

避孕措施



您可以同意进行性行为。

您可以拒绝进行性行为。

您可以按照自己的意愿决定向谁展露性感的一面。

您可以决定采取避孕措施。

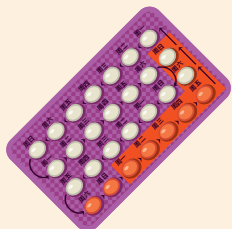
什么是避孕措施？

当人们想要发生性关系但又没有生育意愿时，就会采取避孕措施。

采取避孕措施意味着您可以享受性生活而无需担心怀上孩子。

向您的医生咨询哪种避孕方法最适合您。

避孕方法



口服避孕药

口服避孕药有助于防止女性怀孕。

女性必须每天服用避孕药才能避免怀孕。

如果您想开始服用避孕药，请咨询您的医生。

避孕针

避孕针（Depo）有助于防止女性怀孕。

女性注射避孕针的频率是每3个月一次。

避孕针会抑制女性卵巢排卵。

如要注射避孕针，请咨询您的医生。



避孕套

避孕套有助于防止女性怀孕。在性交前将其戴在勃起的阴茎上。

避孕套可以阻止精子（即从阴茎射出的精液）进入女性体内。

避孕套是唯一可以预防性传播感染（STI）的避孕方法。

性传播感染（STI）是性行为过程中在人体之间传播的感染。

每次发生性行为时都应使用新的避孕套。

您可以在超市和药店购买避孕套。



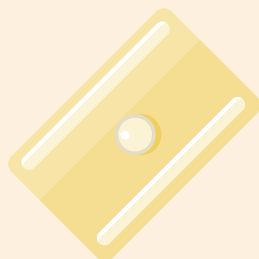
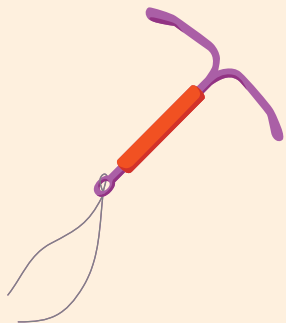
皮下埋植避孕剂

皮下埋植避孕剂有助于防止女性怀孕。

皮下埋植避孕剂由医生植入女性的上臂或子宫内，可以保留长达 3 至 5 年。

皮下埋植避孕剂可抑制女性卵巢排卵。

若要进行皮下埋植避孕，请咨询您的医生。



紧急避孕药

女性在没有采取避孕措施的情况下发生性行为后，可能会担心怀孕。

女性可以服用紧急避孕药（药片形式，可吞服）来避免怀孕。

性交后五天内都可以使用紧急避孕药来避孕。越早服用药片，效果越好。

如要获得紧急避孕药，请在发生性行为后尽快去药店或咨询医生——没有使用避孕措施、或避孕措施没有正常发挥作用的情况下尤其应如此。

禁欲

有些人选择不发生性行为。
这被称为禁欲。

人们完全可以在不发生性关系的情况下一同亲热。他们可能会决定以一种激发性欲的方式亲吻、拥抱和抚摸对方的身体。您可以与您的伴侣谈一下禁欲。



其他避孕措施

您还可以与医生讨论其他避孕措施：

- 女用避孕套
- 避孕隔膜
- 体外射精
- 绝育



您可以通过以下方式获取帮助和信息：

- 医生
- 性健康诊所
- 女性健康中心
- 青少年健康中心
- True Relationships and Reproductive Health

如果您想了解有关各类避孕措施的
更多信息并找寻适合的避孕方法，
请联系：

True Relationships & Reproductive Health

布里斯班	3250 0240
罗克汉普顿	4927 3999
凯恩斯	4051 3788
阳光海岸	5479 0755
黄金海岸	5531 2636
图文巴	4632 8166
伊普斯维奇	3281 4088



如需了解有关 True 的更多信息，请访问：
true.org.au

免责声明：真实关系与生殖健康医疗服务中心（True Relationships & Reproductive Health, True）已尽一切努力，确保本出版物出版时所包含的是准确和最新的信息。由于信息和知识在不断变化，我们强烈建议读者应确认信息符合当前的研究、立法和政策指导方针。对于因个人根据本信息及其所包含的任何建议采取行动而可能产生的困难，True 概不负责。

V1-20201001

临床治疗。教育。心理辅导。

   fb.me/TrueEducate