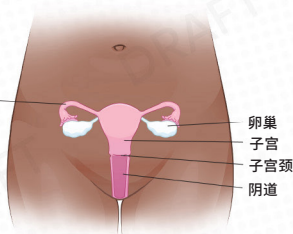


输卵管是卵巢癌的主要发源地。切除输卵管可以大大降低罹患癌症的风险。



了解您的避孕选择

■ 避孕 (PP) 的有效性

■ 降低卵巢癌 (OC) 风险

最有效的避孕措施



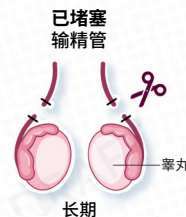
输卵管切除术

99.9% 避孕的有效性
最佳 卵巢癌风险降低率



输卵管结扎术

99.5% 避孕的有效性
较低 卵巢癌风险降低率



输精管结扎术

99.9% 避孕的有效性
无 卵巢癌风险降低率



植入式避孕棒

99% 避孕的有效性
中等 卵巢癌风险降低率*



激素型宫内节育器

99% 避孕的有效性
较低 卵巢癌风险降低率*



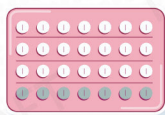
铜制宫内节育器

99% 避孕的有效性
无 卵巢癌风险降低率



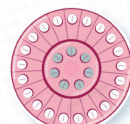
避孕注射针

96% 避孕的有效性
中等 卵巢癌风险降低率



复合口服避孕药

93% 避孕的有效性
中等 卵巢癌风险降低率*



孕激素避孕药

93% 避孕的有效性
较低 卵巢癌风险降低率*



阴道避孕环

93% 避孕的有效性
中等 卵巢癌风险降低率*



避孕贴

93% 避孕的有效性
中等 卵巢癌风险降低率*



外用避孕套

87% 避孕的有效性
无 卵巢癌风险降低率



避孕隔膜

83% 避孕的有效性
无 卵巢癌风险降低率



内用避孕套

79% 避孕的有效性
无 卵巢癌风险降低率



杀精剂

79% 避孕的有效性
无 卵巢癌风险降低率



宫颈帽

78% 避孕的有效性
无 卵巢癌风险降低率



生育规划

77% 避孕的有效性
无 卵巢癌风险降低率

最无效的避孕措施

© Abigail Rumpp 2025

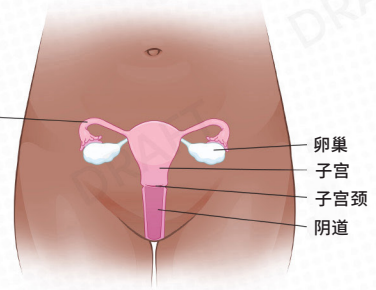
*必须使用 5 年以上才有益于降低风险。

了解您的避孕选择

降低卵巢癌 (OC) 风险

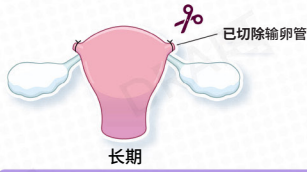
避孕 (PP) 的有效性

输卵管是卵巢癌的主要发源地。切除输卵管可以大大降低罹患癌症的风险。



在降低癌症风险方面
最为有效

最佳风险
降低率
(50-75%)



输卵管切除术

最佳 卵巢癌风险降低率
99.9% 避孕的有效性

中等风险
降低率
(40-50%)



植入式避孕棒

中等 卵巢癌风险降低率*
99% 避孕的有效性



避孕注射针

中等 卵巢癌风险降低率
96% 避孕的有效性



避孕药

中等 卵巢癌风险降低率*
93% 避孕的有效性



阴道避孕环

中等 卵巢癌风险降低率*
93% 避孕的有效性



避孕贴

中等 卵巢癌风险降低率*
93% 避孕的有效性



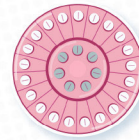
输卵管结扎术

较低 卵巢癌风险降低率
99.5% 避孕的有效性



激素型宫内节育器

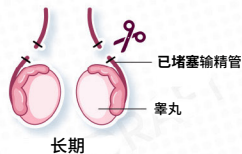
较低 卵巢癌风险降低率*
99% 避孕的有效性



孕激素避孕药

较低 卵巢癌风险降低率*
93% 避孕的有效性

较低风险
降低率
(10-30%)



