



緊急避孕丸 (ECPs)

Emergency Contraception Pills (ECPs)

緊急避孕丸 (ECPs) 是什麼？

緊急避孕丸 (ECPs) 是一種緊急節育方法，在您進行未採取避孕措施的性行為之後，幫助您免於受孕。有時又稱為「事後避孕丸」。您可在發生性行為後的次日早晨至五天內服用。在進行未採取避孕措施的性行為之後，應盡早服用緊急避孕丸。越早服用，效果越好。

緊急避孕丸並非一般避孕丸的替代品，亦無法防止性病。緊急避孕丸只可以從一開始防止懷孕，因此如果您已經懷孕，即使用也無法終止懷孕或造成流產。

緊急避孕丸是怎樣發揮效用的？

緊急避孕丸含有荷爾蒙，可讓您在進行未採取避孕措施的性行為之後免於懷孕。不過，正如其他節育方法一樣，並非百分之百有效。

藉由以下途徑，緊急避孕丸可以助您免於受孕：

- 使您的卵巢停止或延遲排放卵子 (排卵) ；
- 使精子難以進入卵子中 (受精) ；
- 使您的子宮內膜變薄，令受精卵無法依附在子宮內。

我何時可以使用緊急避孕丸？

如果您在發生性行為之後，基於以下原因而擔心懷孕，您可以服用緊急避孕丸：

- 您進行了未採取避孕措施的性行為；
- 避孕套破損、鬆脫或有穿漏；
- 您的子宮頸隔膜鬆脫、破損或過早滑落 (在 6 小時之內) ；
- 您兩次以上未有服用避孕丸，或您遲了三小時以上才服用僅含黃體激素的避孕丸；

- 您在避孕週期時，未及時使用避孕用品如陰道環、荷爾蒙避孕劑 (Depo-Provera[®]) 或避孕貼；
- 您被迫發生性行為，且未作可靠避孕措施；或
- 您的伴侶在您的外陰部射精。

在發生性行為後多久才可以服用緊急避孕丸？

越快越好。如果您在進行未採取避孕措施的性行為後馬上服用緊急避孕丸，其效力最高。不過，即使五天內服用，其作用仍可發揮。越遲服用，效果越差。

我可以服用哪種避孕丸？

在加拿大，您有 2 種緊急避孕丸可以使用 - Plan B[™] 和 Ovral[®]：

- Plan B[™] 只含有黃體素，比 Ovral[®] 更有效且副作用較少。
- Ovral[®] 則同時含有黃體素和雌激素。

您的醫護專業人員將會為您解釋緊急避孕丸的服用方法。請注意嚴格遵守指示服用緊急避孕丸。有時醫護專業人員可能建議您服用緊急避孕丸之外的處方避孕丸。因此使用前一定要向您的醫護專業人員尋求諮詢。並非所有的避孕丸都可以這樣使用。

會不會有副作用？

可能的副作用包括胃部不適與嘔吐。為了減低不適，您可在服用緊急避孕丸之前至少 30 分鐘內，先服用防止胃部不適的藥物，例如 Gravol[®]。如果您在服用緊急避孕丸之後一小時內嘔吐，您必須再服一劑緊急避孕丸。

其他較不常見的副作用則包括頭痛、眩暈、疲倦、胸部觸痛，或陰道出現少量滴血或出血。

是否任何人都可以使用緊急避孕丸？

對多數女性而言，即使未能採用避孕丸作為正常節育措施，仍能安全服用緊急避孕丸。醫生或醫護專業人員可以告訴您是否能服用緊急避孕丸。

如果您不能服用緊急避孕丸，還有另一個選擇。您可請醫生在子宮內放入銅製的子宮環。如果能在進行未採取避孕措施的性行為之後七天內放入，子宮環可以有效防止懷孕。子宮環的價格雖然比緊急避孕丸昂貴，但卻是極有效的節育方式。如果您願意，子宮環可在子宮內有效避孕達 5 年之久。

在哪裡可以取得緊急避孕丸？

您可以在以下地點取得緊急避孕丸：

- 您的家庭醫生；
- 藥房；
- 毋須預約的診所；
- 青少年診所；
- 婦女健康中心或性侵犯求助中心；或
- 性健康診所。

或致電：

- 性健康選擇篇生命專線 (*Options for Sexual Health Facts of Life Line*)。溫哥華地區請致電 604-731-7803，溫哥華以外地區請致電 1-800-739-7367 查詢，或瀏覽網頁 www.optionsforsexualhealth.org/。
- 緊急避孕丸熱線 (*ECP hotline*)。致電 1-888-668-2528 (1-888-NOT-2-LATE)。此熱線會告訴您在您區內提供緊急避孕丸的部門及藥房的電話號碼。

緊急避孕丸的費用是多少？

緊急避孕丸的費用在 \$15 至 \$50 之間。青少年診所、健康中心及性健康診所常會以較低價提供。

我怎麼知道緊急避孕丸有否發揮功效？

緊急避孕丸的功效視情況而定，您多早服用；正處於月經週期的哪一階段；以及避孕丸的種類都會決定其功效。

在服用緊急避孕丸之後三週以內，您的月經應會來臨。如果您在三週內仍沒有月經，就需要進行驗孕。驗孕可由醫護專業人員進行，或在家進行。您可在藥房或雜貨店購得在家驗孕用品。

青少年是否需要家長的同意？

不。任何年紀足以懷孕的女性都可毋須家長或監護人同意而使用、或要求醫生或醫護專業人員提供避孕用品，包括緊急避孕丸。

若需進一步資料

- 如果您認為自己已經懷孕，請致電懷孕選擇 (*Pregnancy Options*) 熱線，溫哥華地區請電 604-875-3163，溫哥華以外地區請致電 1-888-875-3163。
- 如果您被迫發生性行為，請致電 WAVAW (*Women Against Violence Against Women*) 強暴危機中心 (*Rape Crisis Centre*)。溫哥華地區請致電 604-255-6344，溫哥華以外地區請先撥 0，再要求以對方付費電話撥打該號碼。
- 如果您想知道更多關於性傳染疾病的資訊，請瀏覽網站 www.stdresource.com。溫哥華地區可致電 604-872-6652，溫哥華以外地區則可電 1-800-661-4337。



BC Centre for Disease Control
AN AGENCY OF THE PROVINCIAL HEALTH SERVICES AUTHORITY

如欲了解較多 HealthLink BC File 課題，請瀏覽 www.HealthLinkBC.ca/healthfiles/index.stm 網頁，或到訪您區內的公共衛生單位。

如要獲取卑詩省的非緊急健康資訊和服務，可點擊 www.HealthLinkBC.ca，或致電 8-1-1。

失聰或弱聽人士如需協助，在卑詩省內可致電 7-1-1。

我們可按要求，提供 130 多種語言的翻譯服務。