



**最新大型調查：**  
**本港大學生避孕認知度低 近四成無採避孕措施**  
**女性竟選安全期或體外射精為常用方法**

**新聞發布會**  
**2013年12月1日**

# 「香港基層醫護基金」簡介

- 2003年成立
- 旨在透過公共健康教育及專業發展，同時與專業人士、政府及社區機構通力合作，全力推動香港基層醫護的服務及發展，從而為市民提供健康愉快的生活



# 「女性健康聯盟」簡介

- 2008年5月成立
- 為附屬「香港基層醫護基金」的非牟利醫學聯盟
- 呼籲社會各界關注女性健康問題
- 提升大眾對婦科疾病的認知



## 顧問委員會架構

召集人：	李福謙醫生
副召集人：	林兆強醫生
專家委員：	張啟斌醫生
	阮邦武醫生
	徐行悅醫生
	朱蘊晶醫生

# 第一部份

## 「避孕方法的認知調查」結果發布

香港基層醫護女性健康聯盟召集人  
李福謙醫生  
婦產科專科醫生

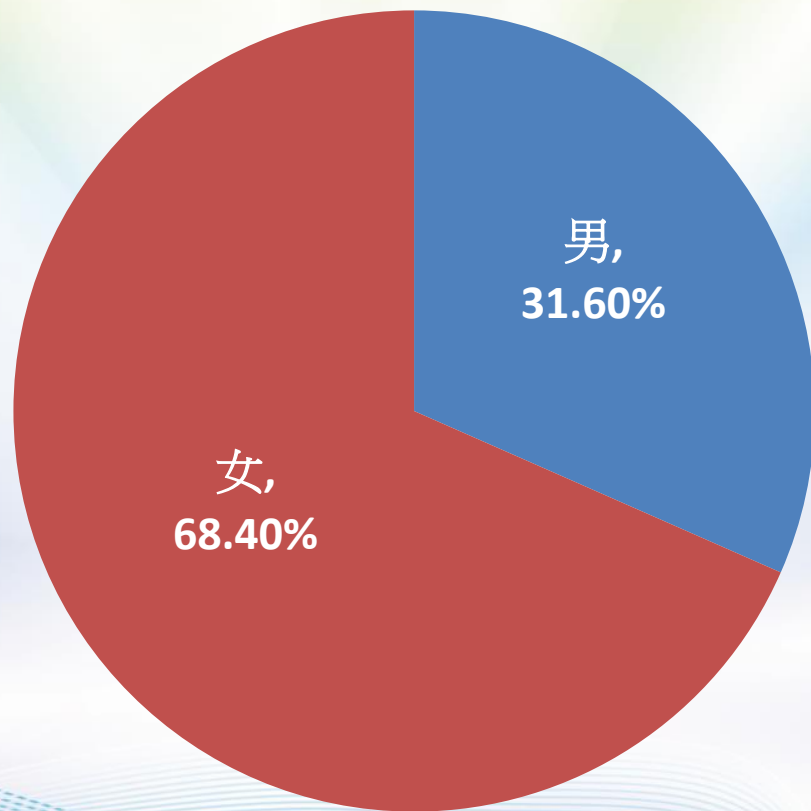
# 調查目的及設計

為進一步了解本港大學生對避孕的  
認知及取態

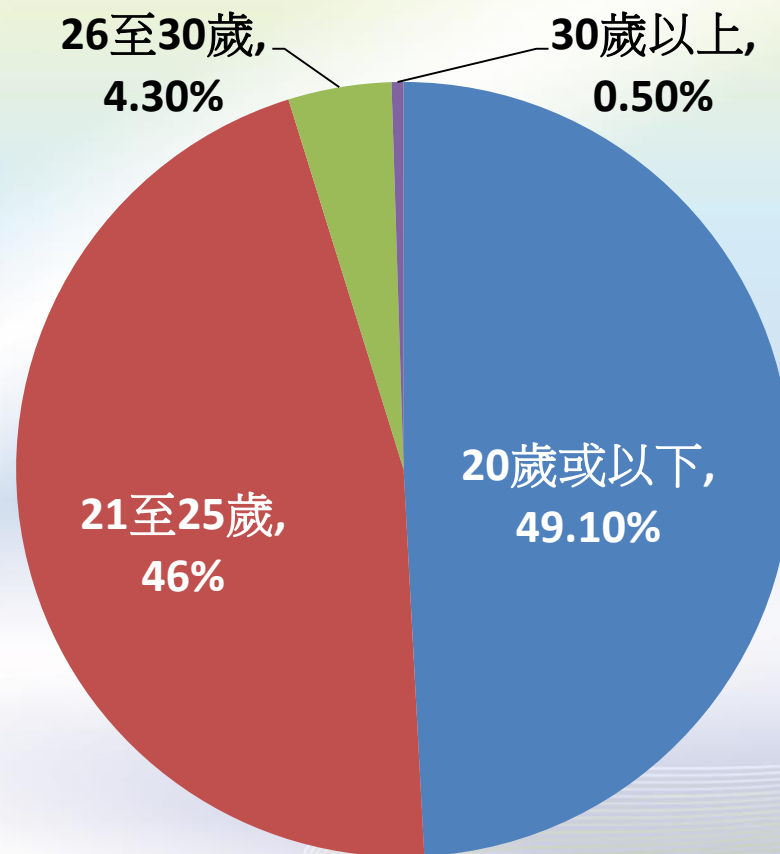
- 調查委託：香港大學民意研究計劃
- 訪問日期：2013年11月
- 調查方法：透過網上問卷調查
- 訪問對象：香港大學全日制學生
- 成功樣本：1,650份
- 誤差：+/- 2.3%

