

แบบฟอร์มการจัดการข้อมูลและความรู้

(Data Management & Knowledge Management)

ประเด็นความรู้/เรื่อง : กินยาคุมฉุกเฉินบ่อย ๆ กินติดต่อกันมานาน ยิ่งเพิ่มโอกาสตั้งครรภ์!

เหตุผลที่ทำให้/ผลกระทบ :

วัยรุ่นใช้ยาเม็ดคุมกำเนิดฉุกเฉินกันอย่างแพร่หลาย มีการใช้บ่อยครั้งและมีการใช้อย่างไม่ถูกต้อง เสี่ยงตั้งครรภ์นอกมดลูก อาจส่งผลให้ตกเลือดและแท้งเป็นอันตรายได้¹ มีหลายคนเข้าใจผิดใช้ยาคุมกำเนิดฉุกเฉินเหมือนยาคุมกำเนิดปกติ นักเรียนหญิงที่เคยมีเพศสัมพันธ์แล้วหลายคนบอกว่า ยาคุมฉุกเฉิน เป็นวิธีหลักในการคุมกำเนิด² ยาคุมฉุกเฉินสามารถคุมกำเนิดได้เพียง 75-90% เท่านั้น หมายความว่า แม้จะรับประทานยาแล้วก็ยังมีโอกาสตั้งครรภ์อยู่เพียงแต่โอกาสจะน้อยลง นอกจากนี้การรับประทานยาคุมฉุกเฉินมีผลข้างเคียงที่เกิดขึ้นบ่อยคือการมีรอบประจุกผิดปกติ คลื่นไส้ อาเจียน แต่หากใช้บ่อยและต่อเนื่อง มีโอกาสตั้งครรภ์นอกมดลูกได้¹

นอกจากนี้ วัยรุ่นส่วนใหญ่ยังมีความเข้าใจที