

응급피임법 Emergency contraception (EC)

응급피임법이란?

응급피임법은 무방비 성관계 또는 피임 실패 후에 임신을 방지해줍니다. 피임 실패의 한 예는 찢어진 콘돔입니다. 응급피임법은 성매개감염(STI)을 예방해주지 않으며, 이미 임신했을 경우에 인공 유산 또는 자연 유산을 일으키지 않습니다. 임신이 이루어지지 않도록 방지해줄 뿐입니다.

주의: 응급피임법은 인공 유산과 다른 것입니다. 인공 유산은 임신을 끝내는 것입니다. 인공 유산은 약물적 유산과 수술적 유산이 있습니다. 약물적 유산은 임신 9 주 미만일 경우 집에서 복용할 수 있는 일련의 알약(Mifegymiso®)입니다. 수술적 유산은 일반적으로 임신 9 주 이후에 시행됩니다. 약물적 유산 및 수술적 유산은 BC 주 주민에게는 무료입니다.

더 많은 정보에 대한 안내는 604-683-7151 (로어메인랜드) 또는 1-800-663-7100 (무료 전화)으로 문의하십시오.

어떤 종류의 응급피임법이 있나?

응급피임법에는 두 종류가 있습니다.

1. 응급피임약
2. 구리 IUD(자궁 내 장치)

응급피임약

응급피임약에는 두 종류가 있으며 '사후피임약'이라고 불리기도 합니다. 다음날 아침에 바로 복용할 필요는 없지만, 빨리 복용할수록 효과적입니다.

한 종류의 응급피임약에는 '레보노르게스트렐'이라는 프로세스틴이 들어 있습니다(Plan B 및 Contingency One 등의 무상표 제품). 무방비 성관계 후 72 시간(3 일) 이내에 복용할 때 가장 효과적입니다.

다른 한 종류에는 '울리프리스탈'(Ella)이라는 약물도 들어 있습니다. 무방비 성관계 후 120 시간(5 일) 이내에 복용할 때 효과적입니다.

프로세스틴 및 울리프리스탈이 든 응급피임약은 배란(난소에서 난자가 배출되는 현상)을 중지 또는 지연시킵니다. 그러나 모든 피임법이 그렇듯 이런 약도 100% 효과가 있는 것은 아닙니다. 체질량지수가 높은 사람에게는 덜 효과적일 수 있습니다(이하의 '약의 효과 여부를 어떻게 알 수 있나?' 단원 참조).

응급피임약은 최대한 빠르고 정확하게 용법대로 복용하는 것이 매우 중요합니다.

구리 IUD(자궁내 장치)

구리 IUD 는 구리에 싸여 있는 T 자형의 작은 플라스틱 기구로서, 보건의료 서비스 제공자가 자궁에 삽입합니다(질을 통해). 구리 IUD 는 무방비 성관계 후 7 일 이내에 삽입할 경우 가장 효과적인 응급피임법입니다.

응급피임법의 하나인 구리 IUD 는 수정이 이루어지기 전에 화학적 변화를 일으켜 정자와 난자를 손상시켜 수정을 막습니다. 모든 피임법이 그렇듯, IUD 도 100% 효과가 있는 것은 아닙니다.

구리 IUD 의 한 가지 장점은 원할 경우 최대 10 년 동안 자궁 내에 삽입된 채로 효과적인 피임법으로 사용할 수 있다는 것입니다.

언제 응급피임법을 사용할 수 있나?

다음과 같은 경우에 응급피임법을 사용할 수 있습니다.

- 무방비 성관계를 가졌거나, 성관계 상대가 귀하의 성기에 사정한 경우(질외사정법 사용)
- 콘돔이 찢어졌거나, 벗겨졌거나, 샌 경우
- 성관계 후 6 시간 이내에 질 격막 또는 자궁경부 캡이 밀려나거나 찢어지거나 빠져나온 경우
- 피임약을 첫 주에 1 정을 복용하지 않은 경우
- 연속 3 일 이상 피임약을 복용하지 않은 경우
- 노르에틴드론 성분만 든 약(Movisee, Jencycla)을 3 시간 이상 복용하지 않은 경우

- 드로스피레논 성분만 든 약(Slynd)을 2 일 이상 복용하지 않은 경우
- 마지막으로 데포-프로베라(Depo-Provera®) 주사를 맞은 지 13 주가 넘은 경우
- 질에서 누바링(NuvaRing®, Haloette)을 빼낸 지 3 시간 이상 초과된 경우
- 피임 패치가 저절로 떨어진 경우
- 48 시간 이상 피임 패치를 새로 붙이거나 교체하지 않은 경우
- 성폭행을 당한 경우

부작용이 있나?

부작용은 드물며 오래 지속되지 않습니다.

응급피임약

응급피임약을 복용한 후 구역질이나 구토가 날 수 있으며, 생리 예정일에 생리가 시작하지 않을 수도 있습니다. 응급피임약을 복용하기 최소 30 분 전에 그라볼(Gravol) 등의 항구토제를 복용하면 위장 불편감을 예방하는데 도움이 될 수 있습니다.

프로세스틴만 든 응급피임약을 복용한 지 2 시간 이내에 구토할 경우, 한 번 더 먹어야 할 수도 있으므로 보건 의료 서비스 제공자에게 문의하십시오.

울리프리스탈이 든 응급피임약을 복용한 지 3 시간 이내에 구토할 경우, 약을 한 번 복용해야 합니다.

응급피임약의 덜 흔한 부작용은 다음과 같습니다.