# 性別與年齡

註：只選一項  
基數：1,650



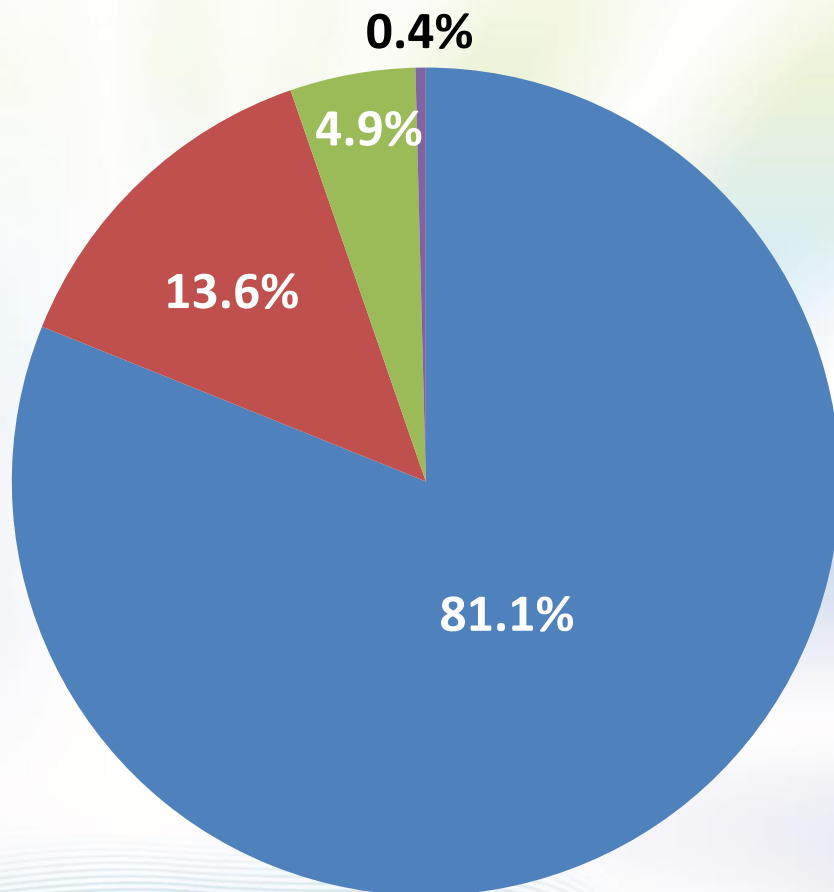
性別



年齡

# 就讀級別

註：只選一項  
基數：1,650

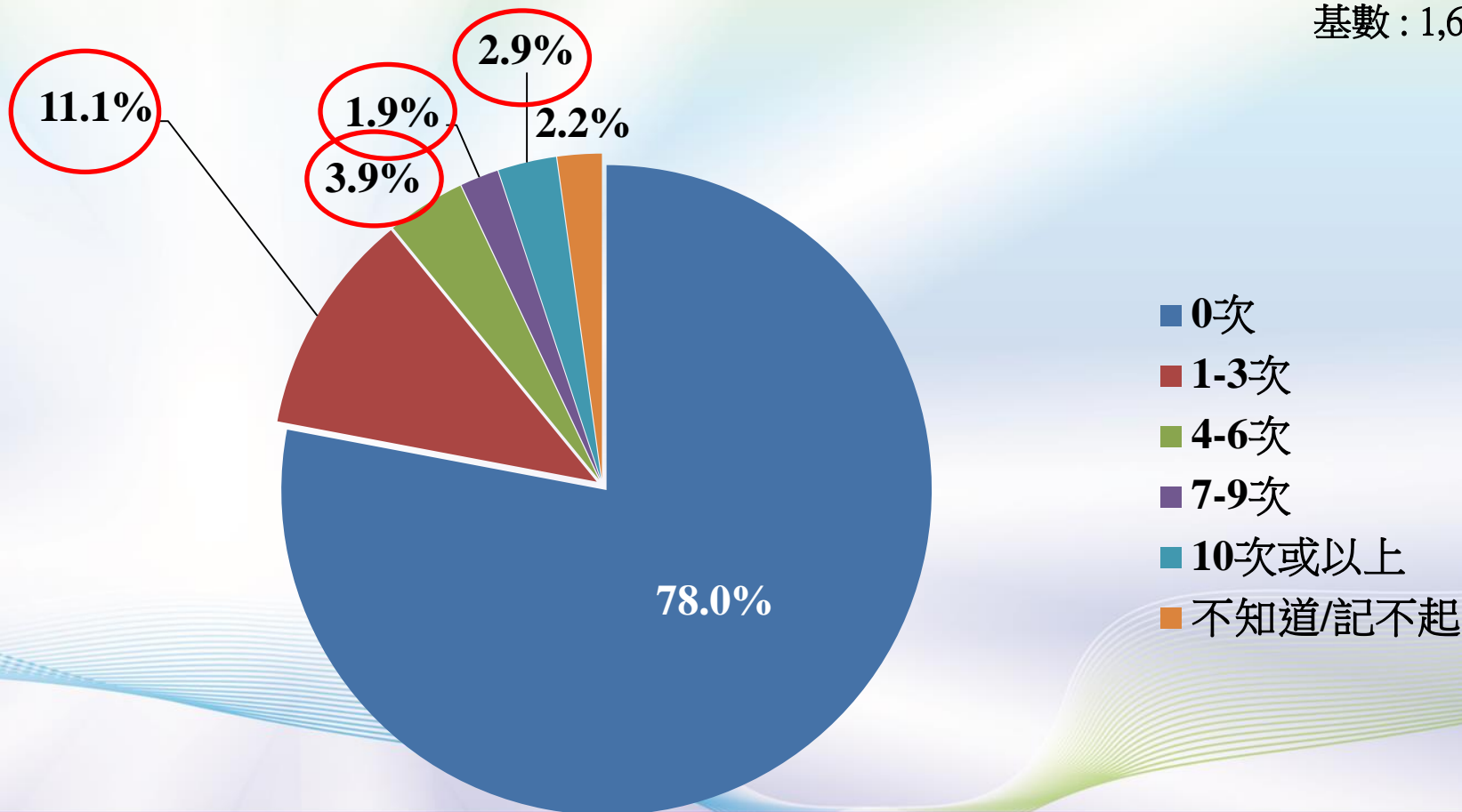


- 本科生 (第一至第六年)
- 碩士生 (第一至第二年)
- 博士生 (第一至第五年)
- 其他

# 近兩成受訪者平均每個月都會發生性行為

問題：過去六個月內，  
你平均每個月會發生多少次性行為？

註：只選一項  
基數：1,650

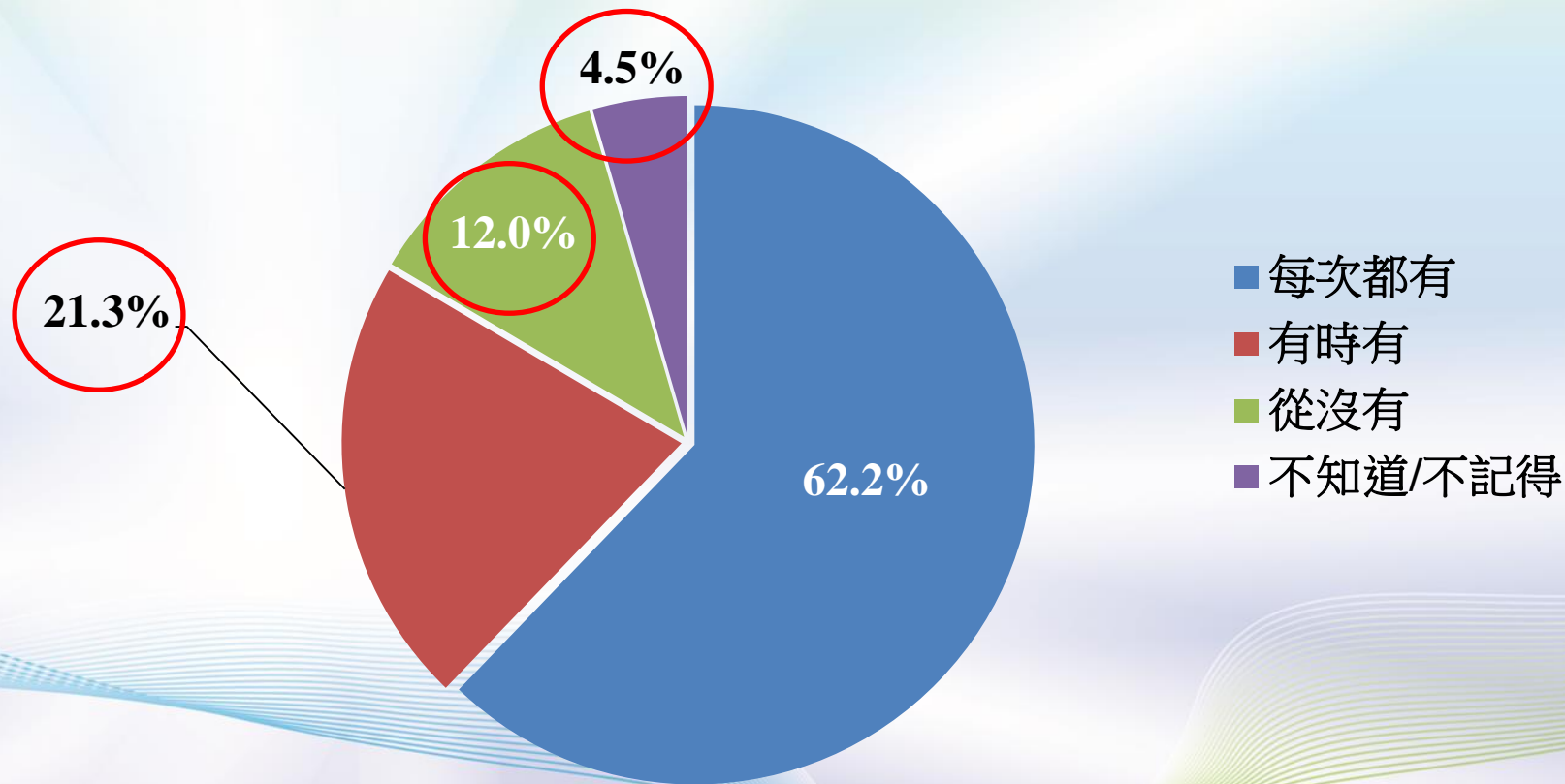




