

## 曼月乐宫内节育器

### HORMONE RELEASING INTRAUTERINE DEVICE

**什么是曼月乐？** 这是一种放入子宫的小型节育器，通过释放一种称为孕酮的激素来实现避孕。进行激素替代疗法的妇女也可以在更年期后将其用作一种孕酮激素的来源。这种 T 型塑料节育器最长可以避孕 5 年。从茎部周围的套筒中逐渐释放孕酮，底部附有 2 条细线，便于在需要时取出。

**曼月乐是否有效？** 避孕率高达 99.9%，与永久避孕（即结扎和绝育）一样可靠。100%可以恢复生育能力，可以随时取出。

**工作原理。** 一旦放入子宫，曼月乐即可通过以下方式避孕：

- 使宫颈粘液变稠，从而精子无法渗透进入子宫。
- 抑制精子在卵巢和输卵管中的正常功能。
- 减少每月子宫内膜的增生，使其不适合怀孕。同时月经量减少，经期缩短。

**如何放入曼月乐？** 曼月乐需要由合格医护人员通过阴道放入子宫。专门附有无菌插入管，可以滑过宫颈，放入子宫。曼月乐然后打开变成 T 形。此过程就像巴氏涂片检查一样。通常进行局部麻醉，但是如果患者愿意，可以选择静脉镇静。在放入曼月乐的过程中及之后，可能会有一些子宫痉挛。

包装盒较大。不必惊慌，因为大多数都是插入仪器，将在放入曼月乐后丢弃。

**什么时候放入曼月乐？** 通常在月经期间或在月经开始后的 7 天内放入曼月乐。如需更换已经放入的曼月乐，您可以随时更换。最好在分娩、流产或堕胎后稍等 6-8 周再放入曼月乐。

**是否影响月经？** 经期缩短，月经量减少。许多妇女在最初的 3-6 个月内除正常月经外会有血块或轻微出血。总体而言，在放入曼月乐后，出血天数和出血量逐月减少。20% 以上的妇女在 12 个月后停经。一旦取出曼月乐，月经即可恢复正常。

**未滿 5 年是否可以取出？** 可以随时取出，任何避孕效果或副作用也将随之消失。如果您不想怀孕，有必要在取出前一周使用其它可靠的避孕方法。在取出宫内节育器后，性交可能导致怀孕。

**如果没来月经该怎么办？** 这很常见，所以不必惊慌。月经量减少，经期缩短，均属正常现象。20% 以上的妇女可能停经。放入曼月乐的时间越长，您出血的几率越低。如果您停经，非常安全，实际上对您的健康有利，可以降低子宫癌的风险。

使用曼月乐的妇女怀孕极其少见。如果您认为自己可能怀孕，请尽快就诊。如果您不将其取出，流产或感染的风险可能提高。此外，曼月乐对妊娠的影响尚未完全得知。

**哺乳期间是否安全？** 曼月乐释放的孕酮激素与避孕“微丸”中的激素相同。孕酮非常安全，不会影响奶量，因此在此哺乳期间可以使用。

**请移交**

### 有何不良后果（副作用）？

与其它激素避孕方法相比，副作用不太常见，因为孕酮激素在子宫内局部起效，很少会被系统吸收。可能出现一些副作用，如忧郁（2.9%）、痤疮（2.3%）、头痛（1.9%）、体重变化（1.5%）、恶心（0.8%）、面部毛发生长（0.7%）。如果出现这些副作用，应在几个月后消失。曼月乐不会提高盆腔炎或宫外孕的风险，但是如果您已感染（如衣原体或淋病），不得放入曼月乐。

### 曼月乐适合哪些人群？

适合以下妇女：

- 月经量大、痛经的妇女
- 不能服用雌激素的妇女
- 希望长期有效但又可以恢复怀孕的妇女
- 容易忘记口服避孕药的妇女
- 接近更年期的妇女

可能不适合以下妇女：

- 阴道出血原因不明的妇女
- 最近患有 PID（盆腔炎）的妇女
- STI 高危人群或可能有多个性伴侣或性伴侣有多个性伴侣的妇女
- 子宫或宫颈有些异常的妇女
- 从未怀孕的妇女，尤其是年轻妇女
- 阴道检查或手术有困难的妇女。这些妇女可能需要麻醉才能放入曼月乐

曼月乐不适合以下妇女：

- 最近患有乳腺癌的妇女
- 患有其它癌症的妇女

### 放入曼月乐有何并发症？

- 一些妇女可能出现子宫痉挛和出血，持续 1-2 周。可能需要服用普通止痛片，如对乙酰氨基酚、布洛芬、Naprogesic。在放入曼月乐时可能出现一些头晕，很快即可恢复。

- 子宫穿孔。放入宫内节育器，很少发生这种并发症。通常在放入时，节育器可能穿过子宫壁，进入腹腔。可能需要手术修补穿孔和/或取出节育器。在放入曼月乐前，宫颈轻微扩张（张开），使曼月乐顺利放入，切勿用力过度，从而降低这种并发症的发生频率。
- 排斥曼月乐。有时子宫可能排出节育器。这在从未生过孩子的年轻妇女中更加常见。发生频率约为 5%。有必要在每次月经后检查细线是否还在原位，尤其是在放入曼月乐后的最初几个月内。
- PID（盆腔炎）。这是另一种比较少见的并发症，最可能在放入曼月乐后的最初几周内发生。最可能与性传播感染（如衣原体和淋病）有关。这些感染可能造成不育。
- 流产/宫外孕。如果使用曼月乐的妇女怀孕，流产的风险提高。节育器应尽快取出。使用曼月乐，宫外孕（输卵管内受孕）极其少见。实际上，与其它 IUD 或不避孕相比，可以降低宫外孕的几率。宫外孕是一种比较严重的医疗状况。如果您怀疑自己怀孕，请尽快就诊。

### 在放入曼月乐后，我需要做些什么？

- 您可能需要服用一些止痛片治疗子宫痉挛，休息放松。
- 2 天内请勿将任何东西放入阴道，如插入卫生棉条、性交、游泳、泡澡、冲洗阴道。
- 如在上次月经第一天后的 7 天内放入曼月乐，避孕效果立即起效。
- 在放入曼月乐后的 6 周内，您应就诊，检查一次。
- 如有任何顾虑，您应随时拨打电话联系我们。
- 有必要记录更换曼月乐的日期，并在实际到期日前安排更换。