



患者指南

来自 ReproductiveFacts.org



美国生殖医学会的患者教育网站

宫内节育器（IUD）：一种长期有效、可逆的避孕方法

不同的避孕方法有不同的作用。每种避孕方法都有各自的风险。若避孕方法没有得到正确的使用，也会发生风险。在每100个不使用任何避孕措施的女性中，有85个会在一年内怀孕。即使避孕措施得到了正确的使用，有一些方法仍会失败。例如，男性避孕套在十次使用中会出现一至两次失败。避孕药则在一百次中有八至十一次失败，尽管大多数人都认为避孕药差不多任何时候都能防止女性怀孕。避孕药的失败通常是由于使用方法不当。

一类越来越受女性欢迎的方法是长效可逆避孕法（LARC）。这类方法的失败率较低，女性怀孕的几率也更小，因为它们可以被安放在恰当的位置来维持很长的有效期。

因此，失败率是少于百分之一。当女性不想怀孕时，LARC方法可以降低她们意外怀孕的次数。当女性使用LARC时，流产的数量也会降低。LARC方法包括皮下植入剂、宫内装置（IUD）和注射避孕针。和其他LARC方法相比，注射避孕针的失败率较高，因为它的效果没有那么长久。LARC也能通过其他方式帮助女性，而且无法使用它们的情况少之又少。本资料将为你介绍更多关于IUD的信息。

宫内节育器（IUD）

IUD是一种微型、可弯曲的植入物，形似字母T，会由医生放入女性的子宫。在美国有两种IUD：一种是带铜IUD，一种是带激素IUD。铜的IUD用线圈包绕，会将少量的铜释放到子宫中，从而对精子造成损伤，并且带铜IUD最长可放置10年时间。带激素IUD含有孕酮。孕酮是一种人体产生的激素，能够使子宫口（子宫颈）的粘液变粘稠，从而阻止精子进入子宫。它也能改变子宫的内部状态，减少月经出血量。带激素IUD最长能够使用五年时间。对于使用带激素IUD的女性而言，大多数人的月经出血量较少，并且在最初的几个月后感受到的疼痛也更少。IUD的放置或取出必须由医生或执业护士进行。IUD并不能防止性传播感染。

在中国，百分之四十的女性使用IUD；在拉丁美洲和欧洲，百分之十至三十的女性使用IUD；而在美国，只有大约百分之六的女性使用IUD。

使用IUD有什么顾虑？

过去，美国的一些女性对使用IUD顾虑重重，因为她们认为IUD可能会引起腹部（盆腔）感染，或阻碍她们正常生育。研究表明，事实并非如此。实际上，只有放入IUD后的3周之内才会发生感染。不管女性用不用IUD，其感染性传播疾病的几率是相同的。此外，对于使用IUD的女性而言，她们由于输卵管损伤而不能怀孕的几率并不比没有使用IUD的女性为高。研究表明，在性伴侣和感染疾病数量相同的情况下，

使用IUD的女性输卵管损伤的几率与其他女性相同。这种损伤主要与衣原体感染（性传播感染）有关，并不是IUD本身造成的。

谁应该使用IUD？

在2005年以前，IUD主要用于至少有一个孩子、没有盆腔感染史，以及只与一个伴侣有性关系的女性。在2005年，美国食品和药物管理局表示，从没有孩子的女性和有多个性伴侣的女性也是可以使用带铜IUD。在2012年，美国妇产科医师协会（ACOG）声称，没有盆腔感染史的青少年也可以使用这其中一种的IUD。这令IUD成为一种可以用于更多女性的优秀避孕方式。

有没有些女性不应该使用IUD？

美国疾病控制中心制定了和避孕相关的规定，并把它名为《医疗资格标准（CDC MEC）》。这些规定专注于当有不同的疾病和健康问题时，女性可以使用的节育方法。

如果患有某种疾病的女性可以正常使用IUD的话，该项避孕法便属于第一类。例如，肥胖症便是第一类中的其中一个情况，所以肥胖女性可以使用IUD。

第二类是指女性可以使用IUD，但医疗人员应对其情况进行更加紧密的跟进。糖尿病和肺气肿就属于第二类的情况。

在第三类情况中，普遍来说不建议女性使用IUD，医疗人员应该认真考虑其他选择。

第四类情况是指女性有不能使用IUD的疾病或问题，如急性盆腔感染。

对大多数的健康问题而言，带铜IUD和带激素IUD均被列为第一类和第二类。

总结

带激素IUD和带铜IUD是安全和长效的节育方法，且效果很好。许多不相同的女性都可以使用它们，即使她们有健康问题。过去对IUD的恐惧和担心大多都是不正确的，因为研究并没有发现IUD会引起妨碍女性怀孕的感染或输卵管损伤。你应与医疗人员讨论IUD是否适用于你。

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 Hernest Center for Reproductive Medicine, with independent review sponsored by a Hernest 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，请访问www.ReproductiveFacts.org