# 近四成人並非每次發生性行為時採避孕措施

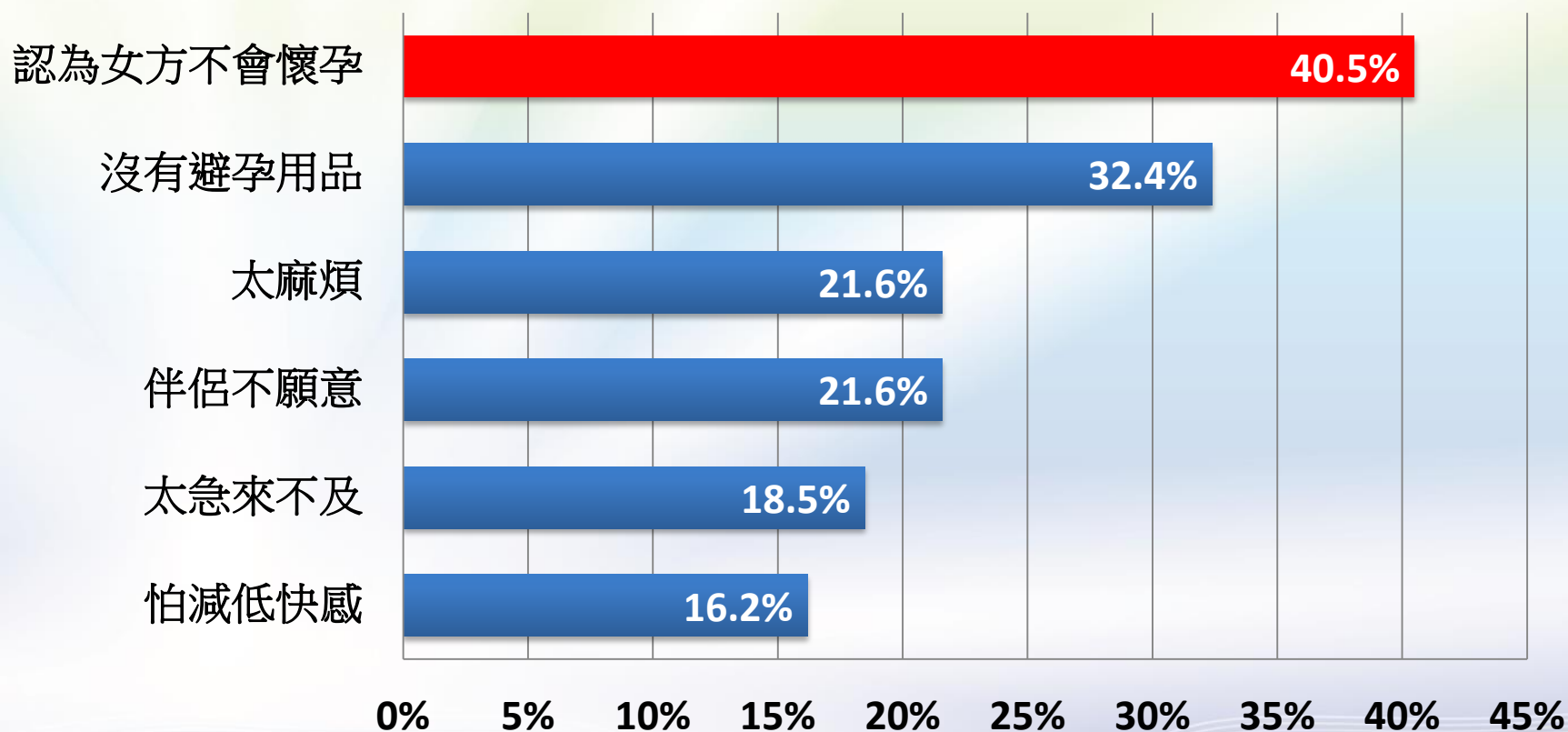
問題：過去六個月內，  
發生性行為期間有沒有使用任何方法避孕？

註：只選一項  
基數：357



# 沒有避孕的原因

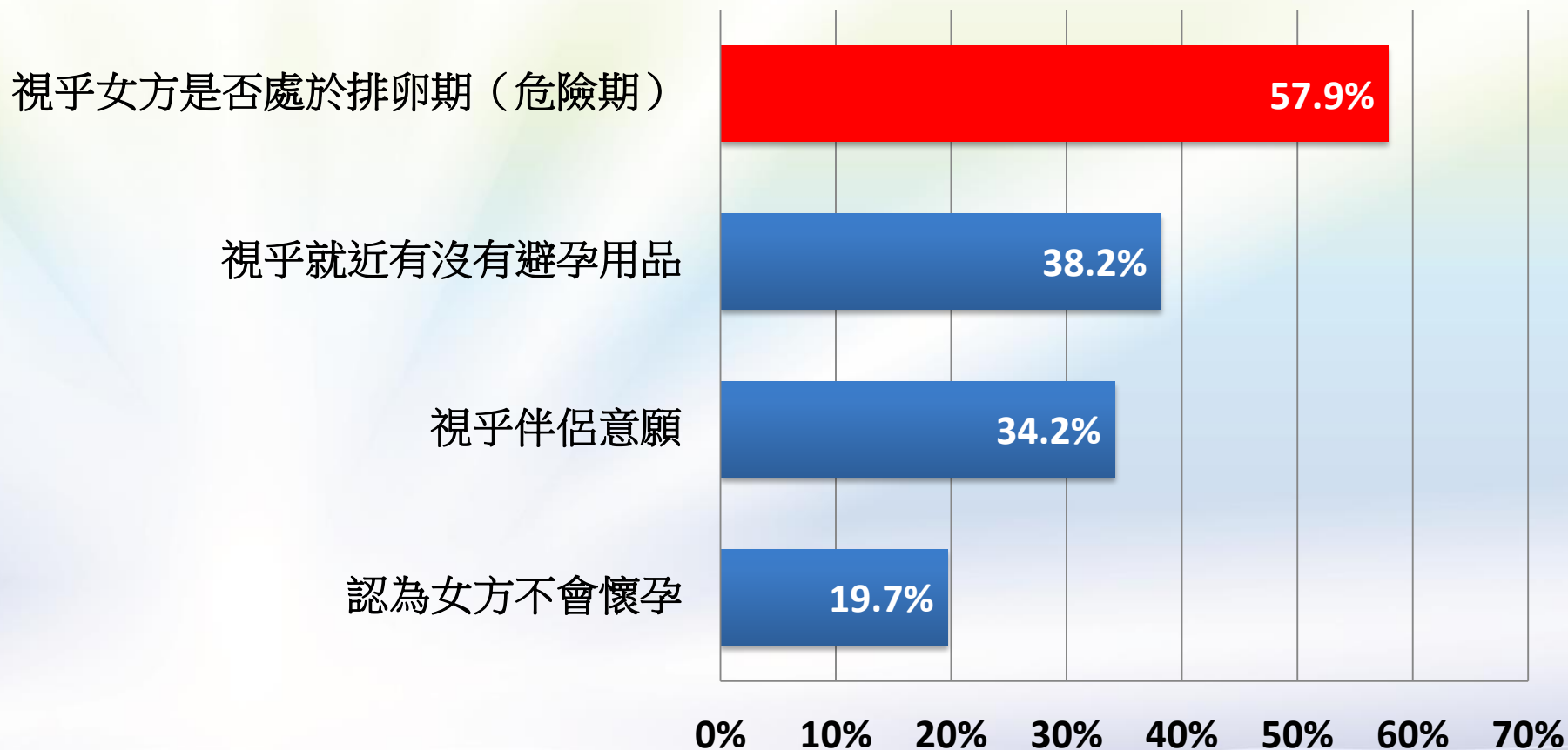
註：可選多項  
基數：37



**逾四成**受訪者「認為女方不會懷孕」是沒有避孕的最主要原因

# 有時有避孕的原因

註：可選多項  
基數：76



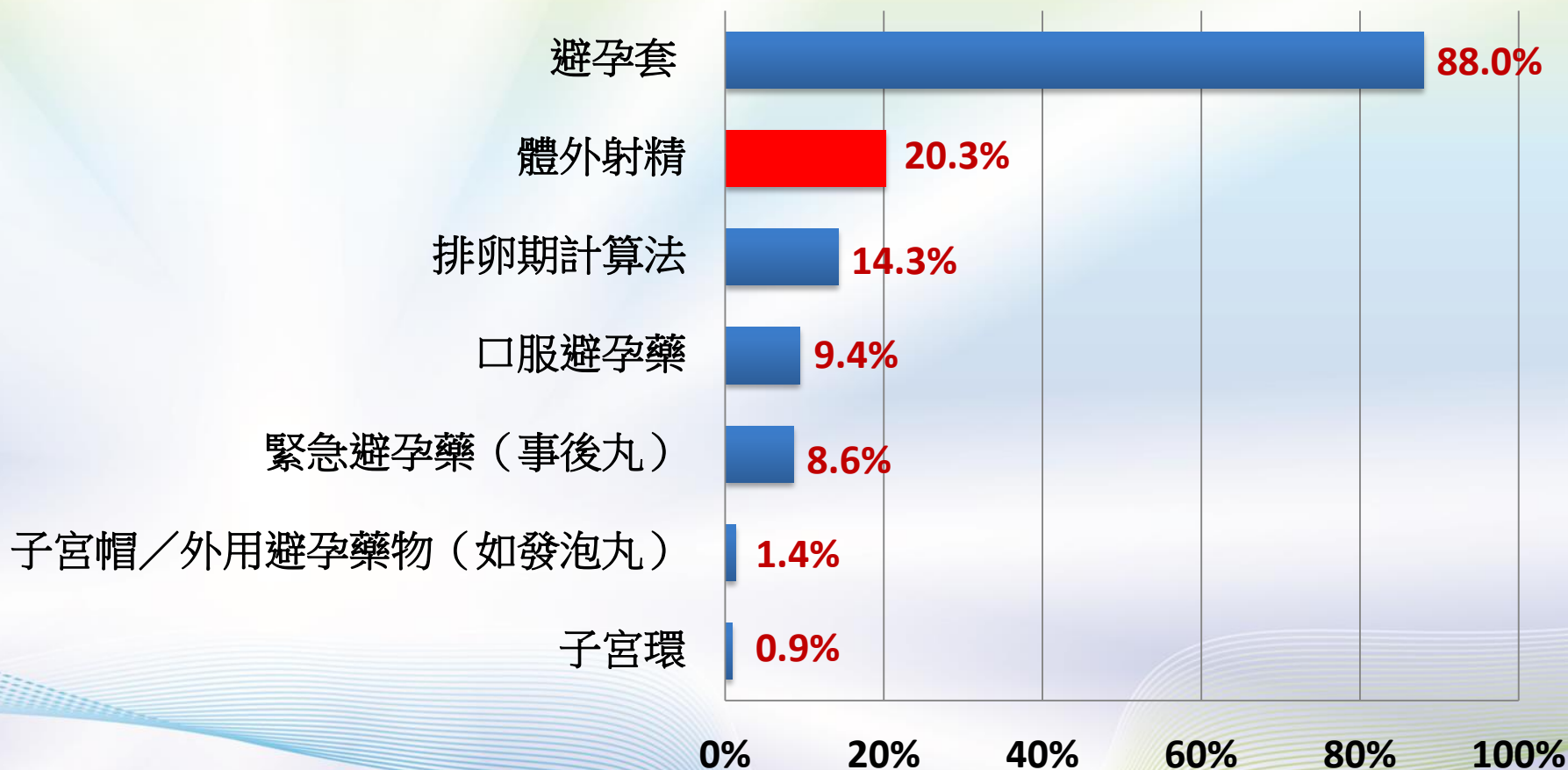
