

妇女保健培训课程

第六册

计划生育方法

国 际 蓝 本

由开发培训机构编辑的本册和其他系列册子，仅作为蓝本。为了在培训中有效应用，各国可根据学习前测验，着眼于受训者的特殊需要进行改编。有关改编工作的资金来源，学习测验和改编册子的多种复印本等事宜，与下述机构联系：

开发培训机构

P.O. 信箱 2522

Chapel Hill, NC 27514-1507

U. S. A.

1986年 © 开发培训机构出版

可不经该机构的许可，复印本书的任何部份，包括插图，再版或根据当地需要改编。免费或仅付成本费提供再版。若带有商业目的再版，必须经该机构许可。

1985. 4. 1.

亲爱的医生：

本册是由一些能干的，象你一样致力于保健事业的人编辑的，可用于增进保健事业的发展。本书旨在尽力收集最准和最新的妇女保健资料。

国际妇女卫生联盟设计和编辑这些材料，开发培训机构将其改编为自学教材。

然而，我们十分清楚，作为蓝本的材料并不适用于所有的培训。我们希望你
能任意改变不适用的部分。

你的任务是重要而有意义的，我们衷心希望本手册对于你的工作能起到小小
的作用。

祝你健康

忠诚的

Joan B. Dunlop

院长

1983年 © 国际妇女卫生联盟出版

可不经国际妇女联盟允许复印、再版本书的任何部分，包括插图，或为适应本地
需要而改编。所提供再版的资料为免费或仅收成本费不算利润。若因商业目的而
再版必须经国际妇女卫生联盟许可

第六册 前 言

第六册——“计划生育方法”——是妇女保健培训教程系列教材之一。第六册中心内容包括八种计划生育方法：口服避孕药；宫内节育器（IUD）；避孕套；避孕帽；杀精子泡沫；药膜或栓剂；避孕注射剂（shot）；避孕海绵和性交后避孕。对这些具体避孕方法作了如下方面的介绍：它们的作用原理、效果、问题及副作用、禁忌症、使用方法、如何处理可能的副作用或病症等。对选择适当的避孕帽和如何放入宫内节育器的操作过程，也作了介绍。

目 录

第六册前言

目 录

学习者指南

前提和目的

学前检验

- 1、计划生育
- 2、口服避孕药
- 3、口服避孕药用法
- 4、对口服避孕药可能出现问题的处理
- 5、宫内节育器(IUD)
- 6、放置宫内节育器的准备
- 7、三种类型的宫内节育器的放置技术
- 8、使用宫内节育器者的注意事项
- 9、宫内节育器的取出
- 10、宫内节育器副作用的处理
- 11、避孕注射剂
- 12、避孕套
- 13、杀灭精子的泡沫、药膜或栓剂
- 14、带有杀灭精子乳剂或凝胶的避孕帽

- 15、避孕帽的使用和维护
- 16、如何选择合适的避孕帽
- 17、使用避孕帽的注意事项
- 18、避孕海绵
- 19、性交后避孕
- 学后总测验
- 总测验答案

学 习 者 指 南

作为系列教程之一，该分册是用于自学的。自学即是你自己从安排好的学习内容中学习知识。本书分为一些短的章节，每一章之后有一组问题，它们为你提供一个机会去实践你已学过的知识。回答这些问题，能检验你对所学知识的了解。

自学方法可使你自己掌握学习进度，并检查学习本教程的进展情况。

为了掌握最有效的方法，请按以下步骤来学习本书：

- 1、阅读本书目的，它们将为你提供一个学以致用用的纲要。
- 2、作学前测验，了解你已经掌握了那些内容，和你还需要学习什么。
- 3、阅读和学习第一章的内容。
- 4、做第一章后面的练习题，做题时不要看有关的内容。把答案写在一张纸上。
- 5、用下一页的练习题答案来检查你的答案。
- 6、如果你的答案有错误，重读该章内容，然后再回答问题。
- 7、当所有答案都正确了，再进行下一章的学习。
- 8、以下各章的学习过程都使用同一种方法：阅读该章；做练习题；检查练习题；如果错到，重读本章。
- 9、在你学完本书后，做结束课程后的总测验。
- 10、利用本书最后的总测验答案检查你所得出的答案。

前 提 和 目 的

前提

作为学习本书的先决条件，必须对下列各项概念和过程有一个基本的知识和了解：

- 1、女性生殖系统（第一册）
- 2、女性泌尿系统（第二册）
- 3、妇科检查方法（第三册）
- 4、阴道感染和性传播疾病（第四册）
- 5、使用宫颈探针的步骤
- 6、使用注射器方法
- 7、血管——迷走神经性昏厥紧急处理方案
- 8、月经周期

