

การคุมกำเนิด

ช่วยป้องกันไม่ให้เกิดการตั้งครรภ์ที่ไม่ต้องการหรือตั้งครรภ์ในขณะที่ยังไม่พร้อมหรือช่วยเว้นระยะบุตรตามที่ต้องการ



ยาคุมทำให้ไม่ท้องได้อย่างไร

1. ยับยั้งไข่ตกเมื่อไข่ไม่ตก ก็ไม่มีไข่ให้สุจิไปผสม
2. เปลี่ยนแปลงเยื่อโพรงมดลูก ทำให้เยื่อโพรงมดลูกไม่เหมาะสมที่ไข่ที่ผสมแล้วจะฝังตัว
3. เปลี่ยนแปลงสภาพของมูกที่ปากมดลูก ให้เป็นต่าง และเหนียวข้นขึ้น ทำให้อสุจิผ่านเข้าไปในมดลูกได้ยาก
4. เปลี่ยนแปลงการเคลื่อนไหวของท่อนำไข่ ทำให้ไข่ที่ผสมแล้วเดินทางเร็ว ไปถึงมดลูกเร็วเกินไปจนไม่สามารถฝังตัวได้



ในที่นี้จะกล่าวถึงการคุมกำเนิดโดยใช้ยาคุมกำเนิด

1. ยาคุมกำเนิดชนิดฮอร์โมนรวม

ประกอบด้วยฮอร์โมนเอสโตรเจนและโปรเจสทิน ซึ่งในหนึ่งแผงมี 2 แบบ คือ แบบ 21 เม็ด และ 28 เม็ด โดยจำนวนเม็ดยาที่มีฮอร์โมนมี 21 เม็ด อีก 7 เม็ดเป็นเม็ดแป้งหรือวิตามิน/ธาตุเหล็ก



วิธีการกินยาคุมกำเนิดฮอร์โมนรวม

1. เริ่มกินยาเม็ดแรกในวันที่ 1-5 ของรอบเดือน (นับวันที่รอบเดือนมาวันแรกเป็นวันที่ 1)
2. กิน 1 เม็ด ก่อนนอนทุกวัน ให้ตรงเวลาทุกวัน วัน เช่น กินยา เวลา 2 ทุ่ม ตรงกันทุกวัน เพื่อลดภาวะเลือดออกกระหว่างรอบเดือน
3. เมื่อหมดแผงแล้ว
 - ชนิด 28 เม็ด เริ่มใหม่ได้เลย ไม่ต้องหยุดยา
 - ชนิด 21 เม็ด เมื่อหมดแผงแล้ว ให้เว้นไป 7 วันจึงเริ่มกินแผงใหม่

- ในการกินยาแผงแรก ถ้าเริ่มกินอยู่ในช่วง 1-5 วันแรกของการมีรอบเดือนและไม่ลืมกินยา มั่นใจได้ถึงประสิทธิภาพการคุมกำเนิด
- ประจำเดือนของรอบเดือนต่อไป จะมาเมื่อกินยาเม็ดฮอร์โมนสุดท้ายหมดหรือระหว่างที่กินยา 7 เม็ดที่ไม่มีฮอร์โมน

ลืมกินยาคุม (ฮอร์โมนรวม) ทำอย่างไร?

- 1.) ลืมกิน 1 เม็ด
 - : ลืม < 12 ชม. กิน 1 เม็ดทันทีที่นึกได้
 - : ลืม > 12 ชม. กิน 2 เม็ด (เม็ดที่ลืม&เม็ดของวันนี้) หลังจากนั้นกินปกติ
- 2.) ลืมกิน 2 เม็ด
 - : กินยาเพิ่มเป็นวันละ 2 เม็ด ติดต่อกัน 2 วัน หลังจากนั้นกินปกติ & ใช้วิธีการคุมกำเนิดอื่นร่วมด้วย 7 วัน
- 3.) ลืมกิน 3 เม็ด : หยุดยาคุมแผงนั้นทันที รอให้รอบเดือนมา เริ่มกินแผงใหม่ อย่าลืมใช้วิธีคุมกำเนิดอื่นด้วย