近六成受訪者會「視乎女方是否處於危險期」為有時避孕的最主要原因

# 「體外射精」列第二最常用避孕方法

問題：你通常選擇用甚麼方法避孕？

註：可選多項

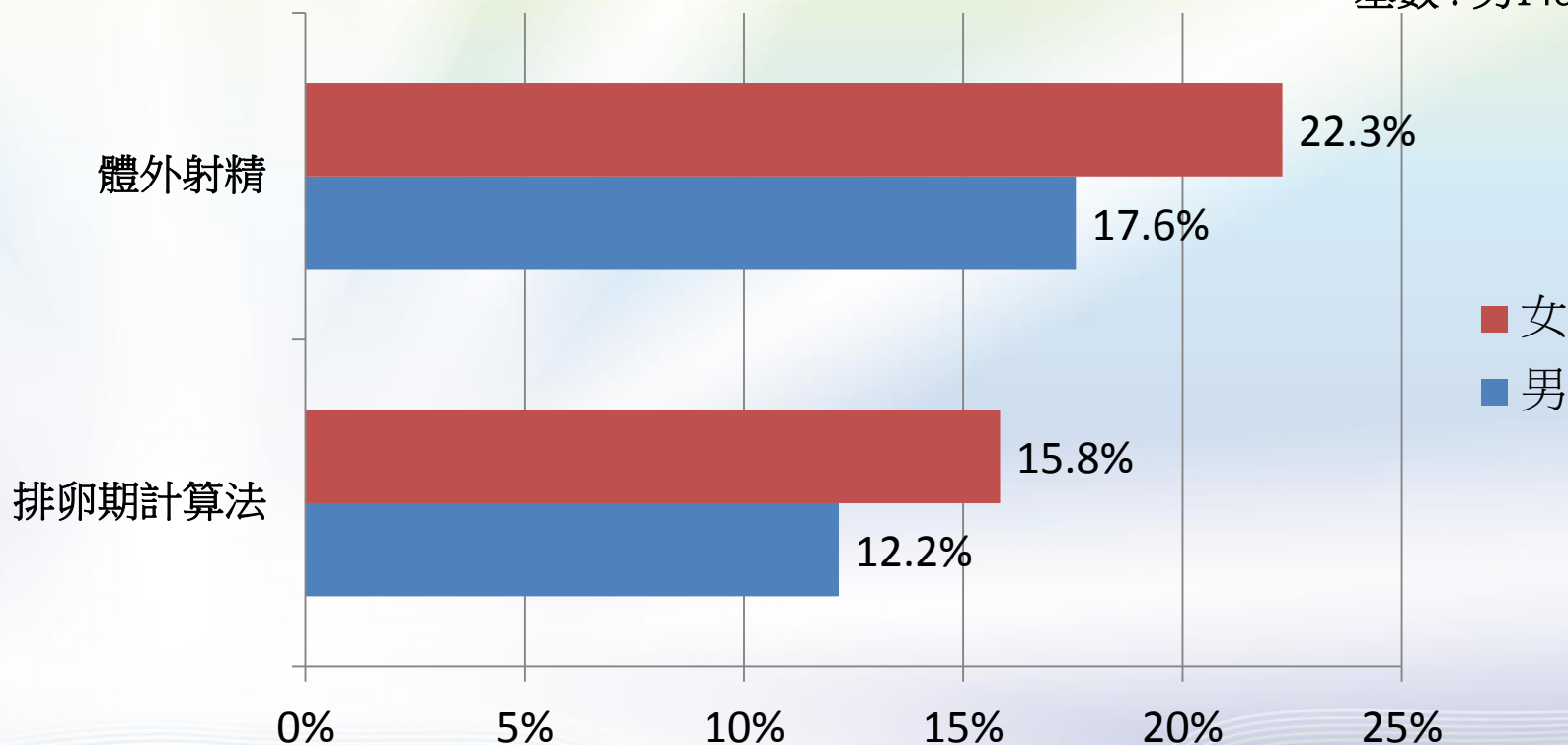
基數：350



# 較多女生選「體外射精」或「排卵期計算法」為最常用避孕方法

問題：你通常選擇用甚麼方法避孕？

註：可選多項  
基數：男148 / 女202



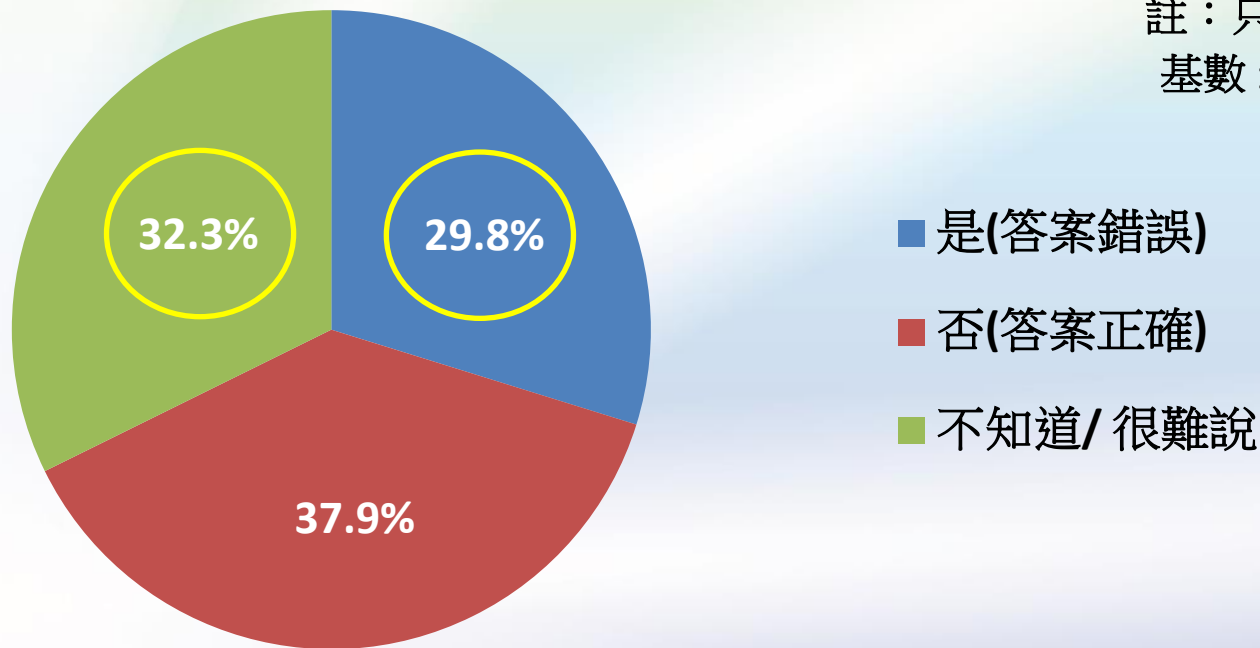
「體外射精」一年失敗率高達4%-22%  
「排卵期計算法」一年失敗率高達20%-30%

