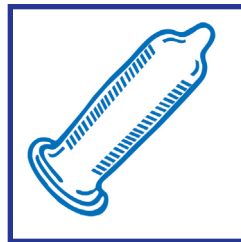


屏障避孕法

这类方法是建立一道屏障，阻止男性的精子接触女性的卵子，从而达到避孕效果。

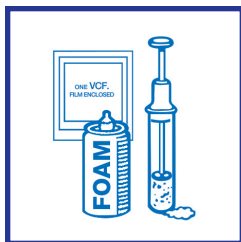
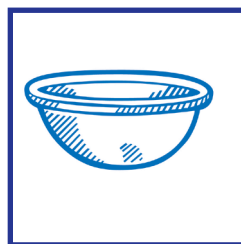
避孕套 (男用): 避孕套是乳胶或塑料制成的薄膜，在性交前套在勃起的阴茎上，防止精子进入阴道。您可以在任何药店买到避孕套。医疗保健中心也可能提供免费或低价的避孕套。*



避孕套 (女用): 女用避孕套是一个塑料套，两端各有一个柔韧的环。封口的一端放入阴道，开口的一端留在阴道外。女用避孕套可以防止精子进入阴道。有些药店出售女用避孕套。医疗保健中心也可能提供免费或低价的避孕套。*

*乳胶和塑料避孕套也可以预防艾滋病和其他通过口交、阴道性交和肛交传播的疾病。动物肠衣制成的避孕套不能用于预防疾病。

子宫帽 (女用): 子宫帽是一个柔软的圆形橡胶帽，覆盖在女性的子宫颈上，防止精子进入子宫。在子宫帽里需放置杀精剂，然后在性交前放入阴道。杀精剂可以杀死精子。性交后六个小时后才能取出子宫帽。必须由医生或护士检查后确定您使用的子宫帽尺寸。



杀精剂 (女用): 杀精剂可以杀死精子，避免怀孕。杀精剂有各种剂型，如泡沫、冻胶、药膏、海绵和药膜。必须在性交前把杀精剂放入阴道。您可以在任何药店买到杀精剂。杀精剂与避孕套或子宫帽联合使用效果最好。

注意: 杀精剂能够避免怀孕，但是可能增加您感染艾滋病毒的风险。杀精剂中的一种化学物(Nonoxynol-9)会刺激阴道内和周围的皮肤。如果您想使用杀精剂避孕，请与您的医生或护士讨论您感染艾滋病毒的风险。

使用避孕套预防艾滋病和其他性病

乳胶或塑料避孕套是唯一能够同时有效预防艾滋病和其他性病而又能有效避孕的措施。如果您使用其他的避孕方法，但是希望预防艾滋病和其他性病，请在您使用的避孕方法之外同时使用避孕套。

生育之后的避孕

如果您刚刚生育或者正在哺乳，您可能仍需要避孕。请咨询您的医生或护士可以使用哪些类型的避孕方法。

紧急避孕

紧急避孕可以在发生性行为之后避免怀孕，但是必须尽快，也就是在一两天之内采取行动。如果您性交没有采取避孕措施、被强迫发生性行为或者认为您的避孕措施失败，您应当采取紧急避孕。

