

我可以決定 不要生小孩

避孕及結紮手術易讀手冊



關於這本手冊

這本易讀手冊
主要給心智障礙者、
看文字有困難的人用，
介紹避孕^{*}。

避孕^{*}
不要懷孕、不要有寶寶。

目錄

第 1 頁	性行為可能會有寶寶
第 3 頁	小故事
第 4 頁	為什麼要避孕
第 5 頁	避孕的方法
第 6 頁	男生的避孕方法
第 11 頁	女生的避孕方法
第 17 頁	結紮後的身體
第 18 頁	男生和女生的結紮手術
第 19 頁	結紮手術要注意的事
第 22 頁	小活動

性行為可能有寶寶



如果我和伴侶 * 發生性行為，
有可能會有寶寶。

伴侶 *
男女朋友或夫妻。





有寶寶後，我可能會需要



幫寶寶換尿布



半夜被寶寶吵醒



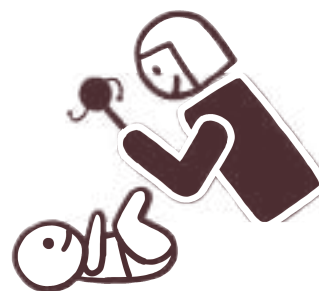
餵寶寶喝奶



賺錢養寶寶



買寶寶的東西



花時間陪寶寶

小故事



阿明和佳佳結婚後，
討論要不要有寶寶。

因為擔心有寶寶以後，