# 逾六成受訪者誤解

## 「避孕套的避孕功效較口服避孕藥高」

問題：你是否認為避孕套的避孕功效較口服避孕藥高？

註：只選一項  
基數：1,648

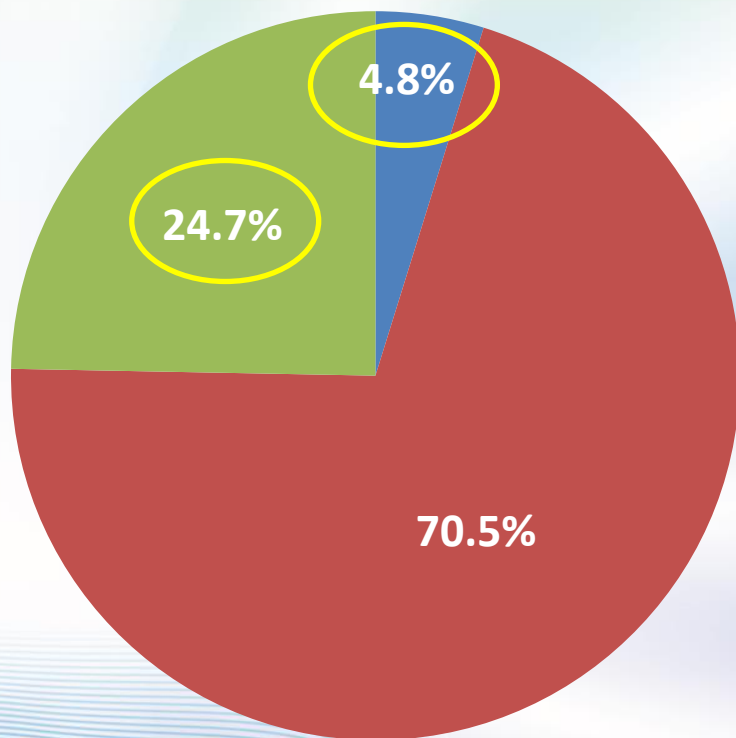


口服避孕藥的一年避孕失敗率僅**0.3%**，  
較男性避孕套的**2%**為低

# 近三成受訪者答錯或不知道「體外射精」的避孕效果遠低於口服避孕藥

問題：你是否認為採取體外射精的避孕效果與避孕藥相同？

註：只選一項  
基數：1,645

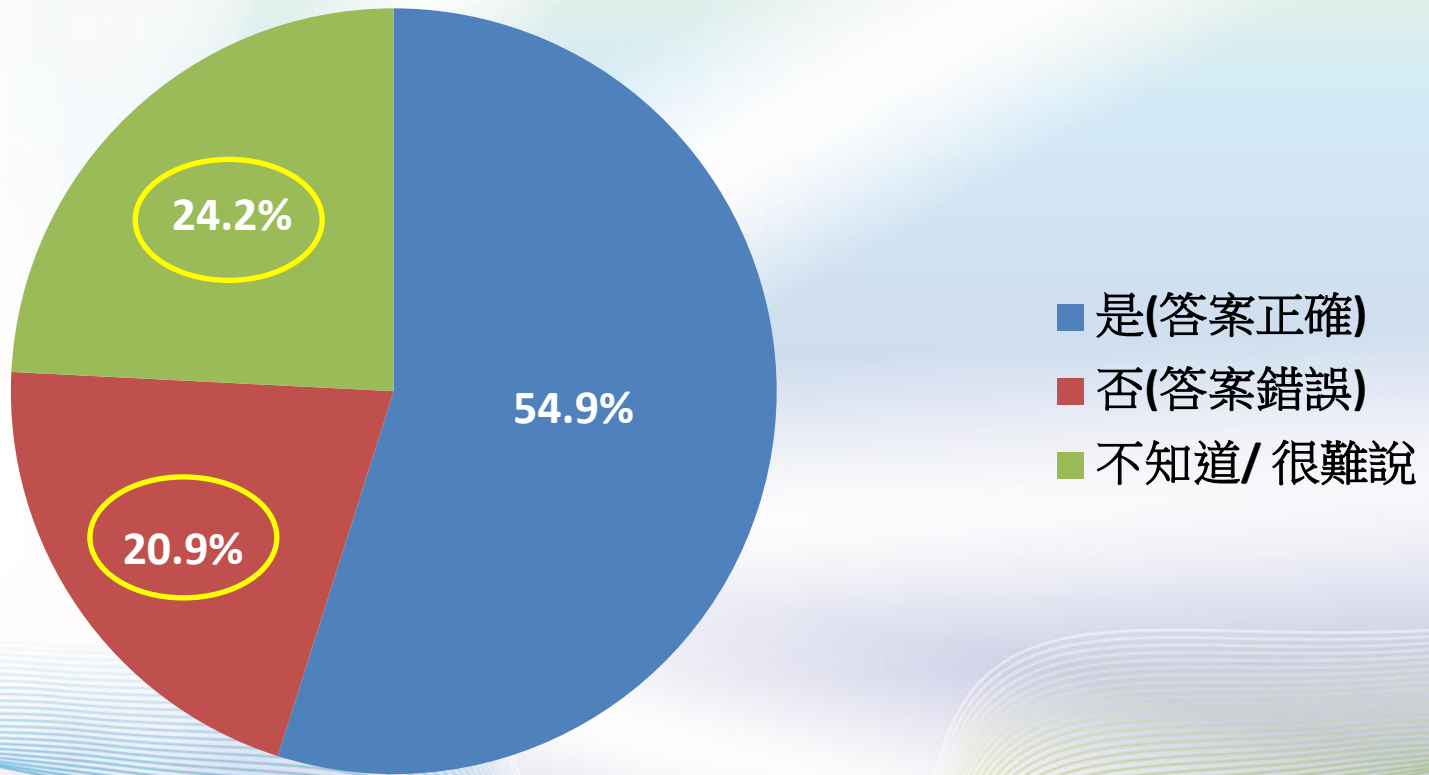


- 是(答案錯誤)
- 否(答案正確)
- 不知道/很難說

# 超過四成半受訪者不知道或答錯 「使用避孕藥需要每日定時服食」

問題：使用避孕藥需要每日定時服食？

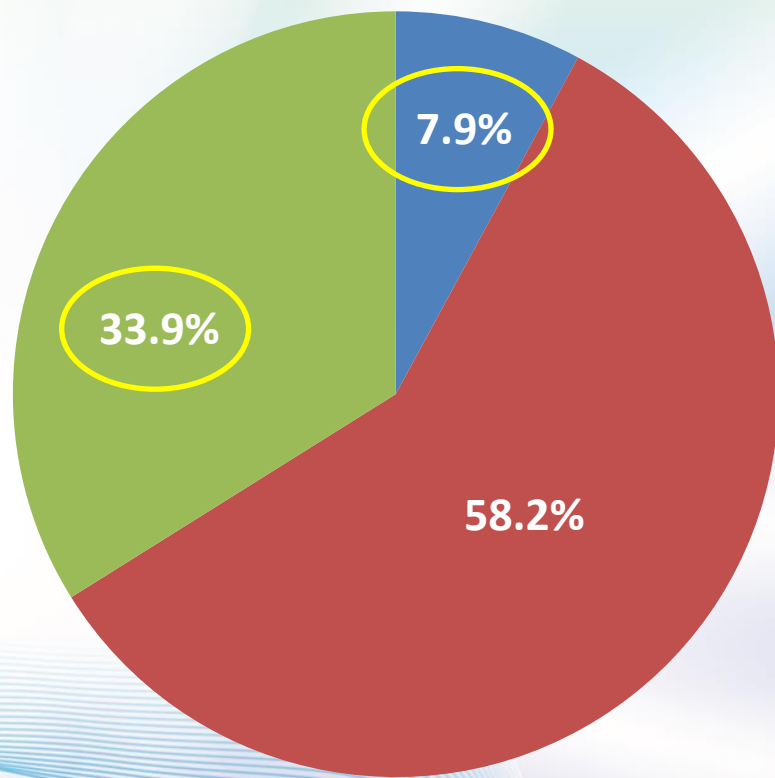
註：只選一項  
基數：1,648





# 超過四成受訪者誤解 「事後丸的避孕效果與避孕藥相同」

問題：緊急避孕藥 (事後丸) 的避孕效果與避孕藥相同？

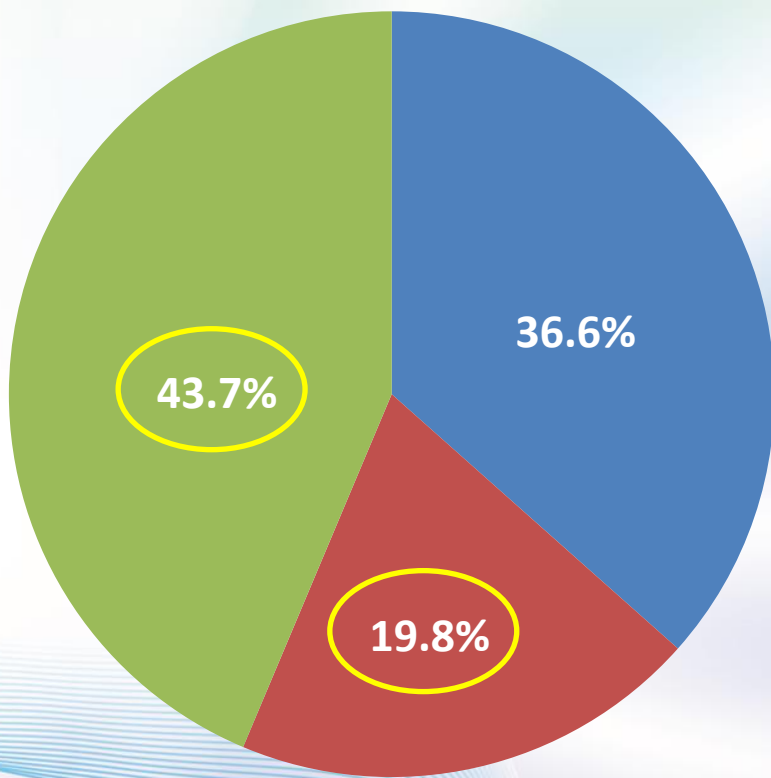


註：只選一項  
基數：1,643

- 是(答案錯誤)
- 否(答案正確)
- 不知道/很難說

# 近六成半受訪者答錯或不知道 「經常服食事後丸會使避孕效果下降」

問題：經常服食緊急避孕藥 (事後丸) 會使其成效下降？



註：只選一項  
基數：1,644

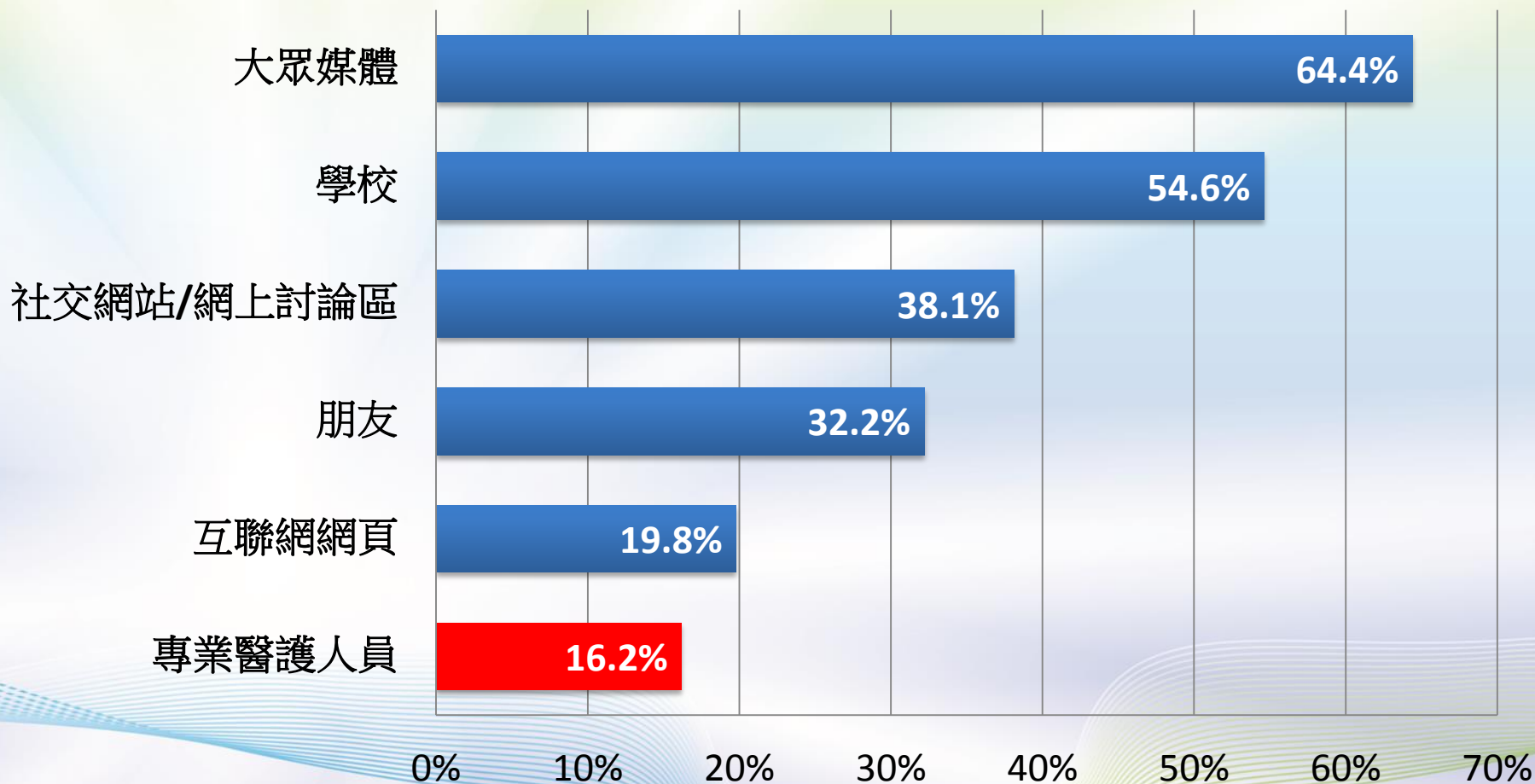
- 是(答案正確)
- 否(答案錯誤)
- 不知道/很難說

# 不足兩成受訪者尋求專業醫護人員

問題：你最常於甚麼渠道獲取避孕知識？

註：可選多項

基數：1,634



# 調查反映本港大學生避孕知識貧乏

1

大學生對於避孕知識認知貧乏，甚至存在不少謬誤

2

不少年輕人常抱著僥倖心態，疏於採取避孕措施

