极接受可行的节育措施,和女性共同承担起节



制生育的责任,这将不仅有利于更好地保护妇女,也将能更好地增进生殖健康。

二、避孕的原理与方法

避孕就是按照夫妻的意愿,采用科学的措施在一定时期内来调节生育,以达到阻止受孕的目的。避孕的原理与方法有:

1. 抑制排卵

通过应用性激素来抑制丘脑下部—垂体促性腺激素的分泌功能,从而抑制卵泡的发育成熟和排卵功能,常用的有各种短效、长效、口服避孕药及避孕针等。

