

Sydney Sexual Health Centre



The Sydney Sexual Health Centre provides a free, confidential and comprehensive service that helps put you in control of your sexual health. The service supports your sexual health by providing screening, vaccination and management of sexually transmissible infections including HIV and hepatitis B, women's and men's sexual health care, education, individual and couple counselling, and needle and syringe exchange. The service offers a choice of male and female doctors, nurses and counsellors who are respectful of your lifestyle and sexuality.

NO MEDICARE CARD REQUIRED

Hours:

Monday, Tuesday, Thursday, Friday 10am-6pm
Wednesday 2pm to 6pm

Telephone: (02) 9382 7440

1800 451 624 freecall outside Sydney

Internet:

www.seschs.nsw.gov.au/sydhosp/SSHC.htm

NSW/ACT Sexual Health Services

Free & confidential sexual health care

Albury	Ph: (02) 6058 1840
Armidale	Ph: (02) 6776 4738
Bourke	Ph: (02) 6872 2145
Broken Hill	Ph: (08) 8080 1556
Canberra	Ph: (02) 6244 2184
Coffs Harbour	Ph: (02) 6656 7865
Dareton	Ph: (03) 5021 7200
Dubbo	Ph: (02) 6885 1700
Forster	Ph: (02) 6555 6822
Gosford	Ph: (02) 4320 2114
Goulburn	Ph: (02) 4827 3913
Griffith	Ph: (02) 6966 9900
Katoomba	Ph: (02) 4784 6560
Kings Cross	Ph: (02) 9360 2766
Kogarah	Ph: (02) 9350 2742
Lightning Ridge	Ph: (02) 6829 1022
Lismore	Ph: (02) 6620 2980
Liverpool	Ph: (02) 9827 8022
Manly	Ph: (02) 9977 3288
Marrickville	Ph: (02) 9560 3057
Mt Druitt	Ph: (02) 9881 1733
Newcastle	Ph: (02) 4923 6909
Nowra	Ph: (02) 4423 9353
Orange	Ph: (02) 6392 8600
Parramatta	Ph: (02) 9843 3124
Penrith	Ph: (02) 4734 2507
Port Kembla	Ph: (02) 4276 2399
Queanbeyan	Ph: (02) 6298 9233
Richmond	Ph: (02) 4578 1622
St Leonards	Ph: (02) 9926 7414
Sydney City	Ph: (02) 9382 7440
Tamworth	Ph: (02) 6766 3095
Taree	Ph: (02) 6592 9421
Wagga Wagga	Ph: (02) 6938 6492

Japanese
January 2003
[SSH-6900]

want to know
more about

緊急ピルとは

**EMERGENCY
CONTRACEPTION**

SYDNEY
SEXUAL
HEALTH
CENTRE

What is the emergency pill? 緊急ピルとは？

緊急ピル（モーニングアフターピルとも呼ばれます）は特別な用量の経口避妊ピルです。防御なしのセックス（例えば避妊法を用いなかったり、コンドームを使っても破けたり抜け落ちたりした場合）の後、妊娠するチャンスを抑えるためにこのピルを服用します。

避妊法を用いないでセックスをしたけれども妊娠はしたくない場合、セックスの後できるだけ早い時期、5日以内にピルを服用する必要があります。性交渉の後、早く服用したほうがより効果があります。長い期間放置しておくとう効果が得られない確立が高まります。

How does the emergency pill work? 緊急ピルの作用は？

緊急ピルには2つの作用があります。

1. 排卵を遅らせます。（卵巣から卵子が放出されるのを遅らせる）
2. 排卵後の場合は、子宮内に受精卵が着床するのを防止します。

緊急ピルを服用した後に排卵することもあり得ますので、次の月経が来るまではピルやコンドームなどの避妊手段を使う必要があります。

How to take the emergency pill? 緊急ピルの服用方法は？

避妊法を用いないセックスの後5日以内に2錠を一度に服用します。セックスのあとできるだけ早い時期に服用することが重要です。

Are there any side effects? 副作用は？

多くの女性は緊急ピルを服用したあとの副作用はありません。まれに吐き気、嘔吐、乳房の不快感と月経周期の変化が現れることがあります。

Vomiting after taking pills. ピルを服用後に嘔吐

もしピルを服用して2時間以内に嘔吐した場合は再度ピルを服用しなければいけませんので、できるだけ早く医師の診察を受けるかセクシャルヘルスクリニックに戻る必要があります。

When to expect your period 次の月経はいつからはじまるか

たいていの女性は予定の時期に月経がはじまります。予定から1週間が過ぎても月経が始まらない場合はセクシャルヘルスクリニックまたはローカルドクターに相談して、妊娠していないことを確認するために検査をしてもらってください。

What other options do I have? 他のオプションは？

IUD（子宮内避妊器具）は小さな柔軟性のあるプラスチックまたは銅製の器具で、膣を経

由して子宮の中に挿入されます。IUD（子宮内避妊器具）は卵子と精子が出会うのと、卵が子宮内にとどまるのを妨げることで妊娠を防止します。これは長期間の避妊を望む女性にとって良いオプションです。避妊法を用いないセックスの後5日以内に挿入すれば99%の効果があります。

Protect yourself 自分自身を守る

緊急避妊方法はあくまでも緊急事態にのみ使われるもので、日常の避妊手段ではありません。また性交渉で感染する病気は防ぐことができません。

避妊の手段なしに性交渉をもったかまたはコンドームが破けたりしたのですから、性交渉で感染する病気についても心配でしょう。これらの検査はローカルドクターかセクシャルヘルスクリニックでセックスのあと10日から14日以内に検査される必要があります。

もし日常的な避妊の手段がないようでしたら、どのような避妊方法があなたにふさわしいかを見つけるために、ローカルドクターかセクシャルヘルスクリニックの担当者に相談してください。どの避妊方法を選択しても、性交渉で感染する病気にかからないためにはコンドームも必要です。コンドームだけを避妊手段に使うのであれば、コンドームが破けたり滑り落ちたりしてときのために緊急ピルを家に準備しておくのもよいかもしれません。看護師、医師にご相談ください。