3

往往誤選失敗率較高的避孕方法而不自知，大大提高意外懷孕的風險



# 第二部份 終止懷孕手術風險高 影響深遠

香港基層醫護女性健康聯盟專家委員  
張啟斌醫生  
婦產科專科醫生

# 意外懷孕個案有增無減

據母親的抉擇資料顯示

---

每年約有**6,880宗**意外懷孕個案

---

大部分均為**25歲以下**女性

---

# 終止懷孕個案年約二千宗

據家計會資料顯示

---

每年約有二千宗尋求終止懷孕個案

---

所有求診者均為25歲以下

---

2011年，共有2,212名女性尋求終止懷孕服務

# 意外懷孕的影響

## 身心發展尚未完全成熟

- 帶來巨大衝擊
- 令毫無準備的年輕人不知所措

## 選擇誕下嬰兒

- 無法給予孩子一個最好的成長環境而造成各種家庭問題

**影響極為深遠**



# 終止懷孕可能需面對多種風險

## 終止懷孕藥物

- 藥物副作用包括陰道持續出血、腹痛、藥物過敏等
- 有機會引致不完全流產

## 終止懷孕手術

- 嚴重出血
- 盆腔炎及子宮頸受損
- 影響日後生育

# 第三部份

## 正確選擇可靠避孕方法 有效減低意外懷孕機會

香港基層醫護女性健康聯盟專家委員  
阮邦武醫生  
婦產科專科醫生

# 常用避孕方法



普通子宮環



藥性子宮環



安全套



避孕針

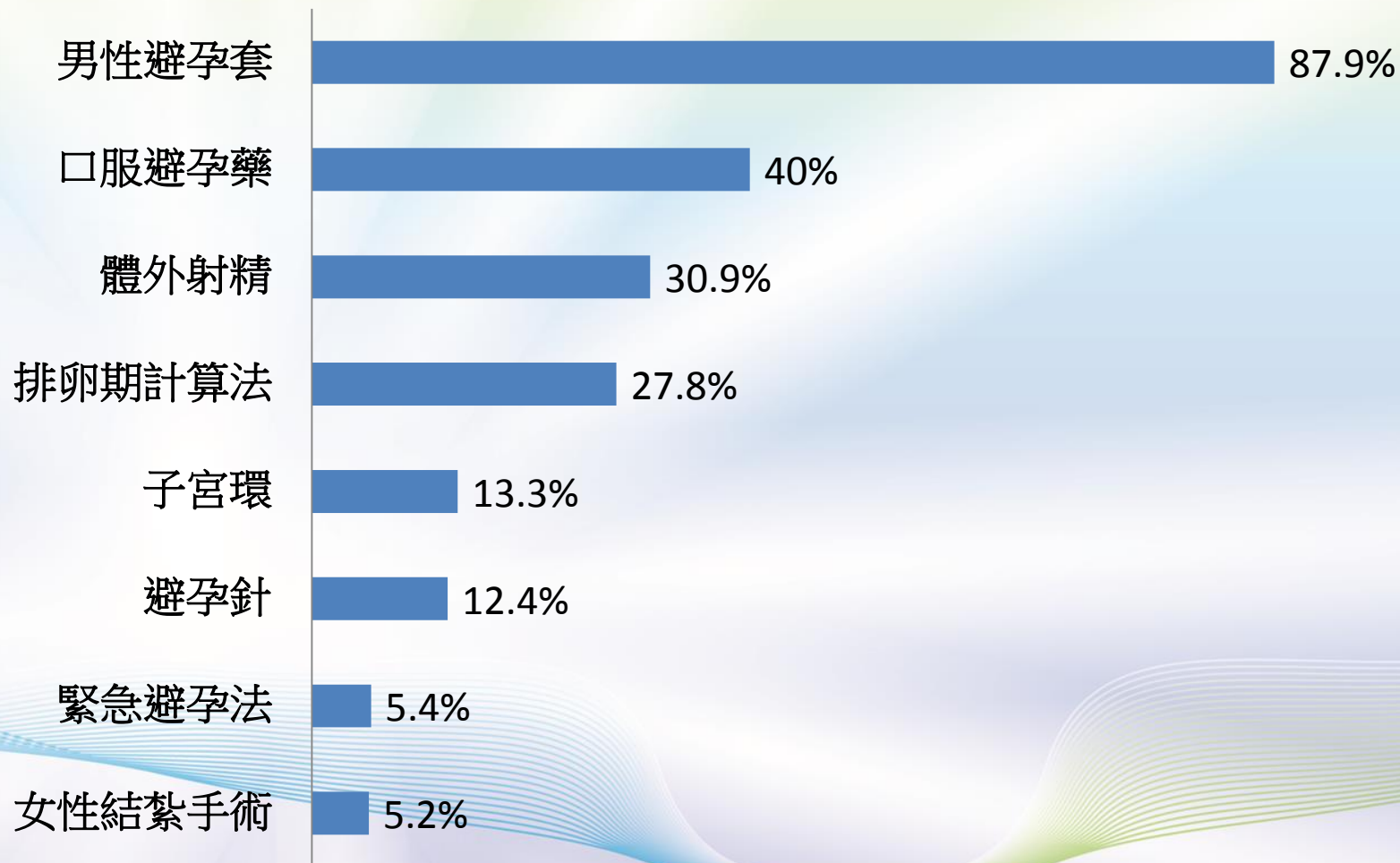


口服避孕藥

# 本港常見避孕方法的使用程度

根據香港家庭計劃指導會於2012年進行的香港家庭計劃知識、  
態度及實行調查資料顯示：

基數：1,507



# 男性避孕套

於性行為前套在男性勃起的陰莖上  
射精後，在陰莖未軟化之前抽出

優點：

- ✓ 使用方便簡單
- ✓ 減低感染性病的機會（包括愛滋病）



缺點：

- × 使用不當會減低避孕功效
- × 容易被指甲或利器刺穿
- × 安全套上的潤滑劑，有可能會刺激陰道，造成敏感

