

杨翠芝 编著
王弘韬

XUANZHEHESHIDEBIYUNFANGFA

选择合适的

避孕方法



毛菊元 主编

湖北长江出版集团
湖北科学技术出版社



主 编：毛菊元

副主编：宗良发 江明忠

杨翠芝 王弘韬

目 录

第一章 避孕原理 (1)

- 一、怀孕 (1)
- 二、怀孕的表现 (1)
- 三、受孕的过程 (4)
- 四、受孕的必备条件 (6)
- 五、男女生殖器官在受孕中的作用 (9)
- 六、避孕原理 (10)

第二章 药物避孕法 (16)

- 一、口服避孕药 (16)
- 二、长效避孕针 (26)
- 三、皮下埋植避孕剂 (28)
- 四、阴道环 (31)
- 五、使用避孕药物后的妊娠 (32)

第三章 外用避孕药具 (34)

- 一、外用避孕药 (34)
- 二、外用避孕工具 (40)

第四章 宫内节育器避孕方法 (49)

- 一、避孕环的种类和特点 (50)
- 二、避孕环的作用机理 (56)
- 三、放置避孕环的注意事项 (57)

第五章 男女永久性避孕法 (65)

- 一、男性绝育术 (65)
- 二、女性绝育术 (74)

三、男女绝育术后的复通术 (81)

第六章 紧急避孕法 (83)

一、实施紧急避孕法的必要性 (83)

二、紧急避孕的原理 (84)

三、常用的紧急避孕方法 (84)

四、注意事项 (86)

五、怎样寻求帮助 (87)

第七章 其他避孕法 (88)

一、自然避孕法 (88)

二、体外排精避孕法 (95)

三、压迫会阴尿道避孕法 (96)

四、免疫避孕法 (96)

第八章 选择合适的避孕方法 (99)

一、新婚夫妇避孕方法的选择 (99)

二、产后和哺乳期妇女避孕方法的选择 (100)

三、人工流产术后避孕方法的选择 (101)

四、已有一孩夫妇避孕方法的选择 (102)

五、希望终止生育夫妇避孕方法的选择 (102)

六、两地分居夫妇避孕方法的选择 (103)

七、更年期妇女避孕方法的选择 (104)

八、特殊育龄人群避孕方法的选择 (105)

九、患病病人避孕方法的选择 (106)

附录 避孕知识一点通 (109)

1. 活性宫内节育器与惰性宫内节育器比较有哪些优点?

(109)

2. 放置宫内节育器后会不会影响性生活? (109)

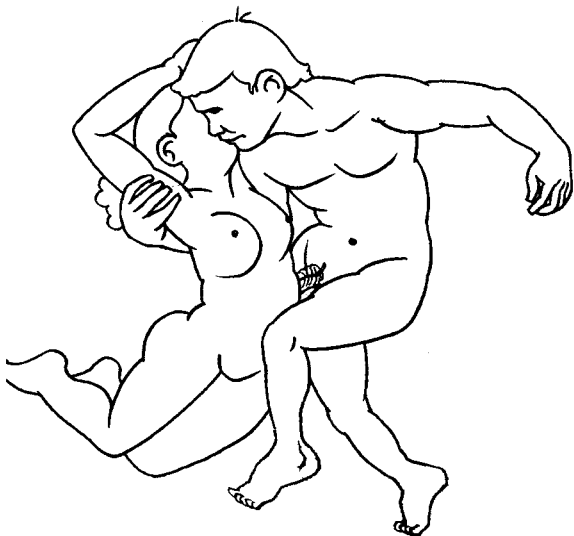
3. 因宫内节育器脱落或带器怀孕, 实施人工流产术后
还能再放宫内节育器吗? (109)

