

# ยาคุมกำเนิดชนิดฮอร์โมนรวม

รศ. พญ. ภัทราภรณ์ วงศ์วานานุกฤษ

ภาควิชาสูติศาสตร์ – นรีเวชวิทยา

Faculty of Medicine Siriraj Hospital

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

ยาเม็ดคุมกำเนิดมีหลากหลายชนิด ชนิดหนึ่งที่มีความนิยมและมีประสิทธิภาพ คือ ยาเม็ดคุมกำเนิดชนิดฮอร์โมนรวม มาทำความรู้จักกันว่าเป็นอย่างไร

ยาเม็ดคุมกำเนิดเป็นยาที่มีส่วนผสมของฮอร์โมนเพศหญิง มีผลป้องกันการตั้งครรภ์ โดยการยับยั้งการตกไข่ ทำให้เยื่อบุมดลูกมีสภาพไม่พร้อมต่อการฝังตัวของตัวอ่อน ทำให้มูกที่ปากมดลูกเหนียวข้น เป็นอุปสรรคต่อการเคลื่อนที่ของอสุจิ จึงทำให้ไม่สามารถเข้าไปปฏิสนธิกับเซลล์สืบพันธุ์ของสตรีได้ และเป็นวิธีคุมกำเนิดที่ใช้แพร่หลาย เนื่องจากหาได้ง่าย ใช้สะดวก มีหลายชนิด

ยาเม็ดคุมกำเนิดฮอร์โมนรวม มี 2 แบบด้วยกัน คือ ชนิด 21 เม็ด และ 28 เม็ด จะเป็นตัวยาฮอร์โมน 21 เม็ด อีก 7 เม็ดจะเป็นเม็ดยาหลอก นอกจากนั้นในปัจจุบันยังมีรูปแบบที่เป็นเม็ดยาที่มีฮอร์โมน 24 เม็ด เม็ดยาหลอก 4 เม็ด และรูปแบบที่มีเม็ดยาฮอร์โมน 22 เม็ด แล้วต้องเว้นช่วงไม่ต้องทานยาอีก 6 วัน หากใช้อย่างถูกต้องจะมีประสิทธิภาพในการป้องกันการตั้งครรภ์ได้ผล แบ่งเป็น 2 ชนิด คือ

1. ยาเม็ดคุมกำเนิดที่มีฮอร์โมนระดับเดียว ยาทุกเม็ดมีตัวยาฮอร์โมนรวมเท่ากัน ปัจจุบันใช้ชนิดที่มีเอสโตรเจนต่ำ ๆ 15-35 ไมโครกรัม และไม่ควรรีใช้ในสตรีที่ให้นมบุตร เพราะจะทำให้เสี่ยงต่อการเกิดลิ่มเลือดอุดตันในสตรีหลังคลอด และอาจส่งผลต่อปริมาณน้ำนม

2. ยาเม็ดคุมกำเนิดที่มีฮอร์โมนหลายระดับ ยาแต่ละเม็ดจะมีฮอร์โมนไม่เท่ากัน ปริมาณยามีหลายระดับ เลียนแบบการหลั่งฮอร์โมนตามธรรมชาติ ซึ่งทำให้ผลข้างเคียงของยาลดลง

ข้อดีของยาเม็ดคุมกำเนิดฮอร์โมนรวมชนิดนี้ คือ ทำให้ประจำเดือนมาสม่ำเสมอ ลดปริมาณเลือดประจำเดือน ลดอาการปวดประจำเดือน ช่วยลดสิว ขนดก หน้ามัน และอาการแสดงออกของภาวะเพศชายเกินในกลุ่มถุงน้ำรังไข่หลายใบ รักษาอาการไม่สบายตัวก่อนมีประจำเดือน ใช้เป็นฮอร์โมนชดเชยในสตรีที่มีภาวะรังไข่ไม่ทำงานก่อนกำหนดตั้งแต่อายุน้อย ๆ

ส่วนอาการข้างเคียงจากการใช้ยาเม็ดคุมกำเนิดแบบฮอร์โมนรวม เช่น คัดตึงเต้านม คลื่นไส้ อาเจียน ปวดหัว มีระดูกะปริดกะปรอย แต่อาการเหล่านี้จะดีขึ้นหลังจากใช้ยาไปแล้ว 2 - 3 เดือน

การรับประทานยาให้มีประสิทธิภาพควรเป็นเวลาใกล้เคียงกับเวลาเดิมทุกวัน หากลืมรับประทานยาให้รับประทานทันทีที่นึกได้และตามด้วยเม็ดต่อไปตามปกติวันต่อไป ถ้าลืมรับประทานมา 2 วันแล้วอยู่ในช่วงครึ่งแรกของแผง ให้รับประทานวันละ 2 เม็ดเป็นเวลา 2 วัน หลังจากนั้นรับประทานวันละเม็ดต่อเหมือนเดิม จนหมดแผง ถ้าลืมรับประทานมา 2 วันและอยู่ในช่วงครึ่งหลังของแผง หรือลืมรับประทานมากกว่า 3 วันให้เลิกการรับประทานแผงเดิม แล้วรอให้มีระดูมากแล้วจึงเริ่มรับประทานยาคุมกำเนิดแผงใหม่ไปเลยร่วมกับการใช้วิธีคุมกำเนิดวิธีอื่นร่วมด้วยอีกประมาณ 1 สัปดาห์

สำหรับข้อห้ามที่ไม่ควรรับประทานยาเม็ดคุมกำเนิด คือ มีโรคล้มเลือดอุดตันที่ขา ปอด หรือสมอง โรคหัวใจ โรคความดันโลหิตสูง หรือโรคเบาหวานที่ควบคุมไม่ได้ดี อายุมาก สูบบุหรี่ อ้วน หรือภาวะที่จะเสี่ยงต่อการเกิดล้มเลือดอุดตัน เป็นมะเร็งเยื่อบุมดลูกหรือมีเลือดระดูผิดปกติที่ยังไม่รู้สาเหตุ เป็นมะเร็งเต้านมหรือ มีก้อนผิดปกติที่เต้านมที่ยังไม่รู้สาเหตุ มีการทำงานของตับที่ผิดปกติ และมีการตั้งครรรภ์