失敗率：

- 2 - 18%

# 普通子宮環

## 原理：

採用防腐塑膠製成，並繞上銅絲  
銅質能使子宮內環境產生改變，影響精子和卵子的活動能力，阻礙受精卵著床



## 優點：

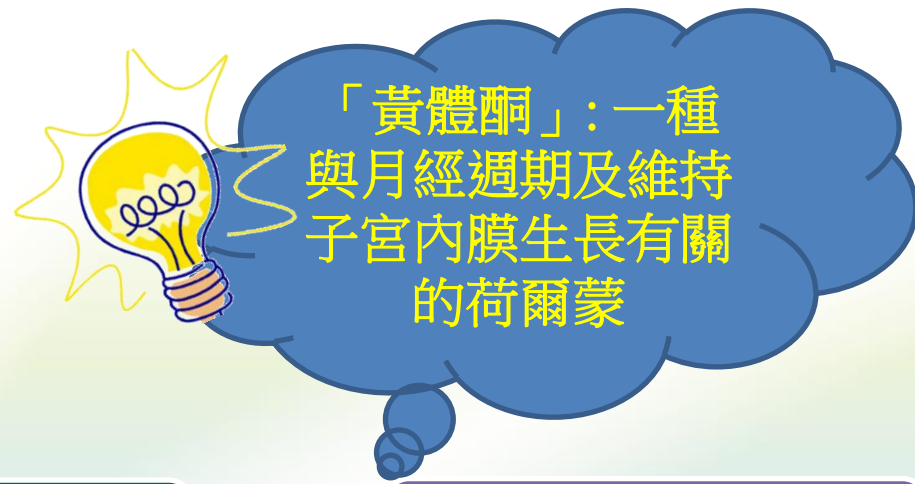
- ✓ 長期避孕方法，有效期：一般為 3 至 10 年
- ✓ 不會減低性愛感覺：不需在性交前作任何準備，也不會感覺到子宮環的存在

## 不適宜：

生殖器官異形患有盤腔炎、嚴重經痛、經血量多、  
不正常陰道出血、  
患有風濕性心臟病或對銅質物體有過敏反應的婦女

**失敗率：0.6-0.8%**

# 藥性子宮環



原理：

釋放低劑量  
「黃體酮」



抑制正常子宮  
內膜增生



減少經血量或縮  
短經期

獨特優點：

調整經期

改善經痛問題

治療經血量過多問題

失敗率：0.2%



# 避孕針

失敗率：0.2 - 6%



「雌激素」：  
與「黃體酮」  
相近的荷爾蒙

種類	成份	有效期	優點	缺點
單一荷爾蒙	黃體酮	三個月	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ 避孕效率高</li><li>✓ 不會影響婦女產後哺育嬰兒</li><li>✓ 適合不宜服用含雌激素荷爾蒙避孕藥的婦女</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>× 體重增加</li><li>× 頭痛及頭暈</li><li>× 乳房漲痛</li></ul>
混合荷爾蒙	黃體酮及雌激素	一個月	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ 使經期規律化</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>× 含有雌激素，有機會影響乳汁分泌</li></ul>