4. 长期放置宫内节育器会得癌吗？（110）
5. 时间长了，宫内节育器会长入子宫肌肉里面去吗？（110）
6. 为什么放置宫内节育器后要定期检查？（110）
7. 放置宫内节育器时间越长取出就越困难，这种说法对吗？（111）
8. 为什么绝经半年以上必须取出宫内节育器呢？（111）
9. 自行取出宫内节育器有哪些危害？（111）
10. 女性实施绝育术后会影响身体健康吗？（111）
11. 女性实施绝育术后会“变性”吗？（111）
12. 女性实施绝育术后会影响性生活吗？（112）
13. 女性实施绝育术后还能再生育吗？（112）
14. 女性实施绝育术后为什么又怀孕了？（112）
15. 男性输精管结扎术与阉割是一回事吗？（113）
16. 男性实施了绝育术后为什么女方又怀孕了？（113）
17. 实施输精管绝育术后还有精液排出吗？（114）
18. 男性绝育术后精子到哪儿去了？精子排不出去会生病吗？（114）
19. 男性实施绝育术后还能恢复生育功能吗？（115）
20. 夫妇双方谁来做绝育术好呢？（115）
21. 长期使用避孕药会得癌症吗？（116）
22. 长期服用避孕药会影响生育吗？（116）
23. 漏服口服短效避孕药该怎样处理？（116）
24. 长期使用口服避孕药会影响健康吗？（117）
25. 长期使用避孕药会影响性功能吗？（117）
26. 小孩误食了避孕药怎么办？（117）
27. 为什么有些人服避孕药也会怀孕呢？（118）

- 28. 使用皮下埋植剂会引起贫血吗? (118)
- 29. 皮下埋植剂中的硅胶管或硅胶棒对人体有影响吗?
(119)
- 30. 使用外用避孕药膜避孕时应注意哪些问题? (119)
- 31. 使用外用避孕药物会失败吗? (119)
- 32. 为什么戴避孕套必须在房事前? (120)
- 33. 使用避孕套失败的原因有哪些? 如何避免? (120)
- 34. 使用避孕套时出现了失败该如何补救? (120)
- 35. 阴道隔膜为什么不能过早或过晚取出? (121)
- 36. 阴道避孕海绵为什么具有避孕作用? (121)
- 37. 阴道避孕海绵能反复多次使用吗? (121)
- 38. 安全期避孕可靠吗? (121)
- 39. 哺乳期闭经避孕法需要哪些条件? (122)
- 40. 诊断早期妊娠有哪些方法? (122)
- 41. 紧急避孕与人工流产有何区别? (122)
- 42. 什么时候做人工流产最合适? (123)
- 43. 哪些人宜选用药物流产? (123)
- 44. 使用药物流产应注意哪些问题? (123)

后记 (124)

第一章 避孕原理



一、怀孕

两性相悦，喜结连理。按照夫妇的共同意愿，为生育宝宝作好了家庭计划。当女性卵子受精形成受精卵并在子宫内种植、生长、发育而形成胎儿，这个过程就叫怀孕。

二、怀孕的表现

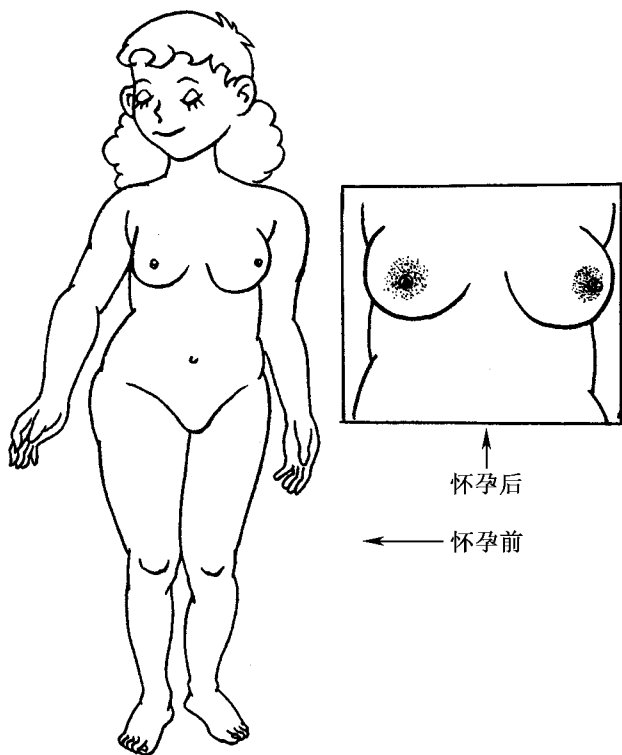
1. 停经 当有正常性生活而又未采取任何避孕措施的育龄妇女，平时月经规律，突然停经，往往提示可能怀孕了。可以说，停经是怀孕最早和最重要的征兆。

2. 早孕反应 在停经后 40 天左右，会出现食欲下降、挑食、厌油腻、恶心、呕吐、腹胀、便秘、头晕、乏力、嗜睡等症状，这就是早孕反应，这为自我判断是否怀孕又提供了一重要依据。