****สตรีที่ให้นมบุตร ไม่แนะนำให้ใช้ยาเม็ดฮอร์โมนรวม เนื่องจากเอสโตรเจนมีผลลดปริมาณและคุณภาพน้ำนม****

ภาวะผิดปกติที่ต้อง**รีบมาพบแพทย์** ระหว่างที่กินยาคุมกำเนิดฮอร์โมนรวมติดต่อกัน

1. ปวดท้องรุนแรง
2. เจ็บหน้าอกรุนแรงและฉับพลัน ไอเป็นเลือด หายใจขัดฉับพลัน ปวดแปลบเมื่อหายใจเข้า
3. ปวดศีรษะรุนแรงอย่างผิดปกติ(ไม่เคยเป็นมาก่อน)
4. สูญเสียการมองเห็น มองเห็นภาพซ้อน
5. ปวดน่องอย่างรุนแรง

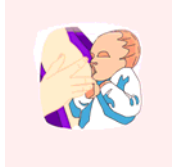
2. ยารับประทานชนิดมีเฉพาะโปรเจสทิน

ในหนึ่งแผงประกอบด้วยโปรเจสติน 28 เม็ด
ประสิทธิภาพในการคุมกำเนิดน้อยกว่าชนิดฮอร์โมน
รวม

สตรีที่เหมาะสมกับยาคุมนี้คือ

1. ผู้มีภาวะข้อห้ามใช้ยาคุมที่มีเอสโตรเจน
2. สตรีที่มีอายุ 35 ปีขึ้นไป
3. สตรีที่สูบบุหรี่ > 20 มวน/วัน
4. สตรีที่**ให้นมบุตร**(โปรเจสตินไม่มีผลต่อปริมาณ
และคุณภาพน้ำนม) เริ่มกินยา

คุมได้หลังจากคลอด 3
สัปดาห์ขึ้นไป



วิธีการกินยาคุมกำเนิดที่มีเฉพาะโปรเจสติน

- 1 เริ่มกินยาเม็ดแรกในวันแรกที่ประจำเดือนมา
- 2 กิน 1 เม็ด **ตอนกลางวัน**ทุกวันให้ตรงเวลา
- 3 เมื่อหมดแผงแล้วเริ่มใหม่ได้เลย ไม่ต้องหยุดยา

ลืมกินยาคุมที่มีเฉพาะโปรเจสติน!

- 1.) ลืมกิน 1 เม็ด ให้กินทันทีที่นึกได้
ลืมกินยาเลย 3 ชั่วโมง ให้กินเม็ดสุดท้ายที่ลืม & ใช้วิธีการ
คุมกำเนิดอื่นร่วมด้วย 48 ชั่วโมง และกินเม็ดต่อไปตาม
เวลาปกติ
- 2.) ลืมกิน 2 เม็ดขึ้นไปติดต่อกัน & ประจำเดือนไม่มา
ภายใน 4-6 สัปดาห์ ควรทดสอบการตั้งครรภ์

ยาคุมกำเนิดฉุกเฉิน

ฉบับที่ 2/51

ประจำเดือน มี.ค.-เม.ย.51

ยาคุมกำเนิด



ด้วยความปรารถนาดี

กลุ่มงานเภสัชกรรม โรงพยาบาลสตูล



074723500 ต่อ 124

“ใช้หลังมีเพศสัมพันธ์ที่**ไม่ได้ป้องกัน**ล่วงหน้า สตรีที่
เสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ เช่น มีเพศสัมพันธ์ที่
ไม่ยินยอม, ผิดพลาดในการคุมกำเนิดด้วยวิธีอื่น”

1 การใช้ยาคุมชนิดฮอร์โมนรวม

ช่วยลดอัตราการตั้งครรภ์ได้ 75 %

วิธีการกินยา : กิน 2 หรือ 4 เม็ด(ขึ้นกับขนาด
ฮอร์โมน)ภายในไม่เกิน 72 ชม. และ อีก 2 เม็ด
หรือ 4 เม็ด(ขึ้นกับขนาดฮอร์โมน)อีก 12 ชม.
ประสิทธิภาพสูงสุดเมื่อกินภายใน 24 ชม.

2 การใช้โปรเจสตินอย่างเดียวในขนาดสูง

ช่วยลดอัตราการตั้งครรภ์ได้ 85 %

วิธีการกินยา

กิน 1 เม็ดภายในไม่เกิน 72 ชม. และ
อีก 1 เม็ดอีก 12 ชม.

- มี 2 ยี่ห้อ : Postinor®

Madonna®



***หลังแต่งงานแล้ว ควรปรึกษาแพทย์ เรื่องการ
วางแผนครอบครัว***



ข่าวสารดี.....ภาพ