- 基本上只要確定女士並無懷孕，便可於月經週期首7天內作首次注射
- 不適宜: 已懷孕、患乳癌或生殖器官癌、患有嚴重內科病、患有不正常的子宮出血問題



# 口服避孕藥

月經來潮便開始服食，每天一粒，定時服食，直至服完整包為止

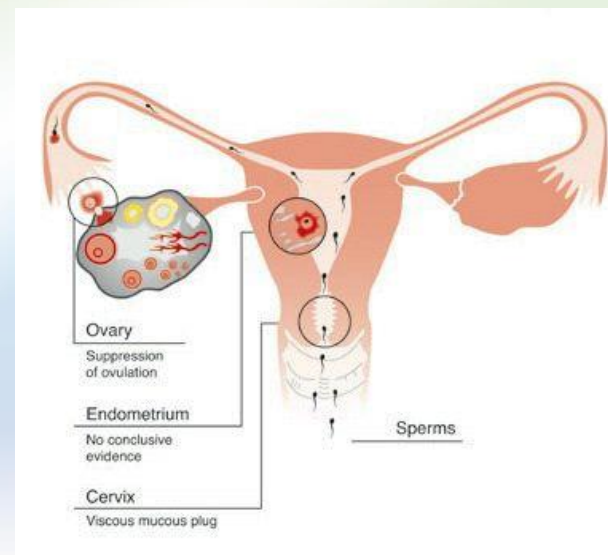
## 種類：

單一荷爾蒙 (只含黃體酮)

混合荷爾蒙 (混合雌激素和黃體酮)

## 原理：

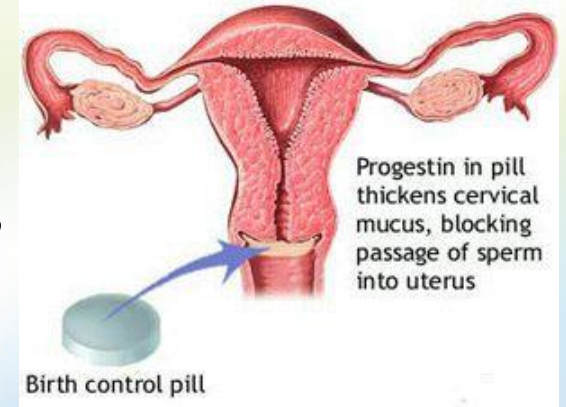
- 抑制卵巢排卵
- 令子宮內膜產生變化，使受精卵無法著床
- 增加子宮頸分泌物的黏稠度，使精子難於進入子宮腔內



# 單一荷爾蒙口服避孕藥

主要含一種人造荷爾蒙：黃體酮

主要令宮頸分泌增厚，精子難於穿過，部份可抑制排卵



適合人士：

餵哺母乳的婦女

年齡35歲或以上

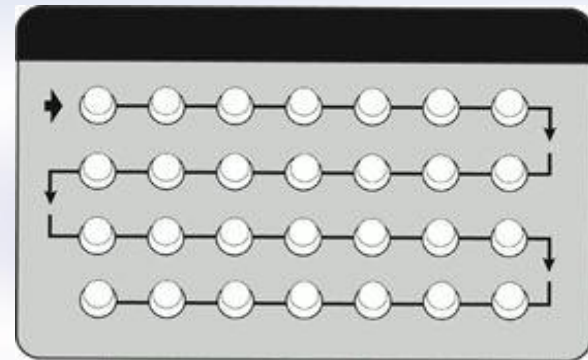
吸煙

BMI > 30

靜脈血栓塞高危者

偏頭痛

失敗率：0.5 - 8%



# 混合荷爾蒙口服避孕藥

混合雌激素和黃體酮，每日一粒

## 傳統模式 (無藥期長)

「21+0」即21天有藥效 + 7天無藥期

「21+7」即21天有藥效 + 7天糖衣片

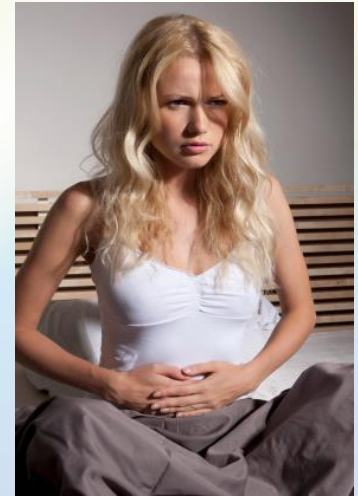
## 新一代模式

「24+4」即24天有藥效 + 4天糖衣片

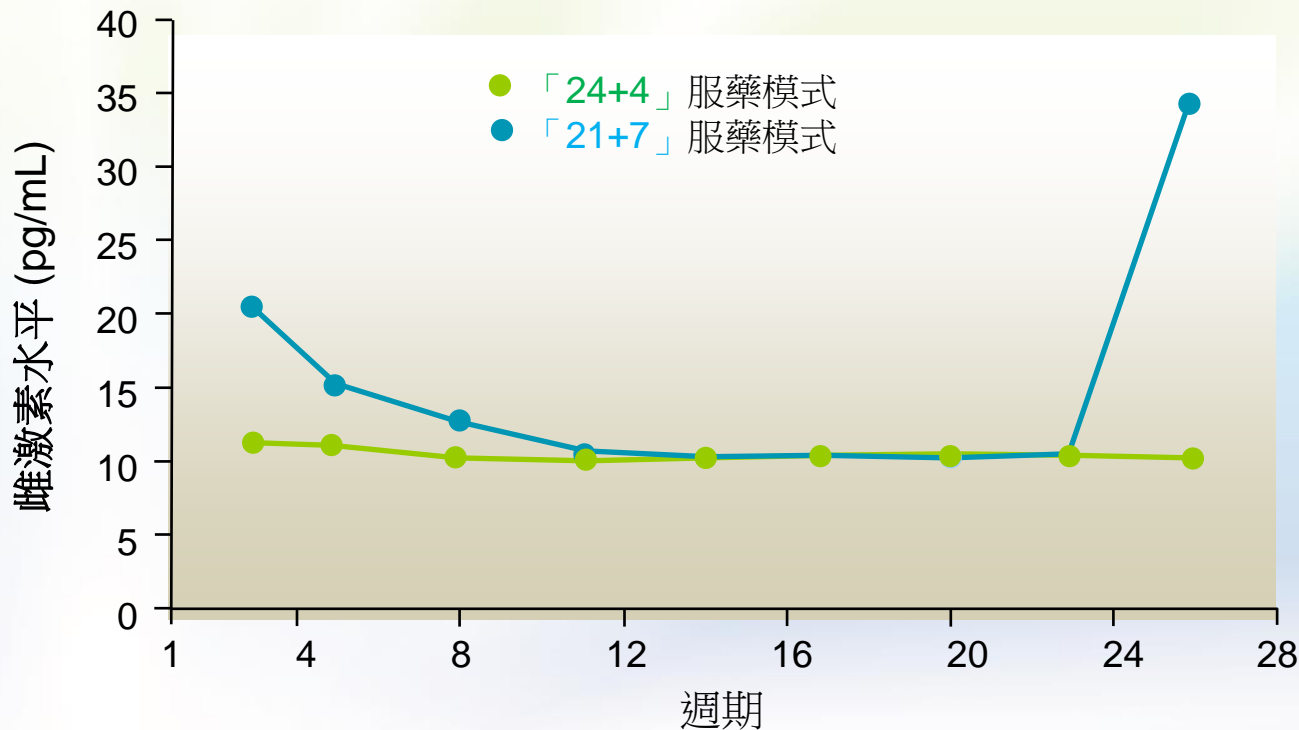
失敗率：0.3 - 9%



# 無藥期長所帶來的身體不適



# 新一代服藥模式優點



- ✓ 更能抑制體內雌激素水平
- ✓ 減少無藥期內的身體不適
- ✓ 減少因荷爾蒙變化而出現的情緒問題
- ✓ 調節月經週期及經量

# 避孕以外的好處



# 緊急避孕

## 緊急避孕丸

含單一人造荷爾蒙：黃體酮

抑制排卵或干擾受精過程

在沒有避孕防護的性行為後 **72**小時內盡快服用**(60-94%)**

越早用療效越高，**72-120**小時內仍可使用

失敗率：2%

## 子宮環

- 必須在沒有避孕防護的性行為後五天內將子宮環放入子宮內
- 失敗率：<1%

# 第四部份 總結及建議

香港基層醫護女性健康聯盟召集人  
李福謙醫生  
婦產科專科醫生



# 避孕認知度仍有待提升

是次調查反映大學生的避孕知識貧乏

- 「體外射精」列第二最常用避孕方法；
- 逾六成受訪者誤解「避孕套的避孕功效較口服避孕藥高」；
- 超過四成半受訪者不知道或答錯「使用避孕藥需要每日定時服食」；
- 超過四成受訪者誤解「事後丸的避孕效果與避孕藥相同」；
- 近六成半受訪者答錯或不知道「經常服食事後丸會使避孕效果下降」

# 宣揚更多有關避孕的資訊

尋求獲取正確避孕知識的渠道



積極採取可靠有效的避孕措施



減低出現意外懷孕的機會

# 第五部份 問答環節