

# โรคติดเชื้อระบบสืบพันธุ์น้ำรั้ว : ถุงยางอนามัย

อ.พญ.เจนจิต ฉายะจินดา

หน่วยโรคติดเชื้อทางนรีเวชและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์สตรี

ภาควิชาสูติศาสตร์-นรีเวชวิทยา

Faculty of Medicine Siriraj Hospital

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

ถุงยางอนามัยมีบทบาทสำคัญในการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และการคุมกำเนิด ในปัจจุบัน มีถุงยางอนามัยให้เลือกใช้ ทั้งแบบสำหรับสตรีและแบบสำหรับบุรุษ ถุงยางอนามัยสำหรับบุรุษ จะใช้คลุมองคชาตในขณะที่มีการแข็งตัวเต็มที่ ในขณะที่ถุงยางอนามัยสำหรับสตรีจะปกป้องกันพื้นผิวของช่องคลอด วัสดุที่ใช้สำหรับถุงยางอนามัย ได้แก่ ยางลาเท็กซ์หรือพลาสติกชนิดหนึ่งเรียกว่า โพลียูรีเทน

## ประสิทธิภาพของถุงยางอนามัย

สำหรับประสิทธิภาพในการคุมกำเนิด โดยทั่วไปหากผู้หญิงวัยเจริญพันธุ์ 100 คน มีเพศสัมพันธ์ โดยไม่ได้ป้องกันเป็นเวลา 1 ปี พบว่า 80-90 คน จะตั้งครรภ์ หากใช้ถุงยางอนามัยสำหรับบุรุษอย่าง ถูกต้องพบว่าเพียง 2 จาก 100 คน จะตั้งครรภ์ แต่หากใช้ถูกบ้างไม่ถูกบ้าง จะมีโอกาสตั้งครรภ์ถึง 15 จาก 100 คน ในขณะที่ หากใช้ถุงยางอนามัยสำหรับสตรีอย่างถูกต้องประมาณ 5 จาก 100 คน จะตั้งครรภ์ แต่ หากใช้ไม่สม่ำเสมอ จะมีโอกาสตั้งครรภ์สูงกว่ามาก คือประมาณ 15-20 จาก 100 คน สำหรับถุงยาง อนามัยที่ออกแบบเพื่อเพิ่มความสุขในขณะที่ร่วมเพศ เช่น มีตัวตุ๊กตา รอยตะปุ่มตะป่ำขนาดใหญ่ พบว่าจะมี ประสิทธิภาพในการคุมกำเนิดลดลง

สำหรับประสิทธิภาพในการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ถุงยางอนามัยสามารถป้องกันโรค ส่วนใหญ่ได้ ยกเว้นโรคที่ติดจากการสัมผัสหรือความใกล้ชิด เช่น โลงน หิด เริม หูดหงอนไก่ หูดข้าวสุก เป็นต้น

## อะไรทำให้ถุงยางอนามัยมีประสิทธิภาพลดน้อยลง

ประสิทธิภาพในการคุมกำเนิดลดลงเมื่อมีการถูไถระหว่างอวัยวะเพศชายและอวัยวะเพศหญิง ในช่วงเส้าโลมก่อนการสอดใส่ โดยพบว่าจะมีเชื้ออสุจิบางส่วนออกมาในช่วงนี้ได้ นอกจากนี้ การที่ถุงยางอนามัยแตก หลุด หรือเสื่อมคุณภาพ นอกจากนี้ การใช้สารหล่อลื่นที่เป็นน้ำมันจะทำให้ถุงยาง อนามัยที่ทำจากยางลาเท็กซ์แตกง่าย สำหรับถุงยางอนามัยสำหรับสตรี พบว่าบ่อยครั้งที่การสอดใส่ของ อวัยวะเพศชายเข้าไปนอกตัวถุงยาง หากเกิดกรณีแบบนี้ขึ้น ท่านควรรับประทานยาคุมฉุกเฉินภายใน 72 ชั่วโมง เพื่อป้องกันการตั้งครรภ์

## ข้อดีของถุงยางอนามัย

ใช้เมื่อมีเพศสัมพันธ์เท่านั้น สามารถช่วยลดโอกาสการรับเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์รวมถึง การติดเชื้อเอชไอวี และป้องกันการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ได้ ผลข้างเคียงจากการใช้น้อยมาก ใช้ง่ายและหาซื้อง่าย

