

วัยหมดประจำเดือน (ตอนที่ 2)

ผศ.นพ.สุรศักดิ์ อังสุวัฒนา
ภาควิชาสูติศาสตร์ - นรีเวชวิทยา
Faculty of Medicine Siriraj Hospital
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

ข้อห้ามใช้ฮอร์โมน

ในรายที่ไม่ควรรับประทานยาฮอร์โมน (หากจำเป็นต้องใช้ต้องอยู่ในความดูแลของแพทย์อย่างใกล้ชิด)

1. ในรายที่เป็นมะเร็งเต้านม มะเร็งมดลูก ซึ่งถ้ามีอาการร้อนวูบวาม ช่องคลอดแห้ง จะต้องใช้ยาตัวอื่น
2. รายที่เส้นเลือดดำอุดตันชนิดเฉียบพลัน
3. มีนิ่วในถุงน้ำดี เพราะฮอร์โมนทำให้น้ำดีมีโคเลสเตอรอลสูง
4. เป็นโรคตับรุนแรง
5. มีเลือดออกช่องคลอดผิดปกติ ยังไม่ทราบสาเหตุ

สตรีวัยทองจำเป็นต้องใช้ฮอร์โมนทุกคนหรือไม่

ไม่จำเป็นทุกคน สตรีบางคนเท่านั้นที่จำเป็นต้องใช้ฮอร์โมน สตรีที่จำเป็นมีดังนี้

1. มีอาการร้อนวูบวาม เหงื่อออก ใจสั่น ซึ่งเป็นมากจนรบกวนชีวิตประจำวันจนทนไม่ได้
2. ช่องคลอดแห้ง มีอาการแสบ หรือเจ็บเวลามีเพศสัมพันธ์
3. ปัสสาวะขัด และบ่อยโดยเฉพาะกลางคืน ผู้ป่วยมักได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นภาวะปัสสาวะอักเสบ แต่การใช้ยาปฏิชีวนะไม่ได้ผลเลย และการตรวจปัสสาวะมักไม่พบความผิดปกติแต่อย่างใด

4. ภาวะกระดูกพรุน โดยวินิจฉัยจากการตรวจความหนาแน่นของมวลกระดูก ด้วยเครื่องเอกซเรย์พิเศษ ซึ่งแนะนำให้ตรวจเมื่ออายุประมาณ 60 ปี ยกเว้นสตรีวัยทองก่อนกำหนด และไม่เคยได้รับยาฮอร์โมน

การรับประทานฮอร์โมนต้องใช้นานเพียงใด

ในสตรีที่มีอาการร้อนวูบวาม เหงื่อออกใจสั่น ควรใช้ยาน้อย 2 - 3 ปี จนกว่าร่างกายสามารถปรับสภาพได้เอง (ถ้าหยุดยาเร็วอาการก็กลับมาเหมือนเดิม) ภายหลังหยุดยาแล้วคอยสังเกตว่าอาการเดิมจะกลับมาหรือไม่ ถ้าอาการกลับมาเหมือนเดิมให้รับประทานยาฮอร์โมนต่ออีก 1 ปี แล้วค่อยลองหยุดยาใหม่อีกที่ ส่วนการใช้ยาฮอร์โมนเพื่อรักษาภาวะกระดูกพรุนต้องใช้ระยะยาวกว่า แต่สามารถเปลี่ยนเป็นยาอื่นที่ไม่ใช่ฮอร์โมนในภายหลังได้ แต่ราคาแพงกว่าฮอร์โมนมาก

อาการข้างเคียงจากฮอร์โมน

1. เจ็บเต้านม อาจเป็นช่วงแรกที่เริ่มใช้ยา แต่ถ้าเป็นมากให้ลดขนาดลง
2. คลื่นไส้ พบน้อยเพราะใช้ยานขนาดต่ำ
3. ฝ้าขึ้น พยายามหลีกเลี่ยงแสงแดด

4. บวม ถ้าบวมมากให้หยุดยา
5. อาจมีประจำเดือนกลับมาใหม่ แล้วแต่ว่าใช้ยาสูตรไหน

ความเสี่ยงในการใช้ฮอร์โมน

1. มะเร็งเต้านมมีการศึกษาพบว่า การใช้ยานานกว่า 5 ปี เพิ่มโอกาสเป็นมะเร็งเต้านมเล็กน้อย ผู้ป่วยที่เป็นมะเร็งเต้านมในไทยส่วนใหญ่ไม่เคยใช้ฮอร์โมนวัยทองมาก่อน สตรีอายุมากกว่า 40 ปี ทุกคน ควรได้รับการตรวจหา มะเร็งเต้านมทุกปีโดยวิธีเอ็กซเรย์ (mammogram) ไม่ว่าจะใช้ฮอร์โมนหรือไม่ก็ตาม
2. เส้นเลือดดำอุดตัน โดยเฉพาะที่ขา ถ้ามีอาการผิดปกติเช่นขาเท้าบวมข้างใดข้างหนึ่ง รีบหยุดยาแล้วมาพบแพทย์ด่วน
3. นิ่วในถุงน้ำดี เนื่องจากมีการขับถ่าย cholesterol มากขึ้น

.....