

避孕套如何发挥作用？



- 避孕套是一种屏障, 阻止精液进入阴道。精液沉积在避孕套中, 然后从阴道中取出避孕套, 这样精子就无法使卵子受精。
- 外用避孕套有多种尺寸、润滑、罗纹、口味和颜色。外用避孕套通常由乳胶制成, 但也可能由聚氨酯和小羊皮制成。
- 目前只有一种内用避孕套, 即**FC2内用避孕套**。内用避孕套由丁腈(一种合成材料)制成。
- 可以在阴道性交、肛交和口交期间使用避孕套来预防性传播感染病。肛交时应取下内用避孕套的内环。
- 避孕套适用于**任何体重或年龄的人, 不论是否正在接受性别确认激素疗法**。

如何使用避孕套？

戴上/放入
性交前

您和您的伴侣必须决定在**每次阴茎-阴道性交**时都使用避孕套。

- **打开避孕套:**将避孕套推到包装的一侧, 然后撕开另一侧。切勿使用剪刀或牙齿。取出避孕套并检查是否有任何裂口、孔洞或明显的瑕疵。
- **外用避孕套:**将外用避孕套滚动到勃起的阴茎上, 然后再将阴茎插入阴道。避孕套的底部边缘在身体外部。捏住避孕套的头端, 同时用另一只手将避孕套沿阴茎滚动, 直到完全覆盖阴茎。性交后立即取下避孕套。取下时在阴茎根部抓住避孕套, 以免精液溢出。检查是否有损坏, 然后丢弃。
- **内用避孕套:**在性交前8小时内放入内用避孕套。避孕套有一个较厚的内环(放入阴道), 还有一个较薄的外环(留在阴道外)。捏住较厚的内环, 将其折叠成椭圆形。将捏紧的内环放入阴道。将手指放在避孕套开口内, 尽可能将避孕套推入阴道。较薄的外环应留在阴道外一英寸, 并且避孕套不应扭曲。在将阴茎插入阴道内时保持避孕套打开, 以确保阴茎不会在避孕套外侧。要取出, 扭动外环, 将避孕套拉出, 小心不要让精液溢出。检查是否有损坏, 然后丢弃。
- **每次性交时, 都应使用新的避孕套。**避孕套不能重复使用。
- **费用:**您可以获得避孕套的处方, 这样您就不必自费。在商店, 每个避孕套的价格为0.50至6美元。您也在很多地方免费获得避孕套(无需处方), 例如保健中心。

隐私和控制

- 您不需要看医疗保健提供者, 就可以开始或停止使用避孕套。医疗保健提供者可以就如何正确使用避孕套为您提供建议, 还可以为您开处方, 这样您可以通过保险免费获得。
- 您和您的伴侣都必须同意使用避孕套。您和您的伴侣都会看到并感觉到避孕套。
- 与您同住或与您共享保险的人可能会看到您的保险账单。
- 其他人不会看到您在使用避孕套, 但他们可能会发现未使用/丢弃的避孕套。

开始使用避孕套后, 会立即生效吗？



是的, 只要正确使用避孕套, 避孕套对每次阴茎-阴道性交都有效。如果使用不当或未使用, 则不会起作用。

避孕套可能不适合以下人群:

无法与伴侣协商使用避孕套。



如果出现以下情况, 请使用紧急避孕方法:

由于性交或取出避孕套的过程中, 避孕套撕裂/滑落或精液从开口溢出, 您认为阴道内可能有一些精液。

避孕套的避孕效果如何？



外用
避孕套



使用外用避孕套的人中，每100人中每年平均有13人会怀孕。这意味着在典型使用情况下，有效率为87%。“典型使用”考虑每次发生性交时都使用避孕套的难易程度。

如果完全按计划使用外用避孕套（即始终正确使用外用避孕套），使用外用避孕套的人中，每100人中每年有2人会怀孕，有效率为98%。



内用
避孕套



使用内用避孕套的人中，每100人中每年平均有21人会怀孕。这意味着在典型使用情况下，有效率为79%。“典型使用”考虑每次发生性交时都使用避孕套的难易程度。

如果完全按计划使用内用避孕套（即始终正确使用内用避孕套），使用内用避孕套的人中，每100人中每年有5人会怀孕，有效率为95%。

您可以在使用避孕套时，同时使用另一种避孕方法，以提供更多的避孕保护。不要同时使用两个避孕套。

副作用

性传播感染病：避孕套可降低所有性传播感染病的风险。

• 避孕套也可用于降低肛交和口交期间性传播感染病的风险。

月经周期：无影响。

经期痉挛：无影响。

体重：无影响。

痤疮：无影响。

恢复生育力：停止使用避孕套后，您可能立即怀孕。

其他可能的副作用：阴道、外阴或肛门刺激。

产后使用

避孕套可以安全地在分娩后立即使用。这不会影响泌乳、母乳喂养/胸喂或婴儿发育。

如果您出现以下情况，请联系医疗保健提供者：

- 阴道、外阴或肛门刺激
- 过敏反应

应该问医疗保健提供者提出的疑问

- 如何与我的伴侣讨论使用避孕套？
- 如何免费获得避孕套？
- 如果避孕套在性交期间撕裂或滑落，我能感觉到吗？
- 我需要多大尺寸的外用避孕套？
- 如何处置避孕套？
- 使用避孕套时，我可以使使用润滑剂吗？

请扫描以获取避孕指南以及每种方法的信息单。



www.PICCK.org 2022年