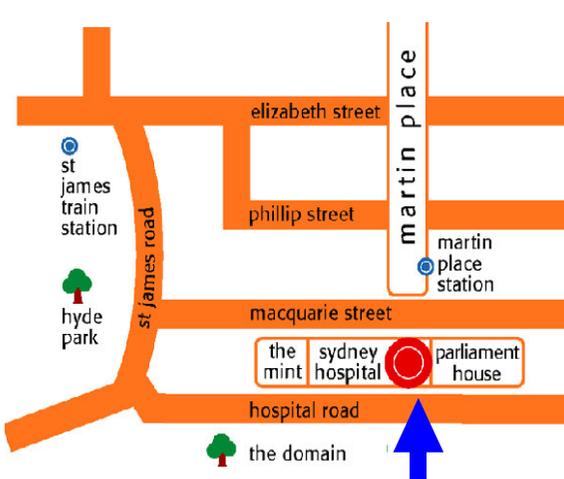


Sydney Sexual Health Centre



シドニーセクシャルヘルスセンターは、性の健康管理に役立つ総合サービスを無料かつ秘密厳守で提供しています。当サービスセンターでは、HIV や B 型肝炎等の性感染症の検査・ワクチン接種・管理の他、男女各々特有の性のヘルスケア、教育、個人やカップルのカウンセリング、注射器や針の交換等のサービスを通じて、皆様の性の健康をサポートしています。当センターは女性の医師、看護師、カウンセラーも常勤しており、スタッフ一同、来院者のライフスタイルやセクシャリティを理解し尊重するよう努めています。

メディケアカードは不要です

Opening hours

Please visit our website

Web Address:

<http://www.sshc.org.au/>

Telephone Number: 02 9382 7440

Sexual Health Info line: 1800 451 624

NSW/ACT セクシャルヘルスサービス

無料で秘密厳守のセクシャルヘルスケア

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

want to know
more about

Japanese
[SSH-7425]

緊急ピルとは

**EMERGENCY
CONTRACEPTION**

**SSHC 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。