

## Tôi có thể mua thuốc ngăn ngừa thụ thai khẩn cấp ở đâu?

- Các tiệm thuốc
  - » Plan B One-Step® và các nhãn hiệu thuốc thông thường dành cho tất cả các độ tuổi mà không cần toa.
  - » Quý vị cần toa thuốc cho ella®.
- Các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe và chẩn y viện kế hoạch hóa gia đình.
- Phòng cấp cứu của bệnh viện sau vụ hiếp dâm.
- Gọi 2-1-1 để tìm phương pháp ngừa thai khẩn cấp và biện pháp ngừa thai miễn phí hoặc chi phí thấp gần quý vị.



**Đừng chờ đợi. Quý vị sử dụng phương pháp ngăn ngừa thụ thai khẩn cấp càng sớm, tác dụng có hiệu quả hơn để ngăn ngừa mang thai.**

### **Đường Dây Trợ Giúp Khẩn Cấp dành cho Phụ Nữ Portland:**

Tài nguyên và hỗ trợ 24 giờ cho các nạn nhân do bạo lực gia đình và bạo lực tình dục. Điện thoại miễn phí 1-888-235-5333 (503-235-5333)

### **Đường Dây Nóng Quốc Gia về Tấn Công Tình Dục:**

1-800-656-HOPE(4673)

### **211info:**

Quay số 2-1-1 để biết phòng khám gần quý vị.

### **Chăm Sóc Ngăn Ngừa Thụ Thai Oregon:**

Tìm thêm tin tức về các chẩn y viện ở Oregon và phương pháp ngừa thai tại [ccare.oregon.gov](http://ccare.oregon.gov).

### **Bedsider:**

Mạng lưới hỗ trợ ngừa thai miễn phí được điều hành bởi Chiến Dịch Quốc Gia nhằm Ngăn Chặn Vấn Đề Mang Thai ở Thanh Thiếu Niên và Mang Thai Ngoài Ý Muốn.  
[www.bedsider.org](http://www.bedsider.org)

Tài liệu này có thể được cung cấp dưới hình thức thay thế theo yêu cầu dành cho các cá nhân khuyết tật. Các hình thức thay thế có thể bao gồm (nhưng không giới hạn) bản in chữ lớn, chữ nổi Braille, bản ghi âm, giao tiếp trên Web và các hình thức điện tử khác. Hãy gọi 971-673-0355 (âm thoại) hoặc gọi 971-673-0372 (TTY-dành cho người khiếm thích giác) để nhận hình thức thay thế thích hợp nhất với quý vị.

Tải xuống tài liệu này bằng tiếng Anh hoặc các ngôn ngữ khác tại [www.healthoregon.org/rh](http://www.healthoregon.org/rh).

Được tài trợ một phần bởi quỹ tài trợ của Cơ Quan Phụ Trách Các Sinh Hoạt của Gia Đình thuộc Bộ Y Tế và Bộ Xã Hội Hoa Kỳ.

Quý vị vừa quan hệ tình dục?  
Lo lắng về việc mang thai?

## **Phương Pháp Ngăn Ngừa Thụ Thai Khẩn Cấp**

(Ngừa Thai Khẩn Cấp)

**Đôi khi quý vị cần  
có cơ hội thứ hai.**

Quý vị có đến 120  
giờ (5 ngày) để  
hành động!

**Càng sớm  
càng tốt.**



## Phương pháp ngăn ngừa thụ thai khẩn cấp (EC) làm giảm nguy cơ mang thai sau khi quan hệ tình dục.

- Tiến hành ngăn ngừa thụ thai khẩn cấp càng sớm càng tốt.
- Quý vị tiến hành ngăn ngừa thụ thai khẩn cấp càng sớm thì tác dụng có hiệu quả hơn, nhưng ngăn ngừa thụ thai khẩn cấp có thể có tác dụng trong vòng tối đa năm (5) ngày (120 giờ) sau đó.



### Đừng đợi!

Hãy sử dụng phương pháp ngăn ngừa thụ thai khẩn cấp càng sớm càng tốt sau khi quan hệ tình dục không có ngừa thai!

### Sử dụng phương pháp ngăn ngừa thụ thai khẩn cấp nếu:

- Quý vị không sử dụng phương pháp ngừa thai.
- Bao cao su của quý vị bị rách.
- Bạn tình của quý vị không rút hoặc “kéo ra” kịp thời.
- Quý vị quên hoặc không sử dụng phương pháp ngừa thai kịp thời.
- Quý vị bị cưỡng bức quan hệ tình dục không có ngừa thai.

**Ngăn ngừa thụ thai khẩn cấp không** dẫn đến việc phá thai.

**Ngăn ngừa thụ thai khẩn cấp không** có tác dụng nếu quý vị đã mang thai.

**Ngăn ngừa thụ thai khẩn cấp không** làm giảm khả năng mang thai trong tương lai.

**Ngăn ngừa thụ thai khẩn cấp an toàn và hiệu quả.**

### Viên thuốc ngừa thai khẩn cấp:

- Hỗ trợ ngừa thai để ngăn ngừa mang thai sau khi quan hệ tình dục.
- Có tác dụng giống như viên thuốc ngừa thai.

**Viên thuốc ngăn ngừa thụ thai khẩn cấp có tác dụng như thế nào?** Viên thuốc ngăn ngừa thụ thai khẩn cấp có thể:

- Ngăn không cho trứng rụng khỏi buồng trứng.
- Ngăn không cho tinh trùng gặp trứng.
- Thay đổi niêm mạc tử cung.

### Sau khi uống thuốc ngăn ngừa thụ thai khẩn cấp:

- Một số phụ nữ thấy chóng mặt hoặc đau bụng, đau vú hoặc có đốm đỏ.
- **Nếu quý vị bị nôn mửa trong vòng hai (2) tiếng đồng hồ sau khi uống thuốc ngăn ngừa thụ thai khẩn cấp**, hãy gọi điện cho bác sĩ chăm sóc sức khỏe. Có thể quý vị phải uống thuốc lại.
- Nếu kinh nguyệt của quý vị trễ hơn một (1) tuần lễ, có thể quý vị đang mang thai.
- Sử dụng phương pháp hỗ trợ ngừa thai như bao cao su, cho đến kỳ kinh tiếp theo.

### Dụng cụ đặt trong tử cung (IUD) là gì?

- IUD (dụng cụ đặt trong tử cung) là một mảnh nhựa nhỏ có dây ngắn.
- IUD có tác dụng Ngăn Ngừa Thụ Thai Khẩn Cấp tốt nhất. Bác sĩ chăm sóc sức khỏe của quý vị cần đặt IUD trong tử cung của quý vị trong vòng năm (5) ngày sau khi quan hệ tình dục.
- Một số IUD có tác dụng ngừa thai lên tới 12 năm.

### 3 loại phương pháp ngăn ngừa thụ thai khẩn cấp là:



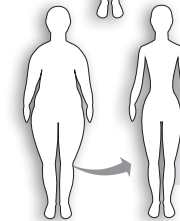
#### ella®

(Có thể không hiệu quả nếu quý vị nặng trên 193 pounds).



#### Plan B One-Step® và các nhãn hiệu thuốc thông thường

(Có thể không hiệu quả nếu quý vị nặng trên 154 pounds).



#### Copper® IUD

(Có hiệu quả tốt nhất ở bất cứ trọng lượng cơ thể nào).