

# ACOG 第 654 号委员会意见：减少育龄期女性的非意愿妊娠

推荐：美国卫生与公共服务部提出要在 2020 年减少 10% 的非意愿妊娠。对于妇产科医生而言，下面几点有助于实现上述目标：

- 利用每次患者来诊的机会指导其制定短期和长期的生育计划。
- 尊重并积极参与患者的妊娠计划，根据患者的需求和倾向提供孕前或者避孕咨询。
- 与患者讨论避孕方法的种类和使用范围，帮助她们选择合适的避孕方法避免妊娠。
- 让患者理解妊娠计划和间隔的重要性，减少不良的妊娠结局。
- 了解平价医保政策及本地区的政策，以便给患者提供免费或低廉的避孕方法。
- 支持减少贫困、人种、种族卫生服务差异的举措，因为这些都是导致非意愿妊娠的根源。

## 背景

### 非意愿妊娠的公共卫生负担

非意愿妊娠是指不和时机或不想要的妊娠。美国每年有 340 万非意愿妊娠，约占总妊娠的一半，影响广大妇女儿童的健康，同时也造成了巨大的卫生经济负担。非意愿妊娠可能导致孕产妇抑郁、孕妇遭受暴力风险增高、产前保健延迟、给很多家庭带来过重的经济负担。因非意愿妊娠所致的小于 18 月的过短的妊娠间隔（本次分娩至下次妊娠）可能导致不良的产科结局。美国每年的流产约为 110 万次，其中绝大多数为非意愿妊娠相关的流产。非意愿妊娠分娩的新生儿发生出生缺陷、低体重儿的风险更高，幼儿期出现心理和身体功能障碍的风险也更高。

### 制定有效生育计划的举措

生育计划是个人关于是否、何时、如何生育子女的计划，是依据个人意愿、经济状况、价值观而制定的。临床医生经常缺乏对患者避孕措施及健康查体等的讨论。其实，有很多机会，甚至包括急救和产前检查，都可用于指导患者制定生育计划。Jeanne Counry 医生在 2013 年就任美国妇产科学会主席时曾发表题为“每名女性、每时每刻”的演讲，提出应抓住住患者与医疗卫生部门接触的每一次机会鼓励和指导她们制定生育计划。妇产科医生及医疗卫生工作者，不但要与女性讨论和指导避孕方法，同时也应建议和指导女性在孕前力所能及的养成健康的生活习惯以利于优质妊娠。不论以何为主诉的患者，就诊时都应积极宣教以减少非意愿妊娠、促进孕产妇健康、改善妊娠结局。当然，帮助女性做好生育计划的第一步是善于提问。

“一个关键问题<sup>®</sup>”的提问可用于女性生育计划的筛查，以求高效的提供初级卫生保健服务。对于年龄在 18-50 岁的女性患者，可首先询问其未来 1 年内是否计划妊娠（表 1），如果答案是否定的，则根据其健康情况、价值取向、教育背景、可获得的避孕方法及个人倾向指导选择避孕方法，并应具体指导其正确和长期使用所选的避孕方法。如果答案是肯定的，医生应提供孕前咨询，与其讨论有循证依据的良好生活方式，使其在备孕期间保持理想的健康状态。

**表 1. 了解女性生育计划的问题**

一个关键问题：

您在未来的一年内有可能怀孕吗？

疾病防治和控制中心关于生育计划的推荐：

您目前有孩子吗？

您是否想要（还想要）孩子？

您计划要（还想要）几个孩子？打算什么时间要？

美国疾病预防控制中心、健康与人类工作服务部发布的关于提供高质量的计划生育服务的报告指出：应根据女性及其性伴侣或配偶的需求和偏好，提供有循证依据的避孕或助孕指导。报告还推荐使用表 1 中的三个问题建立医生和患者间有效、高效的沟通。对于一部分女性，尤其是少数民族女性、低收入女性和青少年，可能对医疗工作者缺乏信任，因此不愿意讨论其性行为或者不能充分表达其避孕需求和生

育计划。不论在家庭诊所、私立或公立医疗机构、甚至急诊救护中，应用表中的三个问题将有助于患者和医生或其他医务工作者就其妊娠计划开展开放、坦诚的讨论。

关于提供高质量的计划生育服务的报告还提到鼓励全面的生育计划服务，包括妊娠的测试和咨询、帮助女性成功妊娠、不孕症的基本咨询、孕前保健及性传播疾病的预防和治疗。强烈推荐在家庭医疗中提供疾病预防和健康咨询，并应将此视为高质量家庭健康服务的一部分。

### 非意愿妊娠分布的差异

更多少数民族和低收入女性经历过非意愿妊娠，是白种人和高收入女性的 2-3 倍。医疗欠发达或少数民族聚居地获取避孕方法有限是造成这种差异的主要原因。经济受限会进一步阻碍其使用并长期坚持使用所选择的避孕方法，进一步导致非意愿妊娠或流产率的升高又加重了经济收入的差距。美国医学会推荐教育和向女性介绍所有 FDA 许可的避孕方法，并将此作为预防保健服务的核心。尽管根据平价医疗法案，对于育龄期参加保险的女性，大多数避孕方法是医保覆盖免费的，但仍存在部分女性因未参加保险而不能享受这种免费服务。

### 加强避孕方法使用和坚持的教育

非意愿妊娠的核心是避孕不足，避孕方法的不正确使用以及对其不良反应的误解，尤其是激素类避孕药或可逆的长效避孕方式不良反应的误解。至少 52% 的非意愿妊娠是在没有使用任何避孕措施时发生的，而 43% 的非意愿妊娠是因为避孕方法使用不当。一项涵盖了近 10000 名育龄期女性的避孕选择项目，评估结构化的避孕咨询和免费提供长效可逆避孕措施的效果。研究结果发现，在忙碌的临床机构也可以进行结构化的避孕咨询，并且这种咨询可以提高女性的避孕知识，促使她们坚持使用所选择的避孕方法。研究还发现，当避孕方法均都免费时，女性更倾向于选择最有效的避孕方法，使非意愿妊娠、流产和青少年分娩的比例均降低。爱荷华州和科罗拉多州均在全州范围内推行了低价或免费的避孕政策，得到了与上述研究相似的结果。因此美国妇产科协会大力提倡国家或州府为改善和维持避孕所做的努力，鼓励推行低价或免费的避孕方法以达到有效避孕。

### 结论

每名有生育能力的女性都应制定生育计划。为减少非意愿妊娠的比例，妇产科医生应坦诚并有效的了解患者的妊娠意向，并指导她们实施并坚持使用避孕方法。

### 更多信息

ACOG 为妇产科医生、卫生保健人员和患者提供了更多的信息，请参见：

<http://www.acog.org/More-Info/UnintendedPregnancy>

文献引自：Committee Opinion No. 654: Reproductive Life Planning to Reduce Unintended Pregnancy. Obstet Gynecol. 2016;127(2):e66-e69.

（李晓川）