

請記住，避孕貼並不能保護您免受性傳播疾病(性病)或愛滋病病毒(HIV)的感染，因此請隨時使用安全套來保護自己！



## 避孕貼的作用原理是什麼？

- 避孕貼裏所含的荷爾蒙與您身體製造的是一樣的，這些荷爾蒙會使您的卵巢停止釋放卵子。沒有這些卵子，您就不會懷孕。
- 沒有一個避孕方法是100%有效的。如果您有每週都更換避孕貼並確保它是牢牢貼著的，避孕效果將高達99%。如果您忘了或遲了使用，則只剩91%的避孕效果。

## 我如何開始使用避孕貼？

- 有兩種方法來開始使用避孕貼：
  - 快速啟用：在拿到避孕貼包裝後，馬上使用第一張避孕貼。
  - 下一個經期：在您的下一個經期開始之後即使用第一張避孕貼。
- 如果您在經期開始後的5天內就使用第一張避孕貼，您將即刻受到保護，避開懷孕的可能性。
- 如果您在經期開始後的5天後才使用第一張避孕貼，您應該在最初的7天內都使用避孕套作為安全措施。

## 我如何使用避孕貼？

- 避孕貼就像是貼在您皮膚上一星期的一張貼紙。您可以在身體任何部位貼上避孕貼，除了您的乳房、生殖器、手掌或腳底。
- 請在您看得到的身體部位貼上避孕貼，以方便查看是否有脫落。請貼在乾淨及乾爽的地方，並確保所有的邊緣都穩穩貼住。
- 請於每個星期使用新的避孕貼長達3個星期，並於第4個星期停用。
- 在使用第一張避孕貼後，請在最初的7天內使用避孕套。
- 經期將預計於無貼週時到來。（您有可能會經歷量少的經期或完全沒有來經。）
- 在第4個星期結束後啟用新的一盒避孕貼。

## 如果避孕貼脫落，該怎麼辦呢？

- 如果避孕貼脫落，請即刻將它貼回。如果已經沒有黏性，請使用一張新的。
- 如果避孕貼脫落超過一天，請使用一張新的並在接下來的7天都使用避孕套。
- 使用這張新的避孕貼後，請於下星期的同一天使用您的下一張避孕貼。

## 如果我在7天後忘記更換避孕貼，該怎麼辦呢？

- 避孕貼含有足夠應用9天的荷爾蒙，如果您的避孕貼除下不超過9天，請貼上一張新的。
- 如果您的避孕貼已除下超過9天，請貼上一張新的並在接下來的7天都使用避孕套。

## 如果我停止使用避孕貼並進行無防護措施的性行為，我該怎麼辦呢？

- 請即刻服用事後避孕丸(EC)。在性行為過後5天內，EC可以有效地預防懷孕，而且越快服用越有效。

## 避孕貼如何幫助我？

- 避孕貼能有效安全地幫您避孕，您的經期可能會更加定期、量少和更短，您的皮膚也有可能變得更清晰。
- 避孕貼能減低您患上子宮和卵巢癌的風險。
- 在您停止使用避孕貼後，您在未來的懷孕能力並不會受到影響。

## 使用避孕貼後，我會有什麼感覺嗎？

- 您會感覺沒什麼兩樣。在最初的2-3個月裏，您可能會感覺噁心，在經期之間有出血狀況，體重出現變化，以及/或感覺乳房脹痛。這些問題往往會在2-3個月後自行消失。

## 使用避孕貼有風險嗎？

- 避孕貼是非常安全的，鮮少會出現嚴重的問題。如果您有以下任何症狀，請向您的醫護專員諮詢：
  - 腿部疼痛、腫脹發紅
  - 身體一側感覺無力或麻木
  - 劇烈頭痛
  - 視力問題
  - 胸痛
- 您的醫護專員可以幫您查看這些症狀是否是某個嚴重問題的跡象。