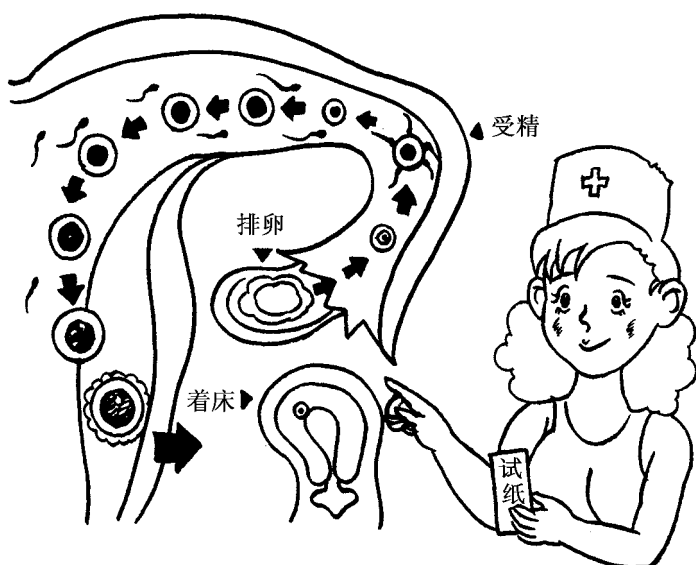


3. 其他生理现象 此外，怀孕后，在雌孕激素共同作用下，

出现了乳房增大、胀痛，乳头乳晕色加深变黑，有时还可出现少量流液，乳房的这些变化是为孩子出生后泌乳所作的准备。少数妇女由于子宫增大压迫膀胱而出现尿频现象。还会出现阴道分泌物增加现象。上述这些表现都是怀孕的早期表现。

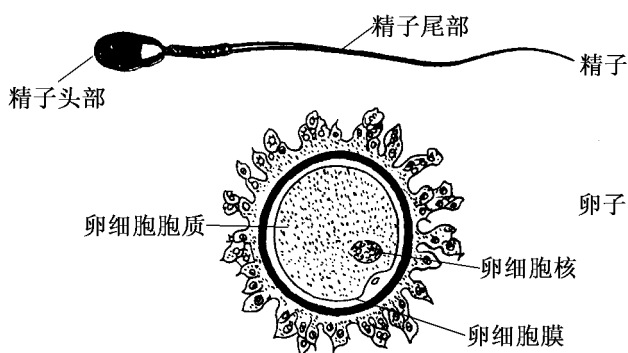


4. 妊娠实验 但要强调的是这些表现常因人而异，有的表现很典型，有的则不典型，为了准确地判断是否怀孕，还应到医院或计划生育服务部门去做进一步的检查。如妇科检查、尿妊娠试验检查以及B超检查等。目前应用最为广泛的方法就是早早孕快速检测试纸法，该方法操作简便、经济、显示结果快、灵敏度高、结果准确，不失为一种早期判断妊娠的好方法。



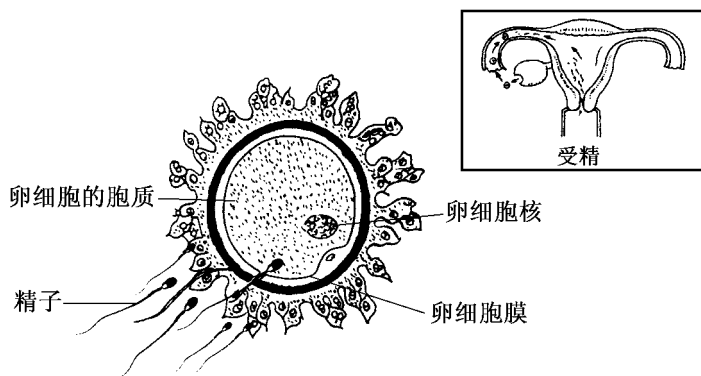
三、受孕的过程

1. 精、卵结合 新生命的诞生是从男子的精子和女子的卵子结合成受精卵时开始的。精子和卵子专司生殖任务的细胞，



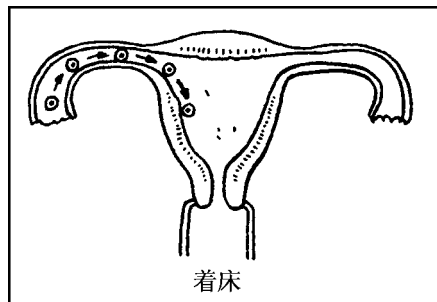
人类生殖细胞

被称为生殖细胞或性细胞，它们就是产生新生命的种子。女子每月只排出一个卵子，而男子一次射入女子阴道的精液里边有 3 亿~5 亿个精子。精子从阴道到达输卵管要经过漫长的旅程和激烈的竞争，其中最强健、最有活力的优胜者与等候在输卵管壶腹部的卵子相会后，就结合成受精卵。这是受孕的第一个环节。