主要目的

能阐述8种不同的计划生育方法（包括口服避孕药，宫内节育器，避孕针剂，避孕套，杀精子泡沫，药膜或栓剂，避孕帽，海棉，和性交后避孕）的避孕原理，效果，和付作用，禁忌症，有效的使用步骤，对病人的指导，以及妇女用某具体方法可能产生问题的处理。

次要目的

结束读书后，应能做到：

- 1、解释为什么保健人员给妇女提供避孕措施是很重要的

- 2、解释口服避孕药如何预防妊娠
- 3、列出和口服避孕药有关的5个问题或付作用
- 4、列出表明应马上停止服用口服避孕药的4种症状
- 5、掌握使用口服避孕药绝对禁忌症，明确何时需要专家咨询
- 6、叙述为了安全和有效的使用口服避孕药的三个步骤
- 7、写出需告诉使用口服避孕药者的注意事项
- 8、给出使用口服避孕药病人可能发生的六种的可能解决方法
- 9、解释宫内节育器是如何达到避孕目的的
- 10、列出七种宫内节育器避孕的优点
- 11、给出在使用宫内节育器时可能发生的七种问题和副作用
- 12、识别IUD的七种禁忌症
- 13、叙述放置宫内节育器的预备程序
- 14、简述用宫颈探针探测子宫的过程
- 15、写出三种具体类型的IUD
- 16、说明使用李普斯曲避孕器时，决定选择其大小的关键因素
- 17、“插入式”李普斯曲放置器的各部份是如何工作的
- 18、解释“拉套式”T—铜和T—铜IUD放置器的各部份是如何工作的
- 19、叙述如果在放置宫内节育器时病人发生血管——迷走神经昏厥，应如何处理
- 20、列出对使用宫内节育器病人的七项需知注意事项
- 21、列出要观察的五项宫内节育器的危险体征
- 22、简述取IUD的过程
- 23、给出使用宫内节育器的病人可能发生的十三种病症之原因及处理方法
- 24、叙述避孕针剂避孕的作用原理

- 2 5、列出有关避孕针剂的五个问题或副作用
- 2 6、列出应向使用避孕针剂病人交待的五项注意事项
- 2 7、给出两种避孕针剂副作用之原因及处理方法
- 2 8、叙述避孕套的避孕原理
- 2 9、叙述如何润滑和贮藏避孕套的措施
- 3 0、解释杀精子泡沫、药膜或栓剂的避孕原理
- 3 1、列出有关杀精子泡沫、药膜或栓剂的两项副作用
- 3 2、简述杀精子泡沫的使用过程
- 3 3、列出应告诉病人如何有效使用杀精子泡沫的六项措施
- 3 4、叙述避孕帽的避孕原理
- 3 5、叙述决定避孕帽效果的因素
- 3 6、叙述使用避孕帽时常见的问题
- 3 7、列出三项避孕帽禁忌症
- 3 8、指出正确使用避孕帽的几个关键步骤
- 3 9、要保养避孕帽应作些什么？
- 4 0、写出选择适当大小和类型的避孕帽的关键步骤
- 4 1、列出有效使用避孕帽的九点注意事项
- 4 2、解释避孕海绵的作用原理
- 4 3、说明在计划生育方法中，使用避孕海绵的四个优点
- 4 4、说出性交后避孕的两种方法
- 4 5、为了保证其作用效果，要指出用性交后避孕法的时间
- 4 6、说出每种方法可能发生的副作用和怀孕的危险性

学 前 预 试

学习者须知：在开始学习本书以前，作一次测验。这测验能使你了解你已经知道些什么，以及你将从本书中学得什么。当读完本书时，你将再作同样测验。前后两测验答案的比较结果能告诉你，你已学到多少知识。