生活會有很大的改變。

阿明和佳佳
決定先不要生寶寶
所以要學習避孕^{*}。

避孕^{*}
不要懷孕、不要有寶寶。



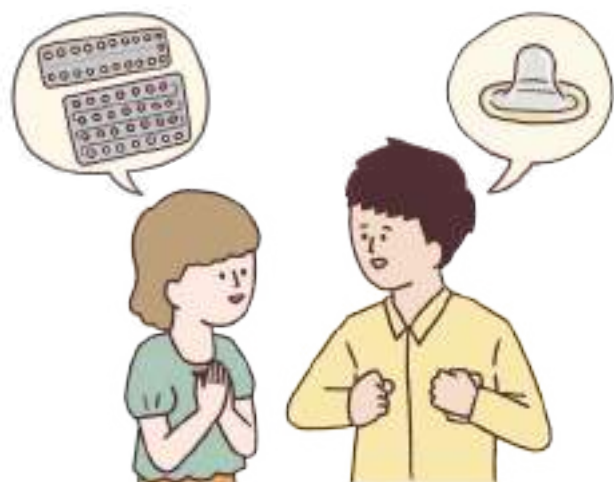
為什麼要避孕



如果有寶寶，
我要學習照顧他，
也會花很多錢。



我還沒想要有寶寶，
發生性行為就要避孕，
例如：男生要用保險套。



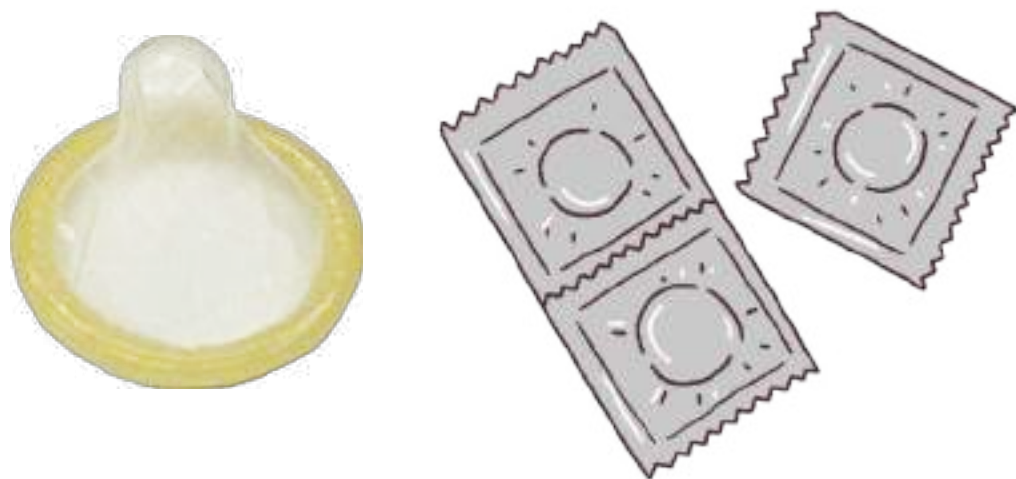
女生和男生都有避孕的方法，
我可以選自己想要的。

避孕的方法

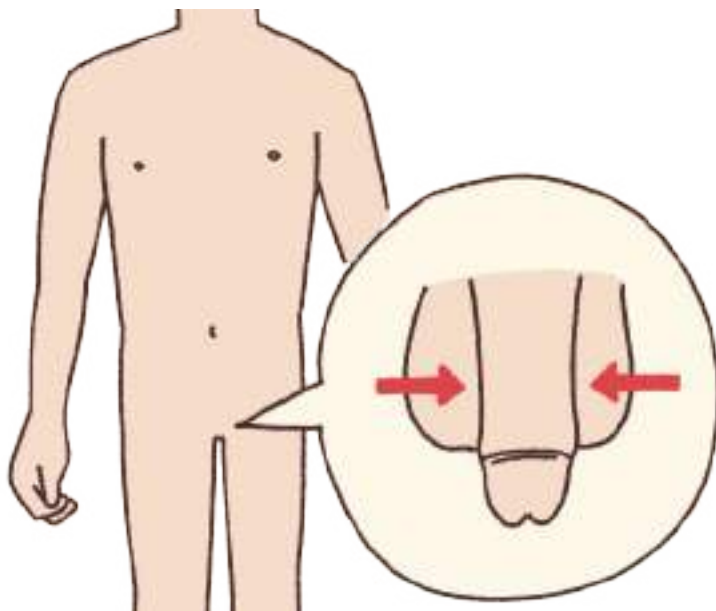


阿明和佳佳開始找避孕方法，
發現避孕方法有很多，
有分男生和女生。

男生的避孕方法



① 保險套



② 結紮手術

① 保險套



保險套
在藥局、便利商店都買得到。



保險套可以保護我
在發生性行為時，
不會被傳染性病^{*}，
也不會有寶寶。

傳染性病^{*}
發生性行為就會得一樣的病