- 복통 또는 위경련
- 두통
- 어지럼증
- 피로
- 유방 또는 가슴의 통증
- 일주일에서 한 달 이내에 나타나는 질 출혈 후의 점적 질에서의 혈흔 또는 출혈

이미 임신 중인 경우, 응급피임약이 임신을 중단시키거나 태아에 위험이 되지는 않습니다.

구리 IUD

IUD 의 부작용은 다음과 같습니다.

- 시술 중/후의 통증 또는 경련
- 감염

- IUD 가 자궁에서 빠져나오거나 자궁에 구멍을 낼 가능성

- 생리통의 악화 또는 생리량의 증가

IUD 사용을 선택할 경우, 보건 의료 서비스 제공자와 부작용에 대해 상담하십시오.

누구나 응급피임법을 사용할 수 있나?

대부분의 사람들은 피임약을 평소의 피임 방법으로 사용할 수 없더라도 응급피임약을 안전하게 복용할 수 있습니다. 보건 의료 서비스 제공자는 귀하의 응급피임약 복용 여부를 알려줄 수 있습니다.

응급피임약을 복용할 수 없거나 구리 IUD 를 응급피임법으로 사용하기로 결정한 경우, 보건 의료 서비스 제공자는 임신 검사를 하고 IUD 사용에 지장이 될 수 있는 질환이 없는지 검사를 합니다.

어디서 응급피임 약/시술을 받을 수 있나?

프로세스틴만 든 응급피임약(Plan B 및 무상표 제품)은 처방전 없이 다음 공급처에서 구할 수 있습니다.

- 약국
- 공중보건 간호사
- 워크인 클리닉
- 청소년 클리닉
- 성보건 클리닉
- 여성 보건 클리닉 또는 성폭력 상담소
- 종합병원 응급실
- 의사

울리프리스탈이 든 응급피임약은 보건 의료 서비스 제공자의 처방전을 요합니다.

비상시에 사용할 응급피임약 미리 구매 놓을 수도 있습니다.

IUD 시술은 많은 의사와 일부 클리닉에서 받을 수 있으며, IUD 는 보건 의료 서비스 제공자가 삽입해야 합니다.

일부 응급피임법은 무료로 받을 수 있습니다. 다양한 응급피임법 옵션에 대해 보건 의료 서비스 제공자와 상담하십시오.

더 많은 정보에 대한 안내는 Options for Sexual Health 에 전화로 문의(무료 전화 1-800-739-7367)하거나 www.optionsforsexualhealth.org 를 방문하십시오.

청소년은 부모의 동의가 필요한가?

아닙니다. 부모 또는 후견인의 동의 없이 응급피임약을 포함한 피임약을 처방을 받거나 복용할 수 있습니다.

약의 효과 여부를 어떻게 알 수 있나?

응급피임약의 효과는 복용 시기, 약의 종류, 생리주기상의 시점 등에 의해 결정됩니다. 체질량지수가 높은 사람에게는 덜 효과적일 수 있습니다.

구리 IUD 가 가장 효과적인 응급피임법이며 체중의 영향을 받지 않습니다.

응급피임약을 복용한 후 3 주 이내에 생리가 시작되어야 합니다. 3 주 이내에 생리가 없을 경우에는 임신 검사를 해봐야 합니다. 임신 검사는 스스로 하거나 보건의료 서비스 제공자에게 받을 수 있습니다. 임신 테스트기는 약국이나 마트에서 구입할 수 있습니다.

자세히 알아보기

이미 임신한 것 같은 경우, 옵션에 대해 보건의료 서비스 제공자와 상담하십시오.

BC 주에서 임신 옵션 등 임신 상담 서비스에 대한 안내를 원할 경우, BC Women's Hospital & Health Centre 의 Counselling Services 웹페이지 (www.bcwomens.ca/our-services/abortion-contraception)를 방문하거나 Pregnancy Options Service (1-888-875-3163) 또는 Sex Sense(BC 주 전역에서는 1-800-739-7367, 로어메인랜드의 경우 604-731-7803)에 전화 문의하십시오.

응급피임 방법으로 IUD 를 급히 삽입할 수 있는 의사를 찾고자 할 경우, [EC-IUD Rapid Access Network](http://www.ec-iud-rapid-access-network.ca) 로 연락하십시오.

성폭행을 당한 경우, 비밀이 보장되는 지원 및 관련 정보, 그리고 선택할 수 있는 방안에 대해 다음의 자료를 참고하시기 바랍니다.

- VictimLinkBC: www2.gov.bc.ca/gov/content/justice/criminal-justice/victims-of-crime/victimlinkbc, 또는 무료 전화 1-800-563-0808
- Government of Canada: Victims of crime www.canada.ca/en/services/policing/victims.html

더 많은 정보에 대한 안내는 [HealthLinkBC File #080](http://www.healthlinkbc.ca/healthlinkbc-files) [성매개감염\(STI\) 예방하기](http://www.healthlinkbc.ca/healthlinkbc-files)를 참고하십시오.

더 많은 HealthLinkBC File 주제를 찾아보려면 www.healthlinkbc.ca/health-library/healthlinkbc-files 또는 관내 보건소를 방문하십시오. BC주 내에서 비응급 보건 정보 및 조언을 찾아보려면 www.healthlinkbc.ca를 방문하거나 8-1-1(무료 전화)로 전화하십시오. 청각 장애인은 7-1-1로 전화하십시오. 요청에 따라 130여 개 언어로의 번역 서비스가 제공됩니다.