## ข้อเสียของถุงยางอนามัย

ลดการสัมผัสทางเพศลงเล็กน้อย ชัดแจ้งหวัะความต่อเนื่องของการมีเพศสัมพันธ์ ทั้งในระหว่างการสวมใส่และหากมีการหลุดหรือแตก สตรีบางรายมีอาการแพ้ถุงยางอนามัยจนมีอาการตกขาวและแสบในช่องคลอด นอกจากนี้ ผู้ใช้จะต้องใช้ถุงยางอนามัยอย่างถูกต้องเคร่งครัดทุกขั้นตอน

## ใครบ้างที่ใช้ถุงยางอนามัยไม่ได้

คนที่แพ้วัสดุที่ใช้ทำถุงยางอนามัย ผู้ชายที่องคชาติไม่แข็งตัวเต็มที่หรือแข็งตัวเต็มที่เพียงช่วงเวลาสั้นๆ

## จะเลือกใช้ถุงยางอนามัยสำหรับบุรุษหรือสำหรับสตรีดี

ขึ้นอยู่กับความถนัดของแต่ละคู่ ถุงยางอนามัยสำหรับผู้หญิงยังไม่แพร่หลายในประเทศไทย เนื่องจาก จะต้องสอดใส่ถุงยางเข้าไปในช่องคลอดก่อนการมีเพศสัมพันธ์ ลึกลงไปจนถึงปากมดลูก พบว่าถุงยางอนามัยนี้อาจไม่ได้แนบสนิทกับช่องคลอดเหมือนถุงยางอนามัยสำหรับผู้ชาย ทำให้เกิดเสี่ยงเวลาเกิดการเสียดสีและลดความรู้สึกทางเพศในฝ่ายหญิงได้

## จะต้องใช้ยาฆ่าเชื้อจุลินทรีย์ด้วยหรือไม่

ไม่จำเป็น ถ้าใช้ถุงยางอนามัยได้อย่างถูกต้อง ตั้งแต่ก่อนมีการสอดใส่ครั้งแรก ถุงยางอนามัยบางยี่ห้อมีการเคลือบยาฆ่าเชื้อจุลินทรีย์อยู่แล้ว พบว่ามีผู้หญิงบางคนแพ้สารตัวนี้ และอาจทำให้เกิดรอยถลอกในช่องคลอด จนเพิ่มความเสี่ยงในการติดเชื้อเอชไอวี และคลาไมเดียได้

## จำเป็นต้องใช้สารหล่อลื่นร่วมด้วยหรือไม่

โดยทั่วไป ถุงยางอนามัยจะมีสารหล่อลื่นเคลือบอยู่แล้ว หากไม่ชอบกลิ่น สามารถเลือกใช้ถุงยางอนามัยที่มีกลิ่นดัดแปลงที่หอมขึ้น บางคนนิยมใช้สารหล่อลื่นเพิ่มอีก เพราะในการมีเพศสัมพันธ์ปกติจะมีสารหล่อลื่นจากทั้งฝ่ายหญิงและฝ่ายชายออกมาในช่วงที่มีความตื่นตัวทางเพศ หากฝ่ายชายใส่ถุงยางอนามัยแล้ว นำหล่อลื่นจากฝ่ายหญิงอย่างเดียวอาจไม่เพียงพอ ในกรณีที่ต้องใช้สารหล่อลื่น ไม่ควรใช้สารหล่อลื่นชนิดละลายในน้ำมันกับถุงยางอนามัยที่ทำจากยางลาเท็กซ์ เพราะจะทำให้ถุงยางแตกง่าย สำหรับการมีเพศสัมพันธ์ทางทวารหนัก จะต้องใช้สารหล่อลื่นเสมอ

## วิธีการใช้ถุงยางอนามัยสำหรับบุรุษ

ขั้นตอนแรก ท่านจะต้องเลือกซื้อให้เหมาะสมกับขนาดขององคชาติ ในประเทศไทยมี 2 ขนาดคือ

ครึ่งหนึ่งของเส้นรอบวงยาว 49 มม. และ 52 มม. ขนาดใหญ่กว่าจะมีความยาวมากกว่า จากนั้นตรวจสอบ วันหมดอายุและรอยฉีกขาดเดิม ไม่ควรใช้หากพบว่าช่องฉีกขาด ใช้มือฉีกซองโดยไม่ควรใช้กรรไกรตัด