保險套要用新的，
用過就要丟掉。

如果戴保險套會痛，
有可能是大小不合。

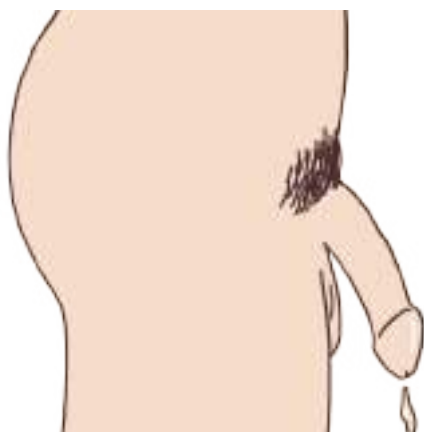


發生性行為時，
要一直戴著保險套。



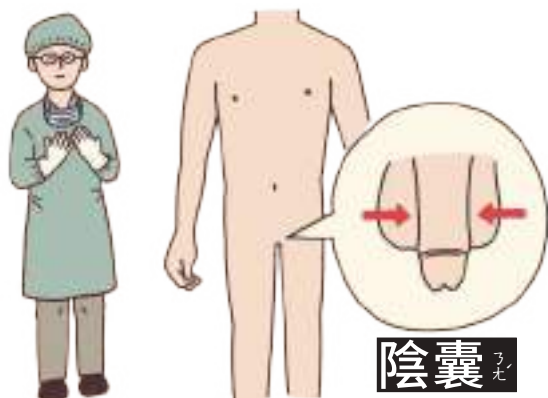
只要陰莖勃^{うそ}起^{*}，
就要立刻戴上保險套。

勃^{うそ}起^{*}
陰莖變大、變硬

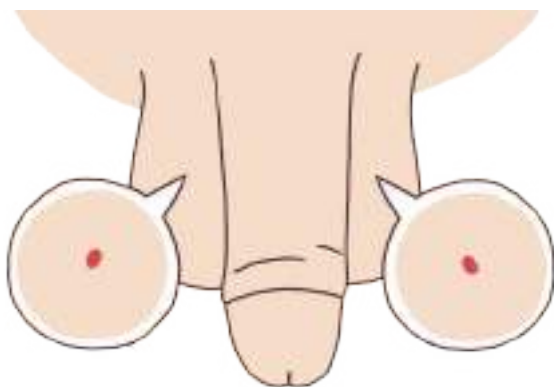


如果沒有戴保險套，
只要把精液射在外面，
也不算避孕。

② 結紮手術



結紮手術會在我的陰嚢^{うんお}開刀，
要找醫生才可以做。



結紮手術的傷口很小，
開完刀也不用住院。



只要開刀 1 次
3 個月後回診檢查
才可以永遠避孕。

男生和女生都有結紮手術，
請看第 18 頁。



結紮手術沒有健保補助，
要自己花錢，
大約 1 萬元，
每家醫院都不一樣。



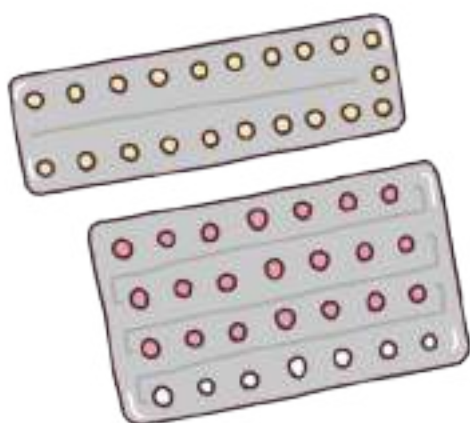
