



患者指南

来自 ReproductiveFacts.org



美国生殖医学会的患者教育网站

激素(荷尔蒙)避孕

激素避孕药是如何发挥作用？

激素避孕药含有孕激素（孕酮类药物），及很多时含有雌激素。孕酮和雌激素都是在实验室制造的，它们和女性自然产生的激素非常类似。两种激素一起，或孕酮独自，是通过下列一些途径阻止怀孕：

- 它们可以阻止排卵（释放卵子）
- 它们使围绕在子宫颈（子宫的入口）周围的粘液浓稠，这样精子就不能进入子宫。
- 它们使子宫内膜变薄以阻止受精卵的附着。

我为什么应该考虑激素避孕？

当使用正确时，所有的激素避孕措施在预防怀孕上有大于99%的效率。它们还有其他潜在的好处：

- 它们降低子宫、卵巢和结肠癌的风险
- 它们通常还能减少月经流出的血量
- 它们还可能缓解痛经

是否有些女性应该避免使用激素避孕？

有以下情况的女性应该避免使用含有激素的避孕药：

- 现时或以前有血栓静脉炎或者血栓栓塞（凝块）
- 现时或以前有中风或者冠状动脉疾病
- 伴有血栓形成并发症的心脏瓣膜病
- 未经治疗和控制不良的高血压
- 有循环系统并发症的糖尿病
- 伴有神经症状的头痛
- 令行动减少的重大外科手术
- 已诊断或者疑有的乳腺癌，或有乳腺癌病史

激素避孕有哪些不同的方法？

- **口服避孕药：**有多种剂型和剂量可以满足你的需求。它们大部分都含有雌激素和孕激素。这些药可以周期性使用（以促成规律的月经周期）或者持续使用（无正常月经周期）。
- **注射孕酮：**含有一种每12周注射一次的孕酮。在你停止注射后，可能要等12个月才开始再次排卵。
- **贴片剂：**含有雌激素和孕酮，每周一次，使用3周，随后停用一周。体重超过90kg（200磅）的女性可能效果不佳。使用贴片剂的女性雌激素水平可能比口服避孕药的女性要高。这可能意味着更高的血栓风险。
- **阴道环：**一个柔软及细小而含有雌激素和孕酮的

环。连续使用3周，随后一周停用。要进行性生活时，阴道环可以被短时间移除。

- **子宫内孕酮避孕：**医生放入子宫腔内的含有孕酮的小装置。它最长可以使用5年，但可以提前去除。
- **植入型：**一种含有孕酮的小棒，被医生植入你的皮下。它的作用最长可达3年，但可以提前去除。

什么是紧急避孕（EC）？

EC是指在无保护措施性生活后72小时内使用的预防怀孕的措施。如果使用恰当，有效率大约是75%。EC能够阻止排卵，但亦不影响已经形成的妊娠。没有医学原因阻止女性使用EC。EC含有孕酮，有时亦含有雌激素，它需要单次服用。在美国，17岁及以上的女性可以买到一些不用处方的牌子。

使用激素避孕药潜在有什么风险？

- **乳腺癌：**少量的研究指出使用激素避孕的35岁以下的女性，乳腺癌风险有轻微的增长，但更多的研究表明乳腺癌风险无明显变化。总体来说，年龄界限50岁或以下，使用激素避孕的女性患乳腺癌的风险并没有增加。
- **骨骼强度：**注射孕酮可能会引起骨量短期内下降。其他形式的激素避孕在这方面的数据甚少。
- **心脏病：**这是极其罕见的。激素避孕会轻微增加这种风险，而35岁以上吸烟的女性的风险更高。
- **中风：**这是非常罕见的。有视觉变化（作为先兆症状）的偏头痛，或年龄超过35岁并吸烟的女性风险更高。
- **血栓（静脉血栓栓塞）：**虽然总体风险是很低的，但所有使用含有雌激素制品的女性的风险仍会增加。这种风险在有潜在使他们更有可能形成血栓的疾病的女性中更高。

如果你要知道更多信息，请咨询你的医生关于这些避孕药的益处、风险和副作用。

2012年修订；由合巢生殖医学中心无偿翻译并赞助校对

Revised 2012; Translated by Herneast Center for Reproductive Medicine, with independent review sponsored by a Herneast Educational Grant

如需获取更多关于本专题以及其他生殖健康专题的信息，