1、下面有两个表。一个表列的是避孕方法。另一个列的是各避孕方法的避孕原理。找出哪一种避孕方法被右下表中的哪一段文字所描述，并将该方法名称写在这段文字的左边。

避孕方法：

口服避孕药

宫内节育器

避孕针剂

避孕套

杀精子泡沫

避孕帽

避孕海绵

性交后避孕

a. 塑料节育器或塑料铜节育器放置在妇女宫腔内，使受精卵不能种植在那里。有李普斯曲，7—铜和T—铜节育器等类型。

- b、它是一种含有两种女性激素的药丸，孕激素和雌激素，它们中断了妇女的正常月经周期。
- c、本法每三月用一次药，该药含有与孕酮相同的激素，它可抑制大多数卵子发育，阻止精子和已发育卵子接触，使任何受精卵都不能在子宫中种植和生长。
- d、本法用于男性。是用薄橡皮套制成。套在男性阴茎上，可防止精子进入阴道。
- e、本方法——激素药丸或是放置宫内节育器——能防止受精卵的植入。甚至可作为事后补救方法。
- f、本法是用化学杀精子剂。须在每次性交以前，使用工具把它注入阴道，杀死精子。
- g、用涂有杀精子药膏或凝胶的橡皮帽盖在子宫颈上。用以阻拦精子和杀死精子。
- h、这种避孕工具是用充满了杀精子剂的聚氨酯泡沫制成。它能作为一个有效的精子阻拦器，在阴道中放置24小时之久。

2、这些避孕方法遇到下列哪些情况时，不应该使用；

口服避孕药

宫内节育器

避孕套

避孕帽

- a、妊娠(确诊或疑诊) _____
- b、子宫腔深度小于5厘米 _____
- c、本法无禁忌 _____
- d、冠心病 _____
- e、盆腔或阴道感染 _____
- f、子宫脱垂症 _____
- g、严重偏头痛 _____
- h、经血过多或痛经 _____
- i、35岁以上妇女嗜烟如命者 _____
- j、阴道前壁膨出者 _____

3、写出与下列避孕方法有关的至少三种副作用或问题;(a)宫内节育器;
(b)避孕针剂;(c)口服避孕药。

4、使用口服避孕药的妇女预示出现严重病症的5种早期危险体征是什么?

5、在放置宫内节育器以前,应用消毒宫颈探针作一次探测。其目的是为什么?

6、三种宫内节育器的名称是什么?

7、什么是使用宫内节育器妇女应该知道的5种危险体征?

8、使用避孕针剂妇女须了解和接受的相应的危险和问题是什么?

9、如果男性使用避孕药,妇女将使用什么避孕方法以增进避孕套的效果?

10、为了有效避孕,应怎样使用避孕帽?

11、多长时间应该重新调验避孕帽大小型号?

12、多长时间应更换一次T-铜和7-铜宫内节育器?

13、避孕海绵的4个优点是什么?

14. 为达有效避孕目的, 给出下述性交后避孕方法的使用时限。

a. 避孕方法(事后避孕药丸) _____

b. 宫内节育器 _____

15. 贯穿全书, 对每一种避孕方法, 都具专门一节的题目为“要告诉病人的事”。为什么要花一些时间来告诉病人关于这些方法, 可能出现的问题, 以及怎样使用这些避孕方法?

第一章 计划生育

计划生育，严格地说是控制生育，而不意味着停止生育。除非夫妇双方均决定不再生育。避孕对每一位健康妇女来说都是一项重要的技术。没有计划生育，妇女由于在很短时间内大量生育致使她们身体虚弱，甚至死于生产。出生的儿童也因他们不能得到所需的哺乳而死亡。

现代所有的避孕方法都有危险性。但是所有计划生育方法和绝育所致的死亡总数只是生产和非法流产死亡数的很少一部份。许多因素可影响母亲死亡率，如营养因素，生活水平，卫生保健状况，尤其是产前保健状况及是否自愿绝育以及合法的流产。

对于欲控制子女数目的家庭和希望计划生育的家庭，以下的章节则可帮助你们解决技术问题。

练 习 题

- 1、计划生育方法又称什么？
- 2、为什么说提供各种避孕措施的能力是卫生工作者需具备的重要技能？
- 3、既然目前各种避孕措施都有一定危险，为什么卫生工作者仍要推行计划生育？
- 4、列出至少五种与母亲死亡率有关的因素

请翻下一页，检查你的答案。

练习 题 答 案

1、计划生育方法的另一名称为避孕。

2、开展计划生育工作是一项重要的技能。如果没有计划生育，妇女因在短时间内大量生产，最终导致身体衰弱或死于生产；儿童亦因得不到他们所需的哺乳而死亡。

3、尽管各种避孕措施有一定危险，作为一卫生工作者，仍应提倡避孕。因为计划生育和绝育所致的死亡总数仅是占因生产和非法流产死亡数的很小一部份。

4、下面是与母亲死亡的有关因素：

- a、营养
- b、生活水平
- c、卫生保健水平
- d、产前卫生保健
- e、是否自愿绝育
- f、是否合法流产

若你的答案不全或有错误，请重新学习本章，直到你能正确的回答所有问题，再继续下面的学习。