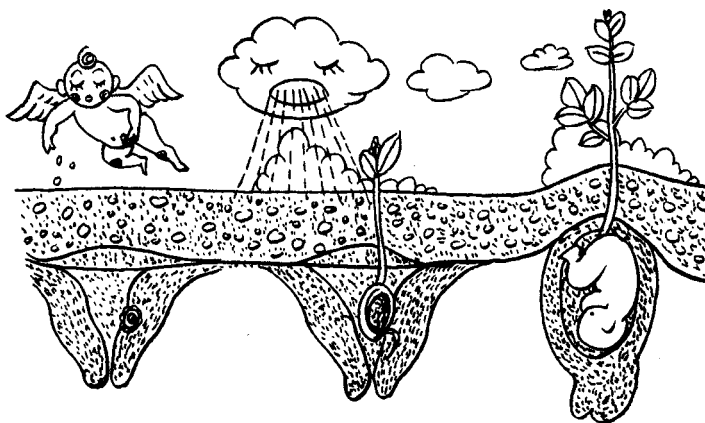
精、卵结合时，只有一个精子进入卵细胞

2. 着床 受精卵在受精后 24 小时就开始不断地进行细胞分裂形成一个状如桑椹的细胞团，称为桑椹胚，并离开输卵管，逐渐游向子宫。大约需要 5 天时间到达子宫。桑椹胚在子宫腔内分泌一种分解蛋白质的酶，侵蚀子宫内膜后，乘机埋入子宫内膜的功能层中，然后内膜重新修复，这一过程称为着床。这是受孕的



第二个环节。

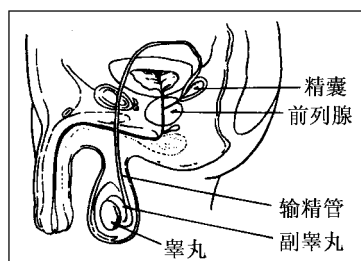
3. 发育 着床后的桑椹胚就像种子埋入肥沃的土壤，迅速茁壮发育成长。到2个月时，受精卵已发育成具有人形的胚胎，到10个月时，胎儿就呱呱坠地。



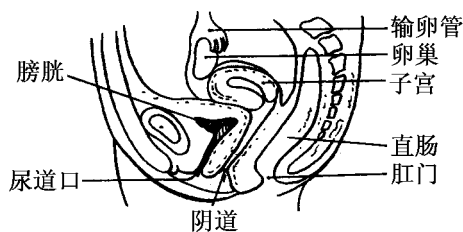
四、受孕的必备条件

1. 男女生殖器官发育正常 对男子来讲，必须具备正常的睾丸生精功能，产生健康而有活力和受精能力的精子，还要有通畅的排精管道，即产生的精子能通过附睾、输精管和射精管、尿道排出体外。同时要有健全的性功能，能进行正常的性生活，能使精子进入女性阴道。具体地讲，阴茎能充分勃起，进入阴道后适时又正常地射精。此外，没有影响生育的疾病和因素，如体弱、免疫力下降，感染或长期在污染、高温环境中工作等。

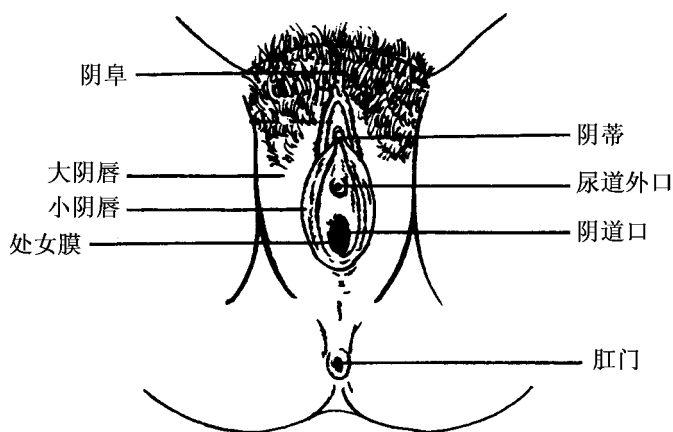
对女方来说，卵巢功能要正常，每月能有规律地排出成熟的卵子，生殖道必须畅通无阻，成熟的卵子能运行到输卵管的壶腹部，等待与精子相会。子宫内膜要适宜受精卵着床，此外，还要有正常的内分泌变化，以利于胚胎的形成和发育。