結紮手術前，
可以先去問衛生所，
如果申請通過
可以少付一些錢。



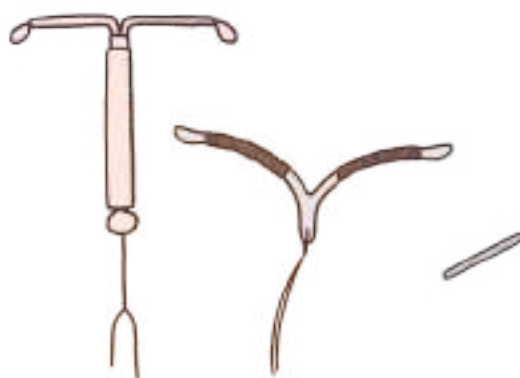
如果我已經結婚、有寶寶，
沒有想要再生寶寶，
就可以考慮結紮手術。

女生的避孕方法

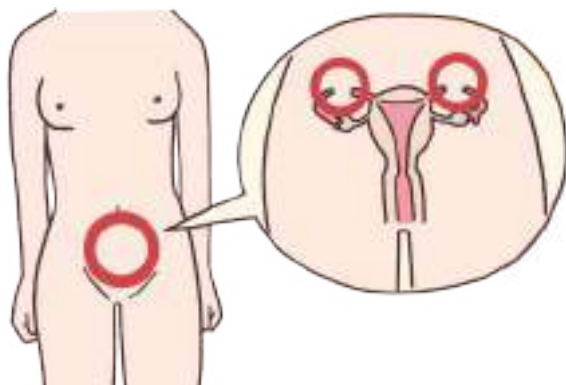
① 避孕藥



② 避孕器



③ 結紮手術



④ 請伴侶戴保險套



請看第 7 頁

① 避孕藥



我要先到婦產科看醫生，
醫生會開單子給我，
才可以到藥局買避孕藥。



避孕藥要自己花錢買。

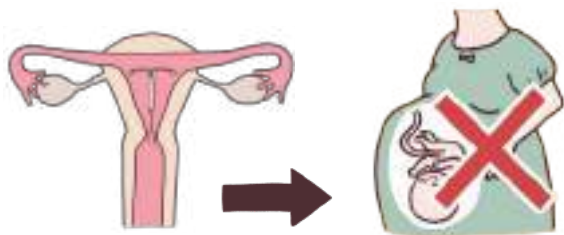


我要聽醫生的話，
每天吃 1 次藥，
就可以避孕。



我吃避孕藥後，
如果身體很不舒服，
要去婦產科檢查。

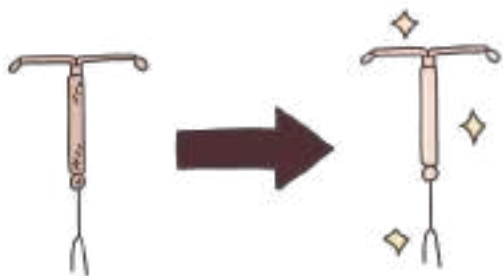
② 避孕器



避孕器會放在我的身體裡，
