

尊敬的女士们：

在您的小宝宝就要诞生之前，我们真诚地为您提供一些可能对您有用的信息。

#### 选择家庭儿科医生

国家卫生部为每位小孩子提供一位可以自由选择的家庭儿科医生，家庭儿科医生负责小孩子的成长问题以及在小孩子生病时给与诊治。能够享用家庭儿科医生，只要父母亲的其中一方拥有居留证就可（或居留延期的收据）。

选择家庭医生，如果您的户籍在 **Carpi**，可前往位于 **piazzale Donatori** 的 **Carpi** 医院的 **Poliambulatorio** 的 11 号窗口，又或者前往 **Soliera**、**Campogalliano** 或 **Novi** 地区的 **SAUB** 办公室。如果您居住于另一市政府，可前往户籍所在地的 **SAUB** 办公室。

申请家庭儿科医生所需文件为婴儿出生医院颁发的出生申报（**denuncia di nascita**），出生申报通常在婴儿出生后迅速作出。

#### 将怀孕时间间隔拉开

产后 3 个星期，女性的身体已再次可以受孕，开始下一次怀孕。

如果怀孕的时间间隔太接近，无论对女性身体还是对家庭（如果没有家人帮助的话），都是一个沉重的负担。

避免太接近的怀孕，需要采取有效的避孕措施。要知道哪种避孕措施适合你，还有产后您的健康情况，有必要前往 **Consultorio**（妇女健康中心），也是在您怀孕期间为您进行各种检查的地方，接受医生检查。您可在产后 7-10 内前往 **Consultorio** 的秘书办公室。

#### 母乳喂养

母乳是新生婴儿最好的食物。尽管通常在开始喂奶的前几天会遇上某些困难：乳房胀痛、婴儿啼哭、妈妈受罪。妇女健康中心的产科医生将帮助您解决所有有关喂奶方面的问题。

希望我们早日见面，我们妇女健康中心所有的医生为您奉上最美好的祝福。

## 注射法避孕（定期注射）

### 什麼是注射法避孕

每月或每三個月肌肉注射一次醋酸亞甲基孕酮(Medrossiprogesterone acetate)。這是一種長效高效避孕藥。三月注射一次可避孕三個月，而每月注射一則能避孕一個月。

避孕效果是每1000個婦女注射後只有3人懷孕。

### 如何進行

需請婦科醫生開方。醫生需先詢問女方病史，做專門檢查，必要時加作若干化驗。在臀部或臀部注射，根據劑量不同，每4個星期或12個星期注射一次。

### 優點

可由女方自由選擇採用注射法避孕，任何人也不會發現。

不會影響性生活質量。

哺乳期也可採用此法（需在分娩六周以後）。

可減緩經痛，減輕貧血，防止卵巢和子宮內膜癌症。

### 缺點

需每月或每三月注射一次。

效力持久。並非一旦停止注射就能懷孕。有可能需要等待數月之久才能受孕。若干副作用，如月經紊亂，有漲感，停止注射後幾個月才能消除。

### 費用

注射劑費用低廉，但應加上醫生檢查費，並且需定期前往注射。



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE  
EMILIA-ROMAGNA  
Azienda Unità Sanitaria Locale di Modena

U.O. Consultorio Familiare  
Via Don Sturzo 21 Carpi



CONOSCERE PER SCEGLIERE

Regione Emilia-Romagna  
ASSESSORATO ALLA SANITA'

#### 什麼是節育環

節育環小巧玲瓏，用軟塑料制成，形狀多種多樣，長度為三、四厘米，厚幾毫米。置入宮腔內，可起到極好的避孕作用。採用節育環避孕者，一年中100人只有1人懷孕。節育環有兩種，作用原理略有不同，可以得到兩種效果：一種可以降低精子的活力，或者將其去勢；另一種可以改變子宮黏膜特性，使其不能接受受精卵附著。第一種節育環可以釋放銅離子和銀離子，發揮避孕作用；第二種節育環可以釋放一種與孕酮類似的激素：乙基炔基二降孕甾烯炔酮 (levonorgestrel)。

#### 作法

節育環藥店有售。但應由婦科醫生進行婦科專門檢查後，開出處方置放。節育環的有效期很長，根據類型不同，可用3 - 5年。買一個用幾年，實為經濟。

#### 用法

婦科醫生作子宮和卵巢外觀檢查，宮頸塗片檢查，月經情況了解後，選擇合宜節育環，放入婦女子宮內。一般在行經過程中，確認未懷孕時置放。此時宮頸開口較大，容易放環。某些女子在放環時會有類似經痛的感覺，但僅歷時幾分鐘。

節育環放入子宮內部，女子無異物感覺，也不能夠及。但能感覺到環線的存在（便於婦科醫生必要時取環）。環線從子宮中伸出，把手指塞進陰道時可以觸及。很多女子時時用此方法檢查節育環是否仍然安放良好。

節育環一旦放入，便立即發揮避孕效果。放環一個月後，應該檢查位置是否保持正確，因為在第一個月內，節育環最容易脫出。如一切正常，此後不必增加別的避孕方法，但需每年作婦科檢查一次。

