





# Biện pháp tránh thai khẩn cấp (EC)





Levonorgestrel 1.5 mg thuốc viên, Thuốc Ulipristal Acetate, vòng tránh thai bằng đồng, Levonorgestrel 52 mg IUD



## Biện pháp tránh thai khẩn cấp hoạt động như thế nào?

- Có 4 loại EC: 2 thuốc viên và 2 IUDs. 1 viên và 1 IUD chứa nội tiết progestin và 1 viên và 1 IUD thì không chứa nội tiết.
- Thuốc EC pills làm việc bằng cách **hoãn việc trứng rụng lại**. Nếu không có trứng thụ tinh với tinh trùng, việc thụ thai không xảy ra. EC không ảnh hưởng đến việc đang mang thai hoặc gây ra sự phá thai. Thuốc EC, thường được gọi là **“thuốc sau buổi sáng,”** có thể uống bất cứ lúc nào trong vòng 5 ngày quan hệ tình dục để ngừa thai. Thuốc không tác dụng từ quan hệ tình dục sau 5 ngày, bao gồm cả việc quan hệ tình dục sau khi uống thuốc viên.
- IUDs có hiệu quả chính trong việc ngăn cho tinh trùng khỏi thụ tinh với trứng. IUDs có chứa nội tiết có thể ngăn việc rụng trứng trong một thời gian. IUDs có tác dụng bằng những cách khác mà chưa được hiểu rõ.
- IUDs có hiệu quả trong vòng 5 ngày quan hệ tình dục và cung cấp việc ngừa thai liên tục sau khi đặt.
- EC Có thể được dùng trong nhiều tình huống khác nhau:
  - Quan hệ tình dục dương vật-âm đạo không bảo vệ.
  - Lo lắng biện pháp ngừa thai đầu tiên của bạn không dùng chính xác.
  - Là một phương pháp "cầu nối" ngắn hạn tốt cho đến khi bạn có thể tiếp cận một phương pháp khác mà bạn thích hơn.
  - Biện pháp tránh thai ưu tiên “kế hoạch A” nếu bạn quan hệ tình dục không thường xuyên.
  - Sau khi bạn bị tấn công tình dục
- Thuốc viên EC có thể được dùng cùng với một phương pháp tránh thai khác để tránh thai nhiều hơn. Nhưng không nên dùng *kế hoạch B* và *Ella* chung trong vòng 5 ngày-Có hoạt chất gây phản ứng chéo làm mất tác dụng của nhau.
- EC có thể dùng cho tất cả mọi người **bất kể lứa tuổi và cả những người đang dùng trị liệu hormone kháng định giới tính. Một vài phương pháp ít hiệu quả hơn với những người có BMIs cao hơn.**

	 Levonorgestrel 1.5 mg thuốc viên	 Thuốc viên Ulipristal Acetate	 IUD chứa nội tiết (levonorgestrel 52 mg)	 Dụng cụ tránh thai hình chữ T chứa kim loại đồng
<b>Thương hiệu</b>	<i>Plan B Step B, Take Action, My Way, My Choicei, AgterPill, My Choice</i> , và các loại thuốc tương tự khác.	<i>Ella</i>	<i>Mirena, Liletta</i>	<i>Paragard</i>
<b>Hình thức</b>	Thuốc viên		dụng cụ tránh thai trong tử cung	
<b>Thuốc hoạt tính</b>	Levonorgestrel (nội tiết progestin)	Ulipristal acetate	Levonorgestrel (nội tiết progestin)	Chứa chất đồng
<b>Tiếp cận</b>	Không cần toa thuốc hoặc toa thuốc.	Cần phải có toa thuốc.	Gặp người cung cấp để bỏ IUD vào hoặc lấy IUD ra. Bạn cũng có thể tự mình lấy IUD ra nếu bạn cảm thấy được dây vòng.	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lấy toa thuốc từ nhà cung cấp của bạn (gọi đến văn phòng của họ, đặt lịch hẹn khám bệnh từ xa hoặc đến gặp trực tiếp), phòng khám kế hoạch hóa gia đình hoặc ứng dụng kiểm soát sinh sản.</li> <li>• Lấy toa thuốc với nhiều lần lấy thuốc lại để sử dụng trong tương lai.</li> <li>• Lấy toa thuốc trước khi bạn cần hoặc khi bạn cần.</li> <li>• Chuẩn bị thuốc ở nhà trước khi bạn cần hoặc lấy thuốc khi bạn cần.</li> </ul>			
<b>Thời gian dùng</b>	Hiệu quả đến 5 ngày (120 giờ) sau khi quan hệ, nhưng hiệu quả nhất trong 3 ngày đầu (72 giờ) sau khi quan hệ.	Có hiệu quả đến 5 ngày (120 giờ) sau khi quan hệ tình dục.		
<b>Giới hạn BMI</b>	Có hiệu quả tốt nhất ở người có BMI dưới 26.	Có hiệu quả tốt nhất ở người có BMI dưới 35.	Có hiệu quả bằng với tất cả BMIs.	