输精管结扎术

无 卵巢癌风险降低率
99.9% 避孕的有效性



铜制宫内节育器

无 卵巢癌风险降低率
99% 避孕的有效性



外用避孕套

无 卵巢癌风险降低率
87% 避孕的有效性



避孕隔膜

无 卵巢癌风险降低率
83% 避孕的有效性

风险并
未降低



内用避孕套

无 卵巢癌风险降低率
79% 避孕的有效性



杀精剂

无 卵巢癌风险降低率
79% 避孕的有效性



宫颈帽

无 卵巢癌风险降低率
78% 避孕的有效性



生育规划

无 卵巢癌风险降低率
77% 避孕的有效性

在降低癌症风险方面
最为无效

*必须使用 5 年以上才有益于降低风险。

© Abigail Rumpp 2025

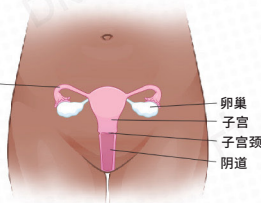
© Abigail Rumpp 2025

了解您的避孕选择

■ 避孕 (PP) 的有效性

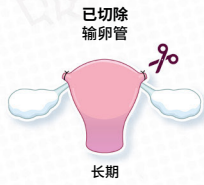
■ 降低卵巢癌 (OC) 风险

输卵管是卵巢癌的主要发源地。切除输卵管可以大大降低罹患癌症的风险。



最有效的避孕措施

一年内每 100 名使用者中仅有不到 1 人怀孕



长期

输卵管切除术

输卵管切除术是一项将输卵管从体内彻底切除的永久性手术。

99.9% 避孕的有效性
最佳 卵巢癌风险降低率

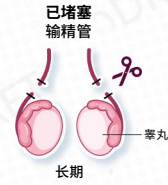


长期

输卵管结扎术

输卵管结扎术是一项通过堵塞输卵管实现避孕的永久性手术。

99.5% 避孕的有效性
较低 卵巢癌风险降低率



长期

输精管结扎术

输精管结扎术是一项通过堵塞输精管实现避孕的永久性手术。

99.9% 避孕的有效性
无 卵巢癌风险降低率



植入式避孕棒

植入式避孕棒是一根置于上臂皮肤下的小棒。它通过释放激素避孕。最长可使用 4 年。

99% 避孕的有效性
中等 卵巢癌风险降低率*



激素型宫内节育器

激素型宫内节育器是一种插入子宫的小型装置，可通过释放激素避孕。最长可使用 3 至 5 年。

99% 避孕的有效性
较低 卵巢癌风险降低率*



铜制宫内节育器

铜制宫内节育器是一种插入子宫的小型装置，该装置通过铜来阻止精子的移动。最长可使用 8 至 10 年。

99% 避孕的有效性
无 卵巢癌风险降低率



避孕注射针

避孕注射针是一种激素型避孕针剂，通过每三个月注射一次大腿或手臂实现避孕。

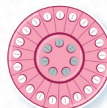
96% 避孕的有效性
中等 卵巢癌风险降低率



复合口服避孕药

复合口服避孕药是一种避孕药物，通过释放孕激素和雌激素实现避孕。每日服用。

93% 避孕的有效性
中等 卵巢癌风险降低率*



孕激素避孕药

孕激素避孕药是一种避孕药物，通过释放孕激素实现避孕。每日服用。

93% 避孕的有效性
较低 卵巢癌风险降低率*



阴道避孕环

阴道避孕环是一种插入阴道的塑料环，通过释放激素实现避孕。每周更换。

93% 避孕的有效性
中等 卵巢癌风险降低率*



避孕贴

避孕贴是一种小型的粘性贴片，可以贴在皮肤上，通过释放激素实现避孕。每周更换。

93% 避孕的有效性
中等 卵巢癌风险降低率*



外用避孕套

外用避孕套是一种性交时戴在阴茎上的避孕用轻薄覆盖物。外用避孕套还能预防性传播感染。

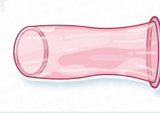
87% 避孕的有效性
无 卵巢癌风险降低率



避孕隔膜

避孕隔膜是一种圆拱状的硅胶杯，可以套在宫颈上实现避孕。需搭配杀精子剂一起使用。

83% 避孕的有效性
无 卵巢癌风险降低率



内用避孕套

内用避孕套是一种在性交前插入阴道的避孕用袋状避孕套。

79% 避孕的有效性
无 卵巢癌风险降低率



杀精子剂

杀精子剂是一种能杀死精子的乳液、泡沫或凝胶物质。在性交前将杀精子剂置入阴道以实现避孕。

79% 避孕的有效性
无 卵巢癌风险降低率



宫颈帽

宫颈帽是一种硅胶杯或橡胶杯，可以套在宫颈上实现避孕。需搭配杀精子剂一起使用。

78% 避孕的有效性
无 卵巢癌风险降低率



生育规划

生育规划是一种追踪方法，用于预测月经周期以及最有可能受孕的日期。

77% 避孕的有效性
无 卵巢癌风险降低率

最无效的避孕措施

一年内每 100 名使用者中有 13 人或更多人数怀孕

© Abigail Rump 2025

© Abigail Rump 2025

*必须使用 5 年以上才有益于降低风险。