讓我不會懷孕。



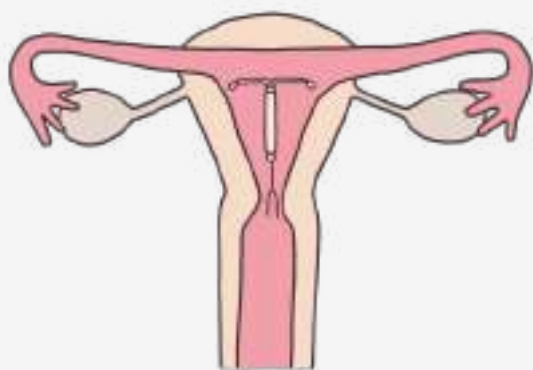
避孕器沒有健保補助，
需要自己花錢。



避孕器時間到了
要換新的。

避孕器有 2 種，
我可以和醫生討論哪個適合我。

子宮內避孕器



避孕器會放在我的子宮 * 裡。

子宮 *

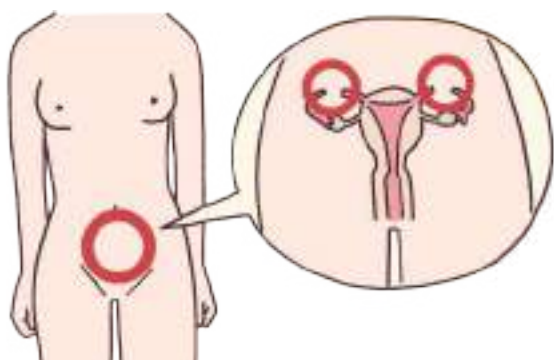
寶寶在媽媽肚子裡長大的地方

皮下避孕器



避孕器會放在我的手臂內。

③ 結紮手術



結紮手術會在我肚子開刀，
要到醫院或診所找醫生才可以做。



需要麻醉才能開刀，
結束後要住院觀察 1 到 2 天。



只要開刀 1 次
就可以永遠避孕。

女生和男生都有結紮手術，
請看第 18 頁。



結紮手術要自己花錢，
最少 2 萬元。

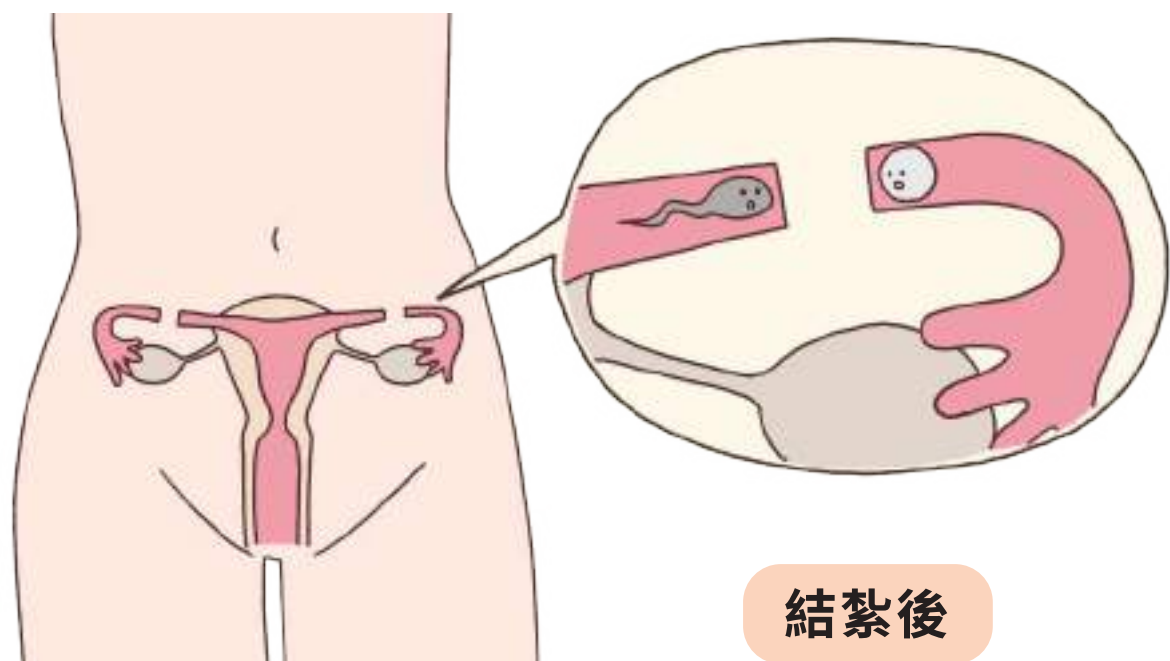
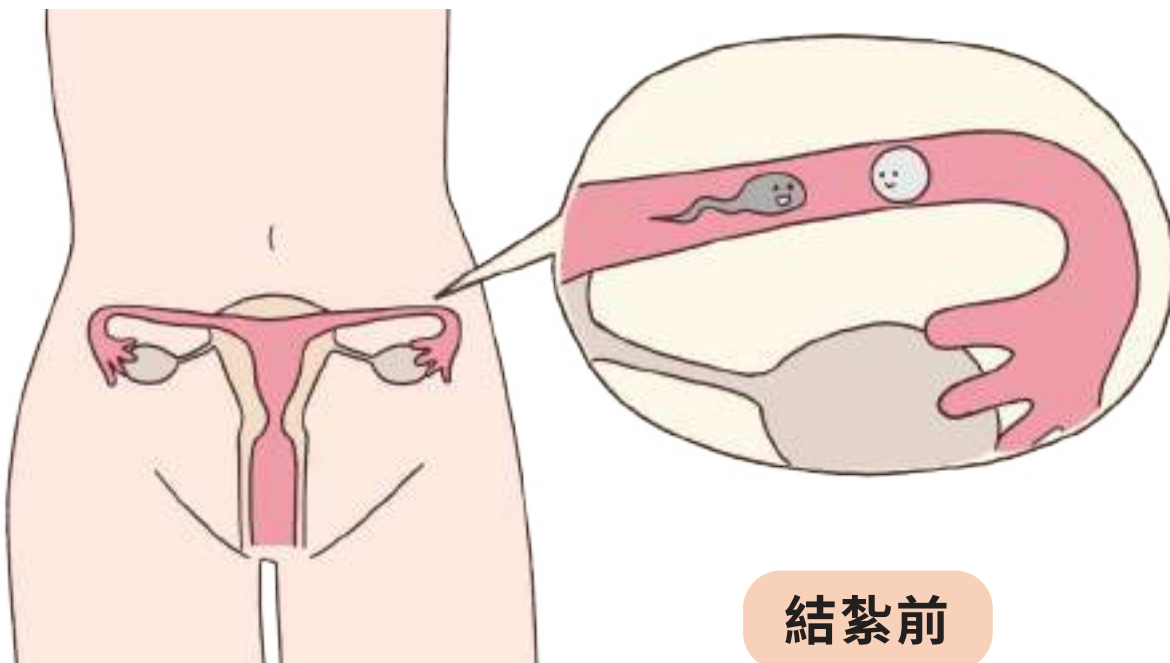