ถุงยางอนามัยมี 2 ด้าน ใช้ด้านที่มีขอบมนอยู่ด้านนอก โดยบีบกระเปาะส่วนปลาย ซึ่งมีหน้าที่ เก็บกักน้ำอสุจิแล้วนำไปครอบบนองคชาติที่แข็งตัว จากนั้น ค่อยๆ รูดไปจนถึงโคน แล้วจึงสามารถเริ่มมีการ สอดใส่ได้ ในกรณีที่ใส่ผิดด้าน จะทำให้ไม่สามารถรูดถุงยางอนามัยไปที่โคนองคชาติได้ ควรทิ้งถุงยาง อนามัยนั้นไปเลย เพราะอาจมีเชื้ออสุจิบางส่วนติดที่ถุงยางอนามัยทำให้เกิดการตั้งครรภ์

หลังจากมีการหลั่งน้ำอสุจิออกไปแล้ว ควรเอาถุงยางออกทันทีและทิ้งในถังขยะ ไม่ควรทิ้งใส่ในชักโครก เพราะอาจทำให้ส้วมตัน การเอาถุงยางออกทำโดยค่อย ๆ ใช้กระดาษทิชชูรูดถุงยางอนามัยออกจากองคชาติและล้างอวัยวะเพศทันที และไม่นำอวัยวะเพศไปใกล้กับอวัยวะเพศของฝ่ายหญิง หากปล่อยให้องคชาติอ่อนตัวมากเกินไป จะทำให้น้ำอสุจิออกมาเลอะเทอะได้ และเพิ่มความเสี่ยงในการตั้งครรภ์

### วิธีการใช้ถุงยางอนามัยสำหรับสตรี

เช่นเดียวกับถุงยางอนามัยสำหรับบุรุษ คือ ใส่ถุงยางอนามัยก่อนมีเพศสัมพันธ์เสมอ ตรวจสอบ วันหมดอายุและรอยฉีกขาดของซอง สามารถใส่ถุงยางอนามัยในขณะที่นอน นั่งยองๆ หรือยกขาวางบนเก้าอี้ข้างหนึ่ง จากนั้น จึงค่อยฉีกซอง (ห้ามใช้กรรไกรตัด) ถุงยางอนามัยสำหรับสตรีมีวงขอบพลาสติก 2 ด้าน เป็นวงเล็กและวงใหญ่ให้บีบวงเล็กและค่อยๆ สอดเข้าไปในช่องคลอด โดยใช้นิ้วโป้งและนิ้วกลาง แล้วใช้นิ้วกลางดันเข้าไปในช่องคลอดจนวงพลาสติกเล็กลงไปครอบบริเวณปากมดลูก หรือเข้าไปลึกสุดเท่าที่ทำได้ โดยในจังหวะนี้วงพลาสติกจะติดกับด้านในของกระดูกหัวเหน่า ส่วนมืออีกข้างใช้ในการช่วยแหวกแคม นอกและแคมในของอวัยวะเพศออกจากกัน ขอบพลาสติกด้านนอกจะเปิดบานออกที่ปากช่องคลอด ฝ่ายหญิงควรเป็นผู้จับองคชาติเข้าไปในถุงยางอย่างถูกต้อง การเอาถุงยางออก ทำโดยบิดวงพลาสติกด้านนอกออกในลักษณะเป็นเกลียวและดึงถุงยางออกอย่างช้าๆ เพื่อให้ น้ำอสุจิยังคงอยู่ในถุง

### การเก็บรักษาถุงยางอนามัยที่ได้จึงเหมาะสม

หลีกเลี่ยงบริเวณที่มีความร้อนและความชื้นสูง

### หากท่านมีข้อสงสัย หรือต้องการรับข้อมูลเพิ่มเติม

กรุณาติดต่อ หน่วยโรคติดต่อทางนรีเวชและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์สตรี (คลินิก 309) ตึกผู้ป่วยนอก ชั้น 3 โรงพยาบาลศิริราช โทรศัพท์ 02-419-7377 , 02-419-4899 ในวันและเวลาราชการ E-mail

address: [siriraj.309@hotmail.com](mailto:siriraj.309@hotmail.com) หรือ [siriraj.309@gmail.com](mailto:siriraj.309@gmail.com)