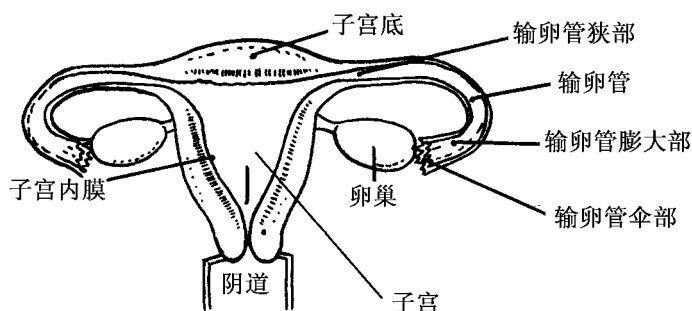
男性生殖器官



女性生殖器官



女性外生殖器官



女性内生殖器官

2. 做爱 如果已经计划受孕，那么做爱将有着特殊的意义。此时做爱，不仅限于肉体与感情的融合，同时负有蕴育新生命的任务。交媾的男女双方都应达到情欲高潮，射精发生在男子性欲高潮，为了受孕，男子必须射精。虽然女性不出现情欲高潮也可以受孕，但双方都达到情欲高潮，会提高受孕质量。为了受孕，还要在女性排卵期内适当增加性交频率，每个月中女性易孕期

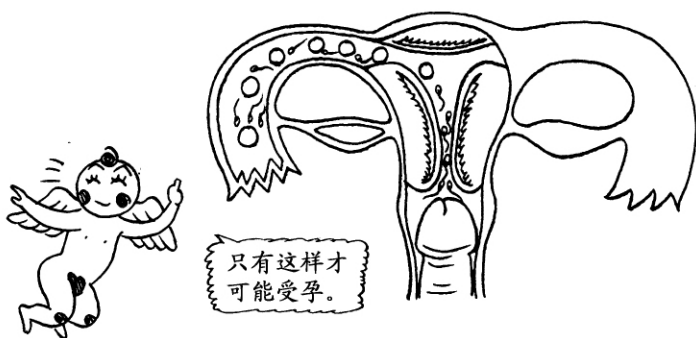
为 5 天左右，在这期间，可增加做爱次数，提高受孕机会。



五、男女生殖器官在受孕中的作用

其作用主要体现在男、女做爱过程。男、女的交媾，是以男、女性交器官交合，即男子阴茎插入女子阴道而实现的。在这个过程中，男子的阴茎充血、勃起，变得坚硬，插入女子阴道并作活塞运动。女子外阴充血、肿胀，分泌物增加，阴道湿润，阴

道内腔增大，接纳阴茎的插入、摩擦与冲撞。男子通过阴茎的摩擦达到情欲高潮，将精液排入女子阴道，使受孕成为可能。

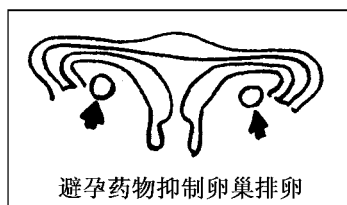


六、避孕原理

避孕就是避免怀孕，通过人为地破坏受孕的基本条件，阻断受孕的某个或多个环节，达到避免怀孕的目的。主要有如下几个方面。



1. 抗排卵 卵巢的排卵活动是受下丘脑-垂体-卵巢轴所分泌的促性腺激素所控制的。我们所使用的各种短效、长效避孕药和避孕针、皮下埋植剂等都是通过抑制下丘脑-垂体促性腺激素的分泌功能，从而抑制卵巢排卵的功能来产生避孕的效果。哺乳期闭经避孕法所产生的避孕效果也具有同样的道理。



2. 抗生精 利用性激素（雄激素、雌激素）来抑制男性的下丘脑-垂体促性腺激素的分泌，继而抑制睾丸的生精功能，使睾丸不产生精子，从而达到不育的目的。此类药物有庚酸睾丸酮