	 Levonorgestrel 1.5 mg thuốc viên	 Thuốc viên Ulipristal Acetate	 IUD chứa nội tiết (levonorgestrel 52 mg)	 Dụng cụ tránh thai hình chữ T chứa kim loại đồng
<b>Liệu nó hoạt động tốt như thế nào trong việc tránh thai?</b>	89%	94%	99%	
	Một vào loại thuốc có thể làm kế hoạch B, Ella, và IUDs hormone cũng không có hiệu quả.			Không ảnh hưởng bởi thuốc.
<b>Sự riêng tư và kiểm soát</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bạn của bạn sẽ không thể thấy hoặc cảm thấy là bạn dùng thuốc viên.</li> <li>Bạn của bạn và người khác có thể tìm thấy gói thuốc bỏ trong thùng rác. Họ có thể thấy bạn uống thuốc.</li> <li>Bạn của bạn có thể cảm thấy dây vòng tránh thai với ngón tay hoặc dương vật trong lúc quan hệ tình dục. Người cung cấp có thể cắt dây ngăn đi nếu chuyện này xảy ra và làm khó chịu.</li> <li>Người khác không thể thấy được bạn đang dùng phương pháp IUD.</li> <li>Người bạn sống chung hoặc cùng chia sẻ bảo hiểm có thể thấy được hóa đơn từ công ty bảo hiểm.</li> <li>Nếu người khác theo dõi kính nguyệt của bạn, họ có thể chú ý sự thay đổi về kính nguyệt của bạn.</li> </ul>			
<b>Tương tác với phương pháp tránh thai mới hoặc phương pháp đang dùng</b>	Có thể bắt đầu hay tiếp tục phương pháp khác ngay tức thời	<p>Khuyến cáo không sử dụng thuốc viên, miếng dán hoặc vòng cho đến hơn 5 ngày sau khi sử dụng Ella và sau đó sử dụng phương pháp ngừa thai dự phòng trong 7 ngày sau khi bắt đầu uống thuốc, miếng dán hoặc vòng.</p> <p>Có thể bắt đầu dùng mũi tiêm hoặc cấy ghép cùng lúc với việc dùng Ella. Ella có thể ít có hiệu quả hơn, nên cần dùng phương pháp khác trong vòng 12 ngày.</p>	Có thể để IUD như là phương pháp tránh thai liên tục, hoặc lấy nó ra sau chu kỳ kinh lần tới. Bạn cũng có thể tự mình lấy IUD ra nếu bạn cảm thấy được dây vòng.	
<b>Tác dụng phụ</b>	Thuốc viên EC không có tác dụng phụ lâu dài. Trong thời gian ngắn, bạn có thể bị buồn nôn, chóng mặt, căng tức ngực, ra kinh ít hoặc thay đổi thời gian hành kinh.		<i>Dùng mã QR ở cuối trang này để biết thông tin về IUD nội tiết tố và IUD bằng đồng, liệt kê các tác dụng phụ có thể xảy ra.</i>	
<b>Dùng sau khi sinh con</b>	Tất cả mọi hình thức EC thì an toàn sử dụng ngay sau khi sinh. Dữ liệu cho thấy rằng tất cả các hình thức EC không ảnh hưởng đến quá trình tiết sữa, cho con bú bằng sữa mẹ/ cho con bú hoặc sự phát triển của trẻ sơ sinh. Ella (ulipristal acetate) chưa được nghiên cứu rộng rãi trong bối cảnh cho con bú bằng sữa mẹ /cho con bú, nhưng Trung tâm InfantRisk, một trung tâm nghiên cứu đại học nghiên cứu việc chuyển thuốc vào sữa mẹ, khuyến cáo rằng nó an toàn khi sử dụng. Trung tâm Kiểm soát và Phòng ngừa Dịch bệnh Hoa Kỳ (CDC) khuyến cáo nên loại bỏ sữa mẹ đã bơm trong 24 giờ sau khi sử dụng Ella.			
<b>Những câu hỏi nên hỏi người cung cấp</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tôi có thể dùng thuốc viên EC là phương pháp tránh thai chính không?</li> <li>Tôi có thể lấy thuốc viên EC trước khi tôi cần không?</li> <li>IUD có thể được lấy ra sau khi nó có hiệu quả tránh thai giống như thuốc viên EC không?</li> <li>Tôi có thể dùng thuốc viên EC thường xuyên không?</li> <li>Tôi có thể dùng 2 thuốc viên EC nếu tôi có BMI cao hơn?</li> <li>Tôi có thể bắt đầu phương pháp mới hoặc tiếp tục phương pháp hiện thời khi tôi dùng thuốc viên EC không?</li> </ul>			

Hãy đọc lại hướng dẫn về việc tránh thai và các tờ thông tin cho mỗi phương pháp.

