

 中文（简体）— 患者须知单
若忘记服用复方口服避孕药时的处理方法

 什么是“忘记服药”？

- 超过平常时间 **12小时以上未服药**。
- 如果**少于12小时**：请**立即补服**忘记的那一粒，即使一天要服两粒也没关系。
→ **照常完成该周期药片**。
→ **无需额外措施**。
-  某些避孕药（如Zoely®、Qlaira®等）有特殊说明 → 请阅读说明书。

 活性片还是无活性片？

- 有些药板含有**21粒活性片 + 7粒无活性片（安慰剂）**，也有些是**28粒全活性片**。
- **忘记服用无活性片无影响**，但前提是**无激素期不能超过7天**。
→ 确保从上一周期的最后一粒活性片到下一周期的第一粒活性片之间不超过7天。

 该怎么做：

- **立即服用最后一粒忘记的药片**，即使要在同一天、同一时间服两粒。
- 若忘记多粒，仅服用**最后一粒忘记的药片**，丢弃其他遗漏的药片以免混淆。
- 如果是在**第1或第2周（第1–14天）**：继续照常服药。
- 如果是在**第3周（第15–21天）**：**立即开始下一个药板**，不要中断，也不要服用安慰剂。
- **接下来7天内请使用避孕套**。
-  若过去5天内有无保护性交 → **建议使用紧急避孕**。
-  即使使用过紧急避孕，也应在**高危性交3周后进行尿妊娠测试**。

 紧急避孕

- 事后避孕药：
 - Norlevo®：72小时内
 - EllaOne®：120小时内
- 铜宫内节育器：无保护性交后5天内

 实用建议

- 若在服药后4小时内呕吐或严重腹泻 = 视为漏服。
- **两个周期之间无激素期不应超过7天**。

- 建议使用**提醒应用或闹钟**。
- 如有疑问，请咨询医生、助产士或药师。