

การใช้ยาคุมกำเนิดชนิดรับประทาน

- ข้อบ่งใช้¹**
- สำหรับการคุมกำเนิด
 - บรรเทาอาการปวดประจำเดือนและภาวะประจำเดือนมาไม่ปกติ
 - เป็นฮอร์โมนรักษาในกลุ่มสตรีข้ามเพศ



ความเข้าใจที่ถูกต้องสำหรับยาคุมกำเนิด²

- สามารถเริ่มรับประทานเมื่อไรก็ได้ แต่จะต้องแน่ใจก่อนว่าไม่ได้ตั้งครรภ์
- ถ้าเริ่มรับประทานยาคุมกำเนิดภายใน 5 วันหลังจากเริ่มมีประจำเดือน ไม่จำเป็นต้องคุมกำเนิดอย่างอื่นร่วมด้วย แต่ถ้าเริ่มรับประทานยาคุมกำเนิด 5 วันหลังจากเริ่มมีประจำเดือน จำเป็นต้องงดการมีเพศสัมพันธ์หรือใช้การคุมกำเนิดอย่างอื่นร่วมด้วยอย่างน้อย 7 วัน
- **ต้องรับประทานยาคุมกำเนิดในเวลาเดิมทุกวัน** หากลืมรับประทานยาจะทำให้ประสิทธิภาพในการคุมกำเนิดลดลง
- การใช้ยาคุมกำเนิดเพื่อการรักษาภาวะใด ๆ **ควรปรึกษาแพทย์หรือเภสัชกรก่อนการใช้ยา**



ความเข้าใจผิดเกี่ยวกับยาคุมกำเนิด



1 ใช้ยาคุมกำเนิดเพื่อรักษาสิวทุกชนิด³

ยาคุมกำเนิดจะตอบสนองต่อสิวที่เกิดจากฮอร์โมนเท่านั้น โดยการไปลดปริมาณการผลิตแอนโดรเจนที่เป็นสาเหตุของการเกิดสิว ดังนั้นหากเป็นสิวที่เกิดจากสาเหตุอื่น เช่น การดูแลผิวอย่างไม่ถูกวิธี หรือความเครียด การรับประทานยาคุมจะไม่สามารถรักษาสิวได้

2 ยาคุมกำเนิดทำให้น้ำหนักลดลงได้⁴

ยาคุมกำเนิดบางชื่อการค้ามีฤทธิ์ต้านอาการบวม น้ำ จึงไม่ทำให้น้ำหนักเพิ่มขึ้น แต่ทั้งนี้ยาคุมกำเนิดไม่ได้ทำให้น้ำหนักลดลง ทั้งนี้ในบางคนอาจเคยใช้ยาคุมกำเนิดรุ่นเก่าที่มีผลทำให้บวม น้ำ และเมื่อเปลี่ยนชื่อการค้าทำให้อาการบวม น้ำหนักจึงลดลง ทำให้เกิดความเข้าใจผิดว่ายาคุมกำเนิดสามารถลดน้ำหนักได้

3 ใช้ยาคุมกำเนิดต่อเนื่องทำให้มีบุตรยาก⁵

ไม่จริง การใช้ยาคุมกำเนิดต่อเนื่องไม่ได้ส่งผลให้ต่อการมีบุตรยาก ทั้งนี้หลังจากหยุดใช้ยาคุมกำเนิดเพียง 2-3 เดือน สามารถตั้งครรภ์ได้ และส่วนใหญ่จะตั้งครรภ์ภายใน 1 ปี เนื่องจากร่างกายต้องใช้เวลาในการปรับสมดุลฮอร์โมนให้เป็นปกติ

4 ยาคุมกำเนิดทำให้เป็นมะเร็งเต้านม⁶

ยาคุมกำเนิดเป็นเพียงหนึ่งในปัจจัยเพิ่มความเสี่ยงในการเกิดมะเร็งเต้านมเท่านั้น ไม่ใช่สาเหตุหลักของการเกิดมะเร็งเต้านม ทั้งนี้ยังมีความเสี่ยงมาจากปัจจัยอื่นๆ ร่วมด้วยได้ เช่น พันธุกรรม การสูบบุหรี่ การดื่มแอลกอฮอล์ เป็นต้น

5 ใช้ยาคุมกำเนิด แล้วมีประจำเดือนน้อยลง จึงต้องหยุดยาเป็นช่วง ๆ เพื่อให้มีประจำเดือน ประจำเดือนจะได้ไม่ค้างค้ำงในร่างกาย¹

การมีประจำเดือนน้อยลงเป็นเพียงผลข้างเคียงจากการใช้ยาคุมกำเนิดที่สามารถพบได้และไม่เป็นอันตรายซึ่งสามารถเกิดขึ้นในช่วงที่เพิ่งเริ่มใช้ยาคุมกำเนิด โดยเฉพาะในช่วง 2-3 เดือนแรก



เอกสารอ้างอิง

1. Cooper DB, Patel P. Oral contraceptive pills. In: StatPearls. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2024.
 2. หทัยชนก ขาวสุข. การเลือกใช้วิธีการคุมกำเนิดและการให้คำแนะนำ. [อินเทอร์เน็ต]. พ.ย. 2017 [เข้าถึงเมื่อ 20 ต.ค. 2024] 1-10. เข้าถึงได้จาก: <https://cpe.pharmacycouncil.org/showfile.php?file=359>
 3. Lemay A, Poulin Y. Oral contraceptives as anti-androgenic treatment of acne. J Obstet Gynaecol Can. 2002 Jul;24(7):559-67.

4. Gallo MF, Lopez LM, Grimes DA, Carayon F, Schulz KF, Helmerhorst FM. Combined oral contraceptives: effects on weight. Cochrane Database Syst Rev. 2014 Jan 29;2014(1):CD003987.
 5. Girum T, Wasie A. Return of fertility after discontinuation of contraception: a systematic review and meta-analysis. Contracept Reprod Med. 2018;3:9.
 6. ตรีภพย์ เกิดสิริชัย. คุมกำเนิดอย่างไรไม่ให้เสี่ยง "มะเร็งเต้านม!". [อินเทอร์เน็ต]. [เข้าถึงเมื่อ 20 ต.ค. 2024]. เข้าถึงได้จาก: <https://theworldmedicalhospital.com/how-to-take-birth-control-without-risking-breast-cancer/>