

ยาเม็ดคุมกำเนิด

คือ ยาเม็ดที่กินเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์แบบ



ชั่วคราววิธีหนึ่ง มีประสิทธิภาพสูง นิยมใช้อย่างแพร่หลายทั่วโลก

ชนิดของยาเม็ดคุมกำเนิด

1. **ชนิดฮอร์โมนรวม** → มีทั้งแบบ 21 เม็ด และแบบ 28 เม็ด โดย 7 เม็ดหลังเป็นวิตามินและธาตุเหล็ก
2. **ชนิดมีฮอร์โมนตัวเดียว** → มีชุดละ 35 เม็ด หรือ 28 เม็ด เหมาะสำหรับสตรีหลังคลอดที่เลี้ยงลูกด้วยนมตนเอง และใช้เฉพาะในกรณีที่มีข้อห้ามในสตรีที่ไม่สามารถทนอาการข้างเคียงจากการใช้ฮอร์โมนเอสโตรเจน
3. **ชนิดภายหลังการร่วมเพศ** → ใช้ป้องกันการตั้งครรภ์ในรายที่ไม่ได้คุมกำเนิดมาก่อนหรือถูกข่มขืน หรือผิดพลาดในการใช้วิธีคุมกำเนิดอื่น เช่น การฉีกขาดของถุงยางอนามัย



วิธีการรับประทานยาเม็ดคุมกำเนิด

1. เริ่มรับประทานยาเม็ดแรกในวันที่ 1 – 5 ของการมีประจำเดือน
2. รับประทานยาวันละ 1 เม็ดทุกวัน ในเวลาเดียวกัน เช่น หลังอาหารเย็น หรือก่อนนอน
3. สำหรับยาชนิด 21 เม็ด ให้รับประทานยาเรียงตามลูกศรจนหมดชุด แล้วจะมีประจำเดือนมาภายหลังหยุดยา 3 วัน แล้วเริ่มรับประทานยาแผงใหม่ในวันที่ 5 ของรอบประจำเดือน
4. สำหรับยาชนิด 28 เม็ด ให้รับประทานยาเรียงตามลูกศรจนหมด แล้วเริ่มรับประทานยาแผงใหม่ **โดยไม่ต้องหยุดยา**



ลืมรับประทานยา ทำอย่างไร?

1. **ลืมรับประทานยา 1 เม็ด** ให้รับประทานทันทีที่นึกได้ แล้วรับประทานเม็ดต่อไปในเวลาเดิม
2. **ลืมรับประทานยา 2 เม็ด** ให้รับประทานเพิ่ม 1 เม็ด หลังอาหารเช้า 2 วัน และ

รับประทานหลังอาหารเย็นหรือก่อนนอนตามเดิม ซึ่งอาจจะมีเลือดออกกระปริบกระปรอย และอาจตั้งครรภ์ได้ถ้าลืมรับประทานยาช่วง 1 – 7 เม็ดแรกต้องคุมกำเนิดวิธีอื่นร่วมด้วย

3. **ลืมรับประทานยา 3 เม็ด** ควรหยุดยาให้มียาครอบประจำเดือนเร็วขึ้น และคุมกำเนิดโดยวิธีอื่นร่วมด้วย เมื่อประจำเดือนมาจึงเริ่มรับประทานยาแผงใหม่ในวันที่ 5 ของรอบประจำเดือน

อาการข้างเคียง

1. คลื่นไส้ – อาเจียน
2. มีเลือดออกกระปริบกระปรอย
3. อาจเกิดฝ้าบริเวณใบหน้า
4. น้ำหนักตัวเปลี่ยนแปลง
5. ความดันโลหิตเปลี่ยนแปลง
6. ปวดศีรษะ
7. เลือดประจำเดือนน้อย หรือไม่มีประจำเดือน
8. มีการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์
9. มีการเปลี่ยนแปลงความรู้สึกทางเพศ



ข้อดีของยาเม็ดคุมกำเนิด

😊 กินง่าย

😊 รับประทานได้สะดวก

😊 ป้องกันได้ดีมาก

😊 อยากมีบุตรก็สามารถหยุดรับประทานยาได้
เลย

😊 ช่วยลดปริมาณ

เลือดประจำเดือน

เมื่อใช้ไปนานๆจะ

ป้องกันโรคโลหิตจางได้

😊 ป้องกันการตั้งครรภ์นอกมดลูก

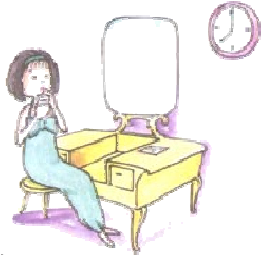
😊 ป้องกันการเกิดมะเร็งเยื่อโพรงมดลูก

😊 ปรับรอบประจำเดือนให้สม่ำเสมอ

😊 ใช้รักษาอาการปวดประจำเดือน

😊 รักษาสิว

😊 ช่วยลดโอกาสเกิดภาวะกระดูกผุจากการขาด
ฮอร์โมน



ข้อด้อยของยาเม็ดคุมกำเนิด

☹ ถ้าลืมรับประทานเกิน 2 วันติดกัน อาจ
ป้องกันการตั้งครรภ์ไม่ได้

☹ ทำให้น้ำหนักน้อย

☹ เพิ่มโอกาสเกิดภาวะอุดตันของเส้นเลือด
โดยเฉพาะในสตรีที่สูบบุหรี่



อาการผิดปกติที่สำคัญ

สตรีผู้ใช้ยาเม็ดคุมกำเนิดต้องรีบไปพบ
แพทย์ทันที ถ้าเกิดอาการดังต่อไปนี้

1. เจ็บในท้องอย่างรุนแรง
2. เจ็บหน้าอก หรือหายใจแน่นขัด
3. ปวดศีรษะรุนแรง
4. ตาพร่ามัว เห็นภาพซ้อน
5. ปวดขามาก



อาการดังกล่าวอาจพบได้ แต่พบได้
น้อยในสตรีไทย

ยาเม็ดคุมกำเนิด



เรียบเรียงโดย ... หอผู้ป่วยนรีเวชกรรม
จัดพิมพ์โดย ... กลุ่มงานสุขศึกษา
โรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์
จ.นครสวรรค์

โทร 0 - 5621 - 9888 ต่อ 5200, 9801