結紮手術前，
可以先去問衛生所，
如果申請通過
可以少付一些錢。



如果我已經結婚、有寶寶，
沒有想要再生寶寶，
就可以考慮結紮手術。

結紮後的身體

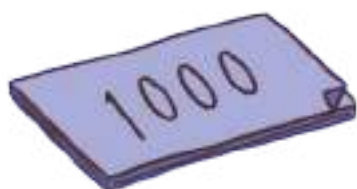


男生和女生的結紮手術

男生



傷口小

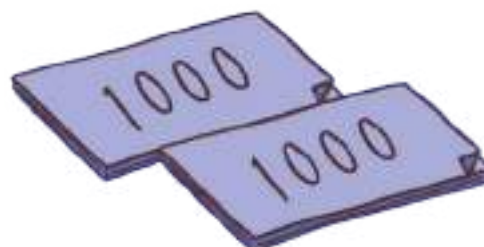


費用少

女生



傷口大

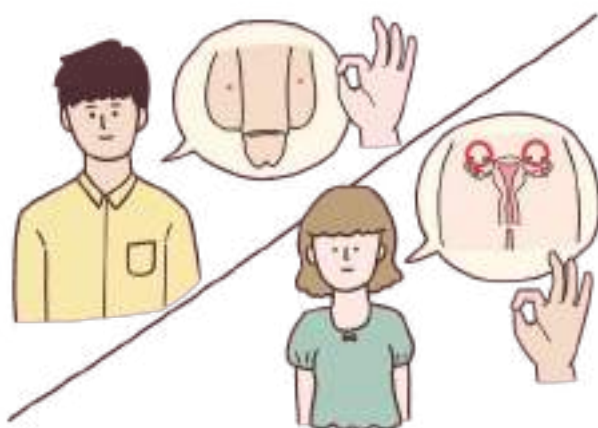


費用多

如果結紮後又想生寶寶，
要再做手術，
女生很難，
男生簡單一點。



結紮手術要注意的事



如果我還沒結婚，
我可以自己決定要結紮。



如果我結婚了，
我先生或太太同意
才可以結紮。

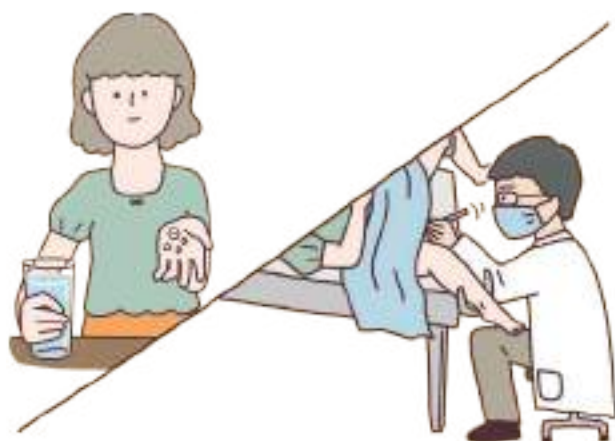
如果我還沒成年，
需要家長同意才可以結紮。



如果懷孕又不想要寶寶， 怎麼辦



我可以到醫院找醫生討論，
停止懷孕的方法。



停止懷孕的方法，
有吃藥或做手術，
又叫作流產手術。

如果想知道流產手術的事，
可以掃 QR code。



如果醫生認為 已經不能做流產手術