節育環功力消失後（可持續發揮功力三至五年），可取出，換放入一個新環。如女子無不適感，可連續多年置放。

儘管放環，但仍然懷孕的現象十分罕見。如果女子願意，可以保胎直至分娩，但節育環應盡早取出。儘管如此，節育環不會導致新生兒畸形。

#### 副作用

放入銅制節育環後，經量會增多，有時在行經前幾天或後幾天會有出血現象。

未育年輕姑娘或者經常更換男友的女子放環後，內部生殖器 - 如子宮和卵巢 - 炎症會加頻加劇。

放孕酮節育環在某些情況下，會導致經量明顯減少，甚至無經血。

如出現下列值得重視的跡象，應該立即找家庭諮詢處諮詢：

- 非行經期腹部持續疼痛
- 大量出血
- 無月經，或經量過少，或痛經。



CONOSCERE PER SCEGLIERE

Regione Emilia-Romagna  
ASSESSORATO ALLA SANITA'

SERVIZIO SANITARIO REGIONALE  
EMILIA-ROMAGNA  
Azienda Unità Sanitaria Locale di Modena

U.O. Consultorio Familiare  
Via Don Sturzo 21 Carpi

#### 什麼是避孕藥

避孕藥是口服避孕藥片的通稱。有兩種類型：最常用的避孕藥為復合型，即含有兩種雌性激素（復合避孕藥）：雌激素和孕酮。第二種稱為小避孕藥，只含有孕酮。

復合避孕藥的避孕原理是：阻止排卵，改變子宮膜和輸卵管的局部功能。小避孕藥的作用是，增厚宮頸黏液，阻止精子與卵子會合。小避孕藥只在特殊條件下採用。

復合避孕藥的避孕率很高，每年服用避孕藥的100個婦女中，只有0.5%的女人懷孕。

避孕藥除可避孕外，還對治療多種婦女病有益，但不能預防感染通過性交傳染的疾病。要達到後一種目的，必須用避孕套。

#### 什麼地方可以得到

避孕藥需由醫生開方（可為家庭諮詢處醫生，也可為自選公費醫療醫生），醫生考慮到女子的病史，作婦科檢查，必要時還需要驗血。醫生選定了最合適的避孕藥後，每年還需定期檢查多次。

#### 如何採用此法

為了保證避孕效果，必須按照下表規定服用避孕藥。第一片需在行經第一天服用。藥片應該整片吞下（不要咬碎），每天應在同一時間服用。按照包裝上的箭頭順序逐一服用。為了便於服用，每片避孕藥都印有號碼和星期幾。一包避孕藥服完後，應停藥一周。從第八天開始，另開新包，服用避孕藥。以後總是在一個星期的固定日子內啟用一包新避孕藥，只是當月經在停藥的那一個星期來潮時，啟用新藥第一天才會與月經來潮第一天相同。如月經來潮第一天服用避孕藥，馬上就有避孕作用。

服用時間應由女子自選，當一旦選定，以後每天必須在同一時間服用避孕藥。很多女子選擇在晚上服藥。如是這樣，第二天早晨應認真檢查是否漏服。

如在選定時間忘記服藥，則應在12小時內補服，才能保持避孕效果。否則，應該扔掉忘記的那片藥，接下去服後面的那片藥。但在此後的兩個星期中，應加用另一個避孕法。

如果服藥後不到四小時，便出現嘔吐或腹瀉現象，則應視作忘記一片避孕藥，並採取相應措施。某些藥品會降低避孕藥的效力。為此最好能向家庭諮詢處醫衛人員或自選公費醫療醫生諮詢。

#### 副作用

少數女子第一次服用避孕藥後有輕度不良反應，原因在於不適應：頭幾天惡心，第一個月生殖器出血，乳房有漲感或痛感。并非所有女子均有上述反應。而且這些反應一般在第二個月即消失。所以，不要因此而停服避孕藥。

出現下述需要停藥的情況純屬罕見：體重增加，腿部持續疼痛腫脹，頭疼，精神萎靡不振，性慾不正常。

嚴重反應更是鳳毛麟角，一般是凝血功能紊亂。為了降低此類危險跡象，應該停藥，以便進行外科手術，或者一個肢體需要長期上石膏繃帶固定。服藥期間如發現血壓增高，也應十分注意。

#### 誰不能服用避孕藥

只有很少幾類女子不能服避孕藥：

- 35歲以上的煙癮過重者（每天抽煙15支以上）
- 患有肥胖症的煙癮過重者
- 有血栓病史和靜脈炎病史者
- 得過乳房癌或子宮癌者
- 希望懷孕者

# 避孕藥



CONOSCERE PER SCEGLIERE

Regione Emilia-Romagna  
ASSESSORATO ALLA SANITA'

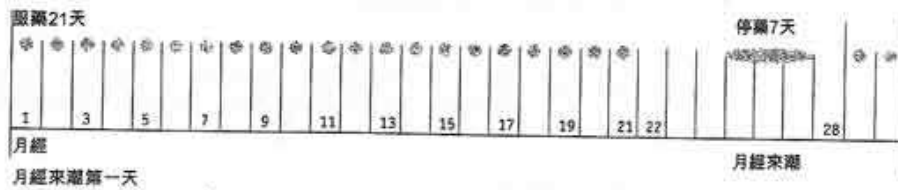
## 應該記住

避孕藥除了可以避孕外，還可以治療月經不調，減輕經痛，減少經量，預防貧血，治療粉刺。

服用避孕藥一定要定時，嚴格按照規定，不要忘服。

避孕藥不能預防感染通過性交傳染的疾病。

欲想懷孕，服完一包避孕藥後，到時不要開始服用新的一包避孕藥即可。避孕藥不會影響今後生育能力。



## 小避孕藥

不含雌激素，只適用於某些特別情況，如哺乳期婦女。其服法與復合避孕藥不同，中間不停服，而需每天持續服用。可能出現兩次月經中間少量出血現象。

PILLOLA