

杀精剂如何发挥作用?



- 杀精剂是一种放入阴道的化学物质, 其**对精子有害**, 因此可以防止怀孕。化学物质使精子无法正常运动或“游动”。精子无法移向卵子以使其受精。
- 有多种形式的杀精剂: 凝胶、栓剂、片剂、乳膏、泡沫、薄膜和海绵。
- 海绵含有杀精剂, 使用方式与其他形式的杀精剂不同。**Today Sponge**品牌是目前唯一一种市售海绵。
- 杀精剂可能与**Phexxi**混淆, 但它们的作用方式不同。
- 杀精剂适用于**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**。

如何使用杀精剂?

放入时间
性交前

您必须决定在**每次阴茎-阴道性交**之前都使用杀精剂。

- 杀精剂的使用方式取决于您使用的杀精剂形式。**请务必阅读包装说明, 以确保正确使用**。在放入杀精剂之前先洗手。放入杀精剂(抵达子宫颈)。大多数杀精剂应在发生性交前至少10分钟(不超过1小时)放入阴道。对于大多数形式的杀精剂, 每次发生性交时都必须使用新的杀精剂, 无论上一剂是什么时候放入的。
- 要使用海绵, 请将其打开并用水润湿。挤压海绵以激活杀精剂。海绵应该潮湿、起泡。使用外部织物环折叠海绵, 然后将海绵放入阴道, 确保织物环朝向您的背面。推入阴道, 直至子宫颈。放入阴道后, 海绵会展开并覆盖子宫颈。要取出海绵, 使用织物环将其拉出或抓住并拉出海绵。将海绵扔进垃圾桶。
- 海绵可以在性交前24小时放入阴道。**性交后, 海绵应留在阴道内至少6小时才能正常工作**。海绵在阴道内的放置时间不应超过30小时, 因此在放入海绵后, 应在24小时内进行性交。只要最后一次性交距取出海绵的时间至少为6小时, 您就可以在放入海绵的期间进行多次性交。
- 请勿在经期使用海绵, 因为这可能会导致中毒性休克综合症。



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杀精剂/海绵。医疗保健提供者可以就如何正确使用杀精剂/海绵为您提供建议, 还可以为您开处方, 这样您就可以通过保险免费获得。
- 如果您的伴侣注意到您体内有杀精剂/海绵, 则可能会知道您在性交期间使用杀精剂/海绵。杀精剂味道不好。虽然摄入一些杀精剂无害, 但请避免大量摄入。
- 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此方法。有人可能会发现您的杀精剂/海绵或丢弃的涂抹器或海绵。

开始使用杀精剂后, 会立即生效吗?



是的, 如果按照说明正确放入阴道, 杀精剂和海绵对每次阴茎-阴道性交都有效。如果未在指定的时间范围内放入阴道或放入方式不正确, 则不会起作用。



杀精剂可能不适合以下人群:

- 经常有尿路感染
 - 感染艾滋病毒或有感染艾滋病毒的高风险
- 本列表并非详尽。在开始使用此方法之前, 请先与医疗保健提供者讨论您的病史。

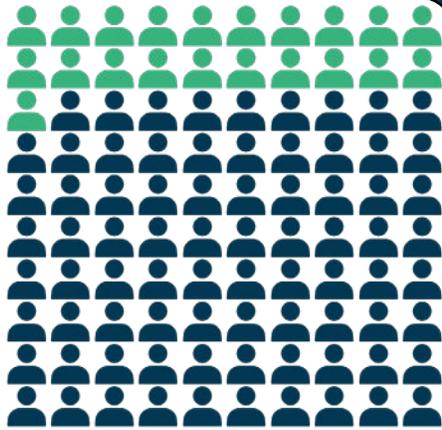


如果出现以下情况, 请使用紧急避孕方法:

- 您未在**性交前正确的时间范围内**放入阴道。
- 可能未放入**完整剂量**。
- **性交后, 您未将海绵保留在阴道内至少6小时**。



杀精剂



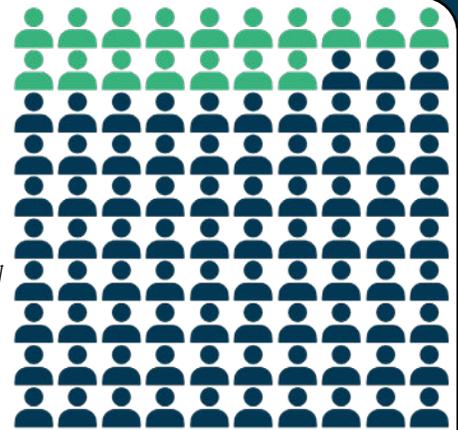
使用杀精剂的人中, 每100人中每年平均有21人会怀孕。这意味着在典型使用情况下, 有效率为79%。“典型使用”考虑每次发生性交时都使用杀精剂的难易程度。

如果完全按计划使用杀精剂(即始终正确使用杀精剂), 使用杀精剂的人中, 每100人中每年有16人会怀孕, 有效率为84%。



海绵

即使您没有分娩, 既往怀孕也会影响海绵的效果。



使用海绵的人中, 每100人中每年平均有17人会怀孕。这意味着在典型使用情况下, 有效率为83%。“典型使用”考虑每次发生性交时都使用海绵的难易程度。

如果完全按计划使用海绵(即始终正确使用海绵), 使用海绵的人中, 每100人中每年有12人会怀孕, 有效率为88%。

您可以在使用杀精剂或海绵期间同时使用另一种避孕方法, 以提供更多的避孕保护。

副作用

性传播感染病: 不会预防。

- 如果每天多次使用杀精剂并引起刺激, 则可能会使您更容易感染性传播感染病。
- 请使用外用或内用避孕套来降低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: 停止使用杀精剂或海绵后, 您可能立即怀孕。

其他可能的副作用: 阴道或皮肤刺激。

产后使用

- 杀精剂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。
- 海绵在分娩后立即使用并不安全。请在产后6周, 子宫颈恢复正常大小后再使用海绵。

如果您出现以下情况, 请联系医疗保健提供者:

- 经常性尿路感染
- 持续阴道刺激

? 应该问医疗保健提供者提出的疑问

- 我会不会过量使用杀精剂?
- 使用杀精剂时, 可以冲洗阴道吗?
- 杀精剂与Phexxi有何不同?
- 我可以在经期使用杀精剂/海绵吗?

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