我生下寶寶後，
沒辦法自己養，
可以打電話給：

兒童及少年收養資訊中心

☎ 02 - 8979 - 5430

讓別的家庭把寶寶帶走。

我也可以看這 2 本易讀手冊，
學習怎麼照顧自己和寶寶。



懷孕要注意的事情



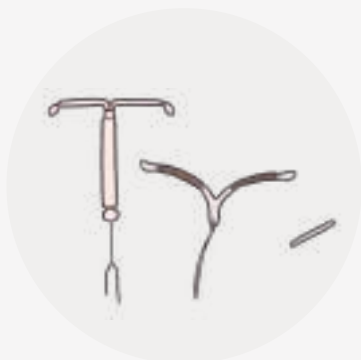
學會照顧寶寶

小活動

連連看，
我學到了什麼避孕方法



● 保險套



● 避孕藥



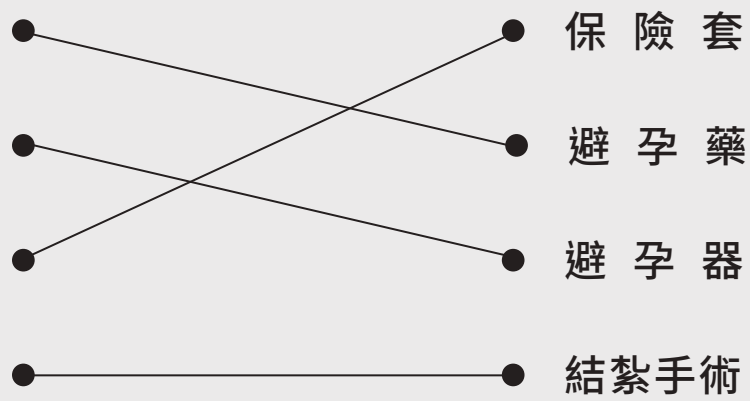
● 避孕器



● 結紮手術

答案請看 23 頁

第 22 頁的答案



書 名 我可以決定不要生小孩—避孕及結紮手術易讀手冊

著 者

發 行 機 關



執 行 單 位



易 讀 顧 問 李英琪

孕 產 照 護 顧 問 陳建銘

法 律 顧 問 林昀嫻

編 審 吳昭軍、魏璽倫、林宇旋、蔡維誼、林真夙、
陳美如、王浩宇

焦 點 訪 談 江宇軒、呂紫雲、黃鵬如、蔡秀恩、蔡孟祐

品 管 員 張雅筑、陳柏宏、焦偉翔、燕南屏

合 作 支 持 財團法人育成社會福利基金會 許培妤

企 劃 編 輯 李岱蓉、謝若琳

插 圖 繪 製 李安嫻

排 版 設 計 李萬鏗、孫于甯、黃顯雅

封 面 題 字 張雅筑

發行印製：113 年 12 月

ISBN：9786267461952 (PDF) GPN：4711300150

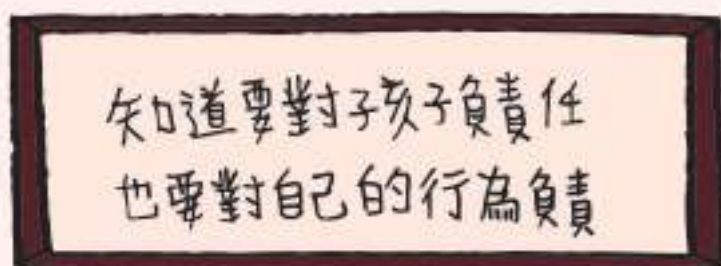
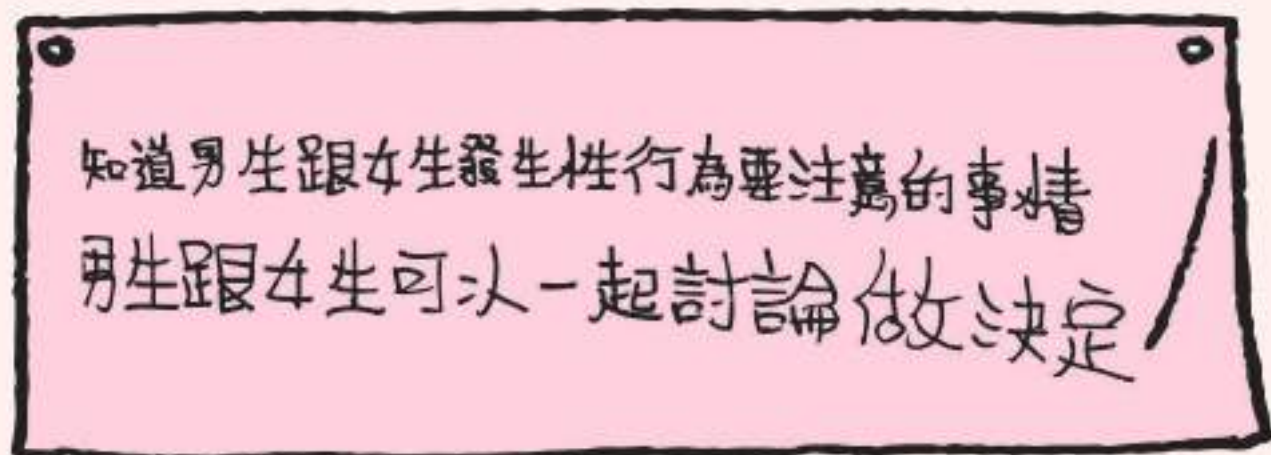
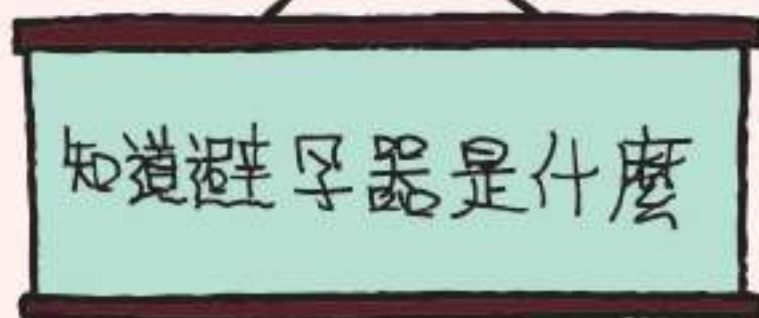
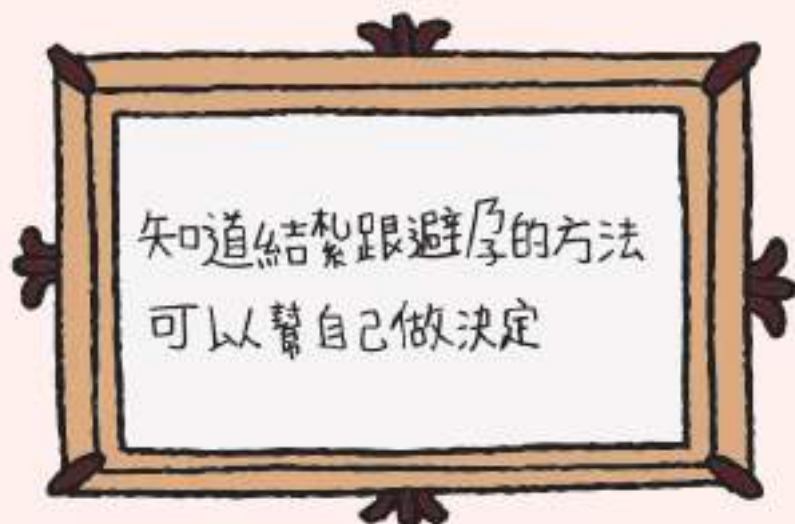
著作財產權人：衛生福利部國民健康署

本書保留所有權利。欲利用本書全部或部分內容者，須徵求著作財產權人衛生福利部國民健康署同意或書面授權，請洽衛生福利部國民健康署 (電話：02-2522-0888)。

本出版品經費由國民健康署菸品健康福利捐支應。



© European Easy-to-Read Logo: Inclusion Europe.
More information at www.inclusion-europe.eu/easy-to-read



衛生福利部國民健康署 編製

本經費由國民健康署菸品健康福利捐支應 廣告