

簡介幾種避孕方法

及

其對人口出生率的影響

蔡鏡照譯

本文將就(1)對個人的效果(2)對香港人口出生率的影響，這兩個觀點來討論三種避孕方法的價值。

◆ 對個人的效果 ◆

絕大多數的夫婦都希望養兒育女，有些婦女甚至不考慮這是一件艱辛的任務，生完一個又一個。香港中文大學社會調查研究中心的Dr. R. E. Mitchell指出：婦女中，有子女二人者的64%及三人者的80%，希望就此而止，不再生小孩了。那些有先見之明的婦女，以種種方式來打聽各種避孕方法及其利弊，以做事先的防範，至於設想未周的，只好採取合法或非法的墮胎來做事後的補救了。當然，在決定使用某種避孕方法之前，總是希望知道它能有多少避孕效果？會有多少副作用？會影響健康嗎？能繼續使用多久？將來想再要小孩時，還能不能受孕？對下一個小孩會不會造成先天畸形？等等許多的問題。現分別討論如下：

1. 口服避孕藥【The Pill】

口服避孕藥是一種既經濟又方便的方法，停止服藥之後，在一兩個月內可以再度受孕。在懷孕初期尚未發現，而服用此藥，對胎兒似乎也不致產生不良的影響。

服用這種避孕藥時，百分之十的人會有噁心、嘔吐、斷斷續續的出血及體重增加等副作用，這些現象主要發生於最初的幾個週期，隨後即可消失，也有少數的人，這些副作用一直無法消失。

比較嚴重，但極少發生的兩種併發症是血栓症與子宮頸癌。根據英國的統計，使用口服避孕藥的婦女發生血栓症的比率稍高，但因而死亡的情形却不多，二十至三十四歲婦女每十萬人僅一點三人，三十五至四十四歲婦女則為三點四人。在英國，除了口服避孕藥外，還有其他很多因素會引起血栓症，在香港却很少有人發生血栓症。引起此症的原因相當複雜，至今尚未明瞭其與口服避孕藥是否有真

正的因果關係，一般僅是推測該藥成份中的女性動情激素(estrogen)也許是主要原因。血栓症可發生於僅服用數次的婦女，也可能發生於經年累月服用的婦女，是否生過小孩都可能發生。

使用口服避孕藥，也可能促使子宮頸細胞的惡化。仔細觀察婦女每年例行的陰道抹片(Papanicolaou smears)檢查，發現，連續不斷服用五年以上的婦女，檢查結果呈陽性的似乎較多，但有些醫生却不認為有這種趨勢，到目前為止，還沒有足夠的證據來證明口服避孕藥與子宮頸癌間有任何直接關係。但有一點大可以放心的是：當陰道抹片呈陽性，切片檢查又證實確有癌症的初期變化，此時只要施一個小小的手術，就可無憂無慮了。

2. 子宮內避孕器 (The Intra-Uterine Device)

這是相當有效的避孕方法，懷孕率很低，在長期使用的婦女中，僅3~4%懷孕。當想再生小孩時，取出後，一般在一兩個月內就會受孕。在裝置了子宮內避孕器之後，幾乎是一勞永逸，既不用再提心吊膽的計算安全期，更不用天天打針吃藥，只要每年去醫生診所檢查一次就足夠了，而且可以使用許多年而不須更換。

僅有的副作用是可能在裝置後一段時間內，有輕微的出血和下腹不適的感覺，也許裝置後的第一次月經，了不起兩三次的月經出血量比以往稍微多一點，但並不嚴重，也不致凝成血塊。事實上，到底會出多少血很難測定，因為有些婦女，一點點的血就會大驚小怪，而有人却蠻不在乎，所以裝置子宮內避孕器後，是否會引起過量的出血仍然是個疑問。此外，有些人也許會感到下腹不適，但痛到須要把它取出的情形極少。另外兩種較嚴重的併發症是骨盆腔內發炎與子宮穿破，這主要是裝置技術所引起的。

3. 長時效避孕藥 (Long Acting System

ic Contraceptives)

在香港，一般採用效果極高，時效三個月的Depoprovera 在四千個使用的婦女中，僅僅兩人懷孕。

這種避孕方法對於年紀較大，子女足夠了的婦女較為適用。在打一針後的三個月內，也不須任何煩人的吃藥或算日子，僅須記得三個月後再去找醫生打一針就好了。

在最初的三個月內，可能有少許的副作用，這是由於Depoprovera 內僅含的黃體激素 (progesterone) 吸收較慢，擾亂了原先月經過期中，動情激素與黃體激素產生的規則。有人經期延長，有人變短，也許一兩個月都沒有來潮，也許一連兩三個月天天有斑點出血，但這些情形持續六個月以上的。

第六個月以後，月經閉止的遠比繼續出血的多，這種閉經狀況可以達六個月或更久一些。

停用Depoprovera後，短時間內受孕的情形較少，但Dr. Mc Daniel 的統計指出，二十或二十四週以後受孕的人並不在少數，香港的統計亦相差不多。

對於那些想過正常的婚姻生活，不願為“不受欢迎的愛情結晶”而提心吊膽的夫婦而言，以上所介紹的三種避孕方法，有相當高的效果，並且很容易接受和適應。除了可能發生的血栓症外，對健康不會有不良的影響。

Dr. Tietze 說：「我相信，人類為了達成他們的願望或得到他們所一心一意想要的，必須以其生命或健康作一個賭注，對大多數人而言，合理數目的子女及幸福快樂的家庭生活是非常重要的。因此，採用一種非常實用而有效的避免方法，而只須冒一個微不足道的小小危險，是絕對值得的！」

◆ 對人口出生率的影響 ◆

香港人口在1968年時將近四百萬，其中十五歲以下的佔42%。各年齡所佔的比率與出生率低，嬰兒死亡率高的日據時代不太一樣。緊接著第二次世界大戰的結束，大批難民湧入香港，出生率也隨著增高。目前，戰爭期間出生，數量不多的女孩子，已達生育年齡了，而戰後大量誕生的女孩子也即時長大了。僅僅1966與1967兩年，就新增了八萬名有生育能力的少女，約增加40%。

香港家庭計劃協會自1936年開始工作，最近幾年接受其服務的新個案如下：

年份	新個案
1961	12,299
1963	14,861
1965	35,946
1966	23,031
1967	19,292
1968	26,588

新個案 (new cases) 即新開始避孕的人在1963年之前增加緩慢，直到1965年達最高點，共有35,946人。1966與1967兩年反而減少，1968年，1969年又開始增加。在1961年以後的新個案，其情形每年有些不同，即1961年的新個案中，二十五歲以下的佔17%而1968年則增至36%。在1961年，有子女二人以下而接受避孕的新個案佔28%，1968年則增至55%。

1964年末以前，臨床上應用的避孕方法主要為子宮帽 (Diaphragm) 和保險套 (condon)。子宮帽對當地居民的生活習慣並不十分適合，縱使他們採用了，也可能沒有按照規定的方法來使用。

1961年至1965年間的人口出生率，由百分之34.3降至27.9，即減少1.7%。

年份	出生率
1961	34.3
1963	33.4
1965	27.9
1966	24.9
1967	23.0
1968	21.3

密南根大學人口研究中心的Ronald Freedman 教授分析有關資料後指出，出生率降低的原因，90%是由於年齡分佈不同和結婚年齡較晚，但主要還是年齡的關係，1961和1966兩年，人口中女性所佔比率相差不多，其中二十至三十四歲婦女的比率則以1961年較少。

年 齡	該年齡婦女之人數 (單位千人)	
	1961	1966
15~19	80	181
20~24	91	94
25~29	119	97
30~34	123	116
35~39	113	128
40~44	96	118
45~49	82	96

1966年的平均結婚年齡較晚，在全人口中，已婚者

所佔的比例也比1961年少些。

1964年末，香港才開始使用子宮內避孕器。到1966年的三月為止，香港已婚婦女的10%，即四萬四千人裝置子宮內避孕器，其中的15%是二十餘歲的。由此開始，大多數的年青人漸漸把生育子女的年齡延後。1966年的出生率之所以降至25.8，約減少10%，幾乎全部是由於青年一代的開始節育。

在1966年末，子宮內避孕器不再那麼受歡迎，到醫院來裝置的婦女大為減少，直到1967年底都保持這種情形。1967年的出生率是23.0比1966年減少8%，這兩年內主要流行的避孕方法是口服避孕藥。直到1968、1969兩年，裝置子宮內避孕器的人才又開始增加。口服避孕藥早在1959年就應用到臨床上，但一直到1967年才被廣泛的採用，在1963年，僅有五百名婦女使用，1968年則增至18,739人，約佔新開始避孕者的45.2%。

1967年底，一種有效期三個月的避孕注射劑即Depoprovera開始使用，到1968年末，共有2767人接受這種方法。其懷孕率極低，在四千個案（其中18.4%失去追蹤）中，佔0.1%而已。1968年初，一種新的“M”子宮內避孕器開始試用，第一種

M211型，裝置後發生懷孕，排出，取出的情形很少，第二種M213型也一樣很少，但到目前使用尚未滿一年，所以還沒有正確的統計，1968年的出生率降至21.3，減少13%。下表是在香港所裝置的三種子宮內避孕器的統計：

	LIPPES	H.K. TRIANGLE	M-211
個案數	1353	842	958
懷孕率	3.35	1.83	1.83
自行排出率	5.30	3.39	1.5
因出血或疼痛而取出率	23.39	23.25	8.9
其他原因取出率	—	—	3.9
失敗率	32.04	28.47	16.1
繼續使用率	62.55	66.25	84.7
使用月數累積	66.82	6682	6482.5
失去追蹤率	7.0	7.0	7.8

結論：1961年至1965年間，出生率降低19%，主要是由於人口中年齡的分佈，少部份因使用子宮帽及保險套這兩種避孕方法。1966，1967，1968三年降低31%，這是因為年青人開始用子宮內避孕器及口服避孕藥來實行節育。尤其以1966與1968兩年的降低較大，因這兩年到醫院接受上述幾種有效避孕方法的人較多的緣故。

空總生活花絮

過來人

去年七月一日早晨，我們一行二十四個人浩浩蕩蕩地到空總報到，展開了為期十一個月的實習生涯……

※七月一日剛到婦產科報到，代總醫師交給我一份 schedule，並告訴我下午一點半到門診部看產科門診。突然間接到這個命令，真令人有手足無措之感，只好硬著頭皮，裝成一副大醫師的面容，在兩個小時內，檢查了二十多個病人。下班鈴一響，我發覺連外衣都濕透了。

※炎炎的七月天，在婦產科實習也有一大好處，

每位家長在他們的寶寶呱呱墜地後，大都會送來一個大西瓜或兩打蘋果西打意思！意思！，於是乎，一個月下來，同學們都成了「剖腹產」（即切西瓜）的專家了。

※在內科，最怕被分發到女病房，女病人常纏得你無法分身，又是頭痛，又是肚子不舒服，其實她們一切都很好，只是缺少別人的關心而已。例如有位年青女病人，經檢查PBI, BMR皆屬正常，也無Hyperthyroidism的症狀，但她一直吵著要作Thyroidectomy，只因為LMD告訴過她，好像