

老古董 · 新生命

陰道避孕環青出於藍

文／婦產部 主治醫師 楊東川

說到避孕環，大家多半會想到老阿媽的子宮內避孕器，在那「家庭計畫研究所」肩負重任的年代，爲了讓人口合理成長，避孕環曾經當過避孕的主力。在本院只有徐泰彥主任替患者裝置過，現在年輕的婦產科醫師甚至可能連看都沒看過。正如時尚界經常吹起的復古風，這個老古董已經搖身一變，變得更新更好，更能滿足婦女的需求。

子宮內避孕器的濫觴

一般來說，避孕器是一種放置在子宮腔內的避孕器材，有金屬，塑膠或矽橡膠等材質。在古代的阿拉伯，人們在駱駝的子宮內放入小小的鵝卵石，以防止母駱駝在沙漠商旅途中受孕，這些小石頭可說是子宮內避孕器的濫觴。目前，全世界約有8000萬名婦女在使用子宮內避孕器。

子宮內避孕器的種類

- 惰性的子宮內避孕器：以不銹鋼絲、塑膠或矽膠等不含藥物的器材製成，如：太田子宮避孕環（Ota ring，圖1）、樂普（Lippes Loop）等。
- 帶銅的子宮內避孕器：是目前最廣泛使用的子宮內避孕器，利用銅對精子或受精卵的敵對作用來增強避孕效果。如：母體樂（Multiload Cu 250 or Multiload Cu 375）、樂母麗（Nova T）等。
- 釋放激素的子宮內避孕器：將內含於子宮內避孕器的黃體激素，緩慢穩定地釋放到子宮腔內，除了提高避孕效果，並可明顯減少出血。如：密蕊娜（Mirena）。
- 釋放止血藥物的子宮內避孕器：可有效控制子宮內避孕器放置後，月經量的增加。



圖1：太田子宮內避孕環

干擾胚胎著床的悍將

子宮內避孕器裝入子宮腔後，會使子宮內膜產生異物炎性反應，刺激前列腺素分泌，從而影響精卵結合與胚胎著床。含銅的子宮內避孕器除上述作用外，也會釋放銅離子，增強的避孕效果並不是通過全身作用，而是經由改變局部狀況，干擾精卵結合，銅的表面積越大，避孕效果越好。含黃體激素的子宮內避孕器可長期少量向子宮腔內釋放黃體激素，使子宮內膜萎縮，更不利於胚胎的著床。這兩方面的作用更增強了子宮內避孕器的避孕效果。

什麼是陰道避孕環？

陰道避孕環是近幾年發展出來的一種新型陰道內避孕器具，它是由醫用矽橡膠製成的圓形環，內含雌激素（estrogen）或黃體激素（progestogen），這些激素通過陰道壁吸收，直接進入血液循環。這種吸收方式使其所含的激素劑量低於口服避孕藥，這也是它迷人之處。

依照陰道避孕環在陰道內留置的時間、所含藥物種類或釋放量，又可分為3種：



圖2：NuvaRing陰道避孕環



圖3：大陸版陰道避孕環

- (1) 間斷使用，釋放雌激素、黃體激素的陰道避孕環。
- (2) 間斷使用，釋放黃體激素的陰道避孕環。
- (3) 連續使用，釋放黃體激素的陰道避孕環。

前兩種在每個月經週期放入陰道內的時間為21-28天，後一種可連續放置3-12個月，月經期內也不需取出。台灣已引進第一種陰道避孕環（NuvaRing，圖2），避孕環外直徑為5.4cm，厚度為4mm，它是由柔韌性良好的乙烯-醋酸乙烯酯共聚物（ethylene-vinyl acetate，EVA）所製成，內含雌激素和黃體激素，均勻分布。中國上海地區有大陸版的陰道避孕環（圖3），屬於第三種陰道避孕環，呈棕紅色，環外直徑為4cm，環身4mm，環中含有避孕藥甲地孕酮250毫克，平均每天釋放130微克，每只環可連續使用1年，月經期不必取出。

阻擋精蟲通行的崗哨

NuvaRing陰道避孕環置入陰道後，不斷緩慢地釋放環中的藥物，每天釋放15微克雌激素和120微克黃體激素，然後由陰道粘膜吸收來發揮作用。它主要是經由中樞抑制排卵，並且改變子宮頸粘液性質，使粘液變得稠厚，不利於精蟲通過，所釋放的激素也會使得子宮內膜阻撓胚胎著床，因而產生避孕效果。文獻報告的避孕失敗率不足1%。

正確操作要領

陰道前後壁平時是相貼呈閉合狀態，所以陰道避孕環在陰道深部不易脫出。通常，初次使用者於月經來潮第一天，自行將其放置在陰道最深處（陰道後穹窿）即可。由於避孕環體積小，又在陰道深處，同房時沒有明顯異物感，不致影響性生活。如果避孕環脫落或覺得不適，可在性交時先取出，性交後再放入，3小時內無礙避孕。有趣的是，部分男性認為女方裝了陰道避孕環，同房時反而「有感覺，更愉悅」。



陰道避孕環的優缺點

優點：1個月1次，醫囑遵從性高，自放自取，使用方便，能維護隱私；避孕環每日釋放的藥物劑量較口服避孕藥少，發生噁心、奶脹、不規則出血等副作用的機會也少。由於藥物是經由陰道粘膜吸收，不經過肝臟，直接進入體循環，因此對於身體較差，不能耐受其他避孕措施的婦女尤為適切。

缺點：使用者最常見的現象是白帶增多（14.1%）與陰道炎，推測與使用時的手部清潔有關。陰道避孕環無法預防性病，可以考慮合併使用保險套。所有利用荷爾蒙來避孕的方法，出現血栓的機會可能比較高，所以有高血脂或動脈硬化者，不適合這些避孕法。

哪些人不宜使用陰道避孕環？

生育期的婦女均可使用陰道避孕環，但患有不明原因陰道出血、陰道壁鬆弛、膀胱膨出、直腸膨出，子宮脫垂以及疑似或確診有生殖器腫瘤者，不宜使用。患有滴蟲性陰道炎、黴菌性陰道炎及重度子宮頸慢性炎症者，應治癒後再使用。

對婦女而言，近50年來，很多事情都改變了。在社會、政治與法律方面，兩性已平權，擁有相同的受教育與工作機會，女性主義與性自主的主張也抬頭。現代醫學「生育

控制」的科技（試管嬰兒、避孕、減胎）扮演了相當重要的角色。

如今，陰道避孕環的應用更是集避孕方法之大成。第一：避孕器材從不含藥到含藥，效果更好，副作用更低；第二：避孕器材從子宮到陰道（即子宮外），自放自取，使用更方便，更有隱私；第三：投藥系統的演化，從口服到子宮內又到陰道內，未經腸肝循環，藥物攝入量減少、濃度恒定，而且是直接作用，大大減少了口服的不良反應。

