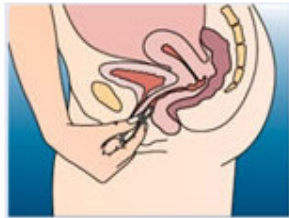


### 避孕環

避孕環(Vaginal Ring, NuvaRing)由先靈葆雅藥廠研發，2002年美國核准上市，台灣2007年衛署核准上市，2009年正式引進台灣。避孕環是透明環狀EVA材質的醫療器材，內含雌激素(Estrogen)及第三代黃體激素(Progestogen)，由女性自行置入陰道中，穩定釋放賀爾蒙，藉由陰道壁黏膜吸收，經由血液循環達成避孕的效果。使用週期為一個月一次，放入體內三週，取出一週(經期)，不可重覆使用。

#### \*特點：

1. **避孕效果：**與口服避孕藥一樣好(1)。在三個大型臨床試驗中，使用NuvaRing 13個週期的女性，每100個婦女年僅1-2%的懷孕案例(1)。
2. **使用簡單：**女性覺得NuvaRing非常容易置入與取出，避孕環在陰道的位置並不會影響避孕效果(1,2)。避孕環必須連續停留於體內三週才能確保一整個月的避孕效果，臨床試驗結果顯示：96%女性覺得避孕環很容易置入，98%的女性覺得避孕環很容易取出(1)
3. **極少副作用不會影響體重：**因直接經由陰道黏膜吸收，不需經由肝臟代謝及避免腸胃道干擾吸收，所以NuvaRing每天僅需要釋放穩定且超低劑量的賀爾蒙即可達到避孕效果。



1.將手洗乾淨，將避孕環捏成8字型平放在陰道口並向裡推，約一個手指頭深



2.避孕環是平貼在陰道底部，深度在子宮頸口前



3.雙手洗淨後以食指勾住避孕環，慢慢拉出來即可

\***材質：**透明環狀EVA材質(生理相容性極高，且不會被人體所吸附或排斥的醫療級矽膠材質(3))。

\***使用週期：**一個月一次，放入體內三週，取出一週(經期)。

\***副作用機率低：**在一個臨床試驗，觀察2322名女性使用NuvaRing的女性，發生雌激素引起的副作用機率低，如頭痛(5.8%)、噁心(3.2%)、乳房脹痛(2.6%)。另一個臨床試驗中，觀察247名女性，使用避孕環(NuvaRing)不規則出血的機率比複合式口服避孕藥還要低(4)。

#### \*荷爾蒙避孕法比較

	避孕環	避孕貼布	口服避孕藥
使用頻率	一個月一次	一週一次	天天口服
便利性	★★★★★	★★★★★	★★★
隱密性	★★★★★	★★★★★	★★★★★
副作用	低	稍高	低

## \* 常見的問題

**Q：感覺得到避孕環在我體內嗎？**

**A：不會。**建議將避孕環置放在陰到頂端的位置，因為陰道頂端較不敏感，所以當你放置的位置適當，就感覺不到避孕環。

**Q：我的伴侶感覺得到嗎？**

**A：臨床研究少部分感覺得到避孕環的存在。**(30%男性感覺得到；94%的男性不反對使用避孕環)

**Q：會掉出體外嗎？會發生取出的時候找不到的狀況嗎？**

**A：避孕環是很容易置入與取出的。**陰道周圍充滿彈性的肌肉組織會確保避孕環在陰道的位置，使避孕環不會掉出體外，更不會有掉進身體內找不到的疑慮。

**Q：可以改善月經週期嗎？**

**A：使用避孕環會讓經血變少，經期變短，月經週期更規律。**

**Q：副作用有哪些？**

**A：避孕環的賀爾蒙含量極低，因此極少引起副作用。**少部分的女性可能會有因雌激素引起的不適，如乳房發脹、噁心、情緒波動，但劑量低，不適感程度也會降低。

**Q：會影響體重嗎？**

**A：雌激素含量極低，大部份的女性使用舞悠不會改變體重。**極少部分的女性會發生體重稍微減輕或是增加的情況。

**Q：是否增加陰道感染的機會？**

**A：臨床研究，使用避孕環不會改變陰道酸鹼值及益菌的環境，環本身不會吸收或附著陰道分泌物，因此並不會增加陰道感染的機會。**另外，醫師建議在使用前確實清潔雙手，可避免因置入避孕環感染的機會。

**Q：如果我決定要有小孩呢？**

**A：請將避孕環取出。**大部份的女性在**12天後**即恢復以往正常的生育狀態。

## 參考資料：

- (1) NuvaRing Summary of Product Characteristics.
- (2) Dieben et al, Obstet Gynecol, 2002;10:585 - 903
- (3) Miller L, MacFarlane SA, Materi HL. Contraception. 2005;71:65-67
- (4) Dieben T, Roumen FJ et al. Efficacy, cycle control and user acceptability of a novel combined contraceptive vaginal ring. Obstetrics & Gynecology. 2002; 100:585-593.

你的健康 是寶貝的希望  
讓我們守護你的健康

■ 週一 ~ 週六 上午 9:00-12:00 下午 3:00-6:00 晚上 7:00-9:30 週日休診  
■ 診所地址: 台北市北投區中央南路一段162號(台灣銀行旁) 預約電話 02-28939998