



新聞稿

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

(香港，2013 年 12 月 1 日) 隨著本港社會對性的觀念漸趨開放，有性愛經驗的年輕人數量近年不斷攀升¹，為進一步了解本港青年對避孕的認知與取態，香港基層醫護女性健康聯盟委託香港大學民意研究計劃於今年 11 月，向香港大學全日制學生進行了一項名為「避孕方法的認知調查」，透過網上問卷調查的方式，成功收集了 1650 份問卷，藉此喚起各界對本港青年性知識的關注。

調查結果顯示：

1. 抱僥倖心態疏於採取避孕措施，徒增意外懷孕危機

- 近四成 (37.8%) 有性生活的受訪者不會於每次發生性行為時採用避孕措施，而更有超過一成 (12%) 從不避孕；
- 從不避孕的受訪者當中，逾四成 (40.5%) 認為「自己或女方不會懷孕」；而更有近六成 (57.9%) 受訪者有時避孕的原因是「視乎自己或女方是否處於安全期」

2. 避孕知識貧乏，謬誤有礙選安全性較高的避孕方法

- 超過兩成 (20.3%) 受訪者選擇以「體外射精」為常用的避孕方法，較「口服避孕藥」多出一倍以上，且是有避孕人士當中位列第二的最常用避孕方法，僅次於「男性避孕套」(88%)；
- 有性行為的受訪者當中，分別有超過兩成或一成半的女性選擇以「體外射精」(22.3%) 或「安全期」(15.8%) 作為避孕方法，較男性所選擇以「體外射精」(17.6%) 或「安全期」

¹香港家庭計劃指導會.2011 年青少年與性研究 18 - 27 歲青年調查.2011.

(12.2%) 的高，反映女性自我保護意識薄弱。數據顯示，體外射精並非有效的避孕方法²，其一年避孕失敗率高達 4%-22%³；而安全期的一年避孕失敗率可高達 20%-30%³；

- 許多受訪者無法分辨正確避孕資訊，逾六成受訪者 (62.1%) 誤解「男性避孕套的避孕功效較口服避孕藥高」；事實上，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³；逾四成半受訪者 (45.1%) 不知道或答錯「使用避孕藥需要每日定時服食」；更有超過四成受訪者 (41.8%) 誤解「事後丸的避孕效果與避孕藥相同」

3. 錯選正確資訊途徑，準確性存疑

- 不足兩成 (16.2%) 受訪者會尋求專業醫護人員取得避孕資訊；
- 不少受訪者習慣從網絡平台如「社交網站 / 網上討論區」(38.1%)、「互聯網網頁」(19.8%) 及「社交網站」(12.3%) 獲取避孕知識，準確性存疑

本港大學生避孕知識貧乏 為意外懷孕高危因素

香港基層醫護女性健康聯盟召集人婦產科專科醫生李福謙表示：「是次調查結果反映本港大學生的避孕知識水平薄弱，並常常抱著僥倖心態，因而疏於採取避孕措施；加上他們對各種避孕常識一知半解，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。」

終止懷孕手術風險高 影響深遠

對於仍處於求學階段的年輕人來說，意外懷孕的後果不容忽視。香港基層醫護女性健康聯盟專家委員婦產科專科醫生張啟斌表示：「一般大專生的身心發展尚未完全成熟，意外懷孕可令毫無準備的年輕人不知所措，更可為他們的身心帶來巨大衝擊。最終選擇接受終止懷孕手術的女性，有可能需要面對失血過多、盆腔炎、子宮頸受損等風險；就算選擇誕下嬰兒，也會可能因為兩人在缺乏周詳的家庭計劃下，無法給予孩子一個最好的成長環境而造成各種家庭問題，影響可極為深遠。」張醫生續說：「加上互聯網資訊及社交網站等平台的發展越趨成熟，年輕人足不出戶便可從朋友、討論區以至其他網頁等渠道獲取避孕資訊，但當中不少資訊的準確性存疑。」

² Dude A et al. Department of Obstetrics & Gynecology, Duke University Medical Center. 2013 Sep;122(3):595-600.

³ Trussell J. Contraception. 2011 May;83(5):397-404.

正確選擇可靠避孕方法 有效減低意外懷孕機會

調查結果亦顯示，現時男性避孕套仍屬本港青年最常用的避孕方法，但他們對於口服避孕藥等其他方法的認知程度卻甚低，最終可能只懂得採取失敗率較高的體外射精方法。香港基層醫護女性健康聯盟專家委員婦產科專科醫生阮邦武指：「口服避孕藥是其中一種相當可靠的避孕方法，其一年失敗率較男性避孕套還要低，只要正確服用，便能有效減低意外懷孕的出現³。但由於目前年輕一代對於口服避孕藥仍存有不少誤解而不敢貿然服用，因而仍未於本港普及。」

使用避孕套需仰賴男方意願 口服避孕藥助積極保護女性

對於受訪者較少採用口服避孕藥的方法，可能與舊有的藥物副作用有關。阮醫生解釋：「傳統口服避孕藥具較多副作用，女性服藥後可感較大的不適，因而令不少人寧願採用男性避孕套作為避孕方法；可是男性避孕套使用與否仍須完全仰賴男方的意願，女性的角色終究較為被動，未必能夠好好保護自己。」

阮醫生為此作出建議：「其實新一代口服避孕藥的無藥期已經縮短，可令女性體內荷爾蒙水平更穩定，較少出現因荷爾蒙變化而導致的不適；另外，當中所含新一代黃體素，與人體自行生產的黃體酮類近，具有抗鹽皮質素的作用，可抵銷雌激素的副作用，減少水腫引起的體重增加、噁心、頭痛、腹痛和乳房腫脹等困擾，更有助調節月經週期及經血量，改善油脂分泌及暗瘡問題。」

總結

總括而言，青年應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；此外，期望是次調查結果能引起社會各界的關注，推動政府日後從公眾教育方面著手，加強向市民宣揚更多有關避孕的資訊。

二零一三年十二月一日

傳媒查詢：

Clara Chu 電話：9626-9626

Email: clara.chu@mrogilvy.com

Rachel Cao 電話：5626-0859

Email: rachel.cao@mrogilvy.com

補充資料

1. 有關「香港基層醫護基金女性健康聯盟」

「香港基層醫護基金」於 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。經過 9 年的努力及發展，在醫學界已確立鮮明而清晰的地位，成為推廣香港基層護理的重要機構，擁有 39 位專家顧問、16 位醫生作為區域網絡召集人、團體會員約 450 位醫生。透過專科和家庭醫生、公營和私家醫生無間的合作，貫徹推動香港基層醫護服務及其進展的使命，實踐基金的宗旨。

「女性健康聯盟」於 2008 年 5 月正式成立，為附屬「香港基層醫護基金」的非牟利醫學聯盟，旨在呼籲香港女性，以至社會各界關注女性健康問題及提升大眾對婦科疾病的認知，並提供正確的醫療資訊予公眾預防和治療相關疾病，從而促進本港婦女健康，締造更健康的社會。

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

2. 常見避孕方法的失敗率及其作用³

避孕方法	失敗率	作用
藥性子宮環	0.2%	透過穩定地釋放極低劑量的「黃體素」，以抑制正常子宮內膜增生，達致避孕功效，同時更可減少經血量或縮短經期
子宮環	0.6-0.8%	透過釋放銅離子從而產生殺精作用

避孕針	0.2-6%	以注射方式把荷爾蒙打進身體，從而抑制排卵，但需要定期到診所注射
混合式荷爾蒙 口服避孕藥	0.3-9%	抑制排卵，影響受精卵子著床，並可減少經血量
結紮手術（女性）	0.5%	基本上是永久性避孕，但偶然輸卵管亦會重開
安全套	2-18%	阻止精蟲進入子宮
體外射精	4-22%	由於男性在射精前可分泌少量液體以中和尿道，當中帶有的精子或會令女性懷孕，因此不於女性的陰道中射精，就能避免懷孕
排卵期計算法	20-30%	在女性最易受孕的排卵期內避免性交。理論上，女性通常在下次經期前十四天排卵

3. 有關口服避孕藥

- 傳統口服避孕藥的服藥模式主要為「21+0」或「21+7」，即 21 天有藥效的避孕藥再加上 7 天無藥期或糖衣片，為女性帶來較大副作用和不適。
- 新一代口服避孕藥的服藥模式調整為「24+4」，即 24 天有藥效的避孕藥再加 4 天糖衣片，無藥期縮短可令女性體內荷爾蒙水平更穩定，較少出現因荷爾蒙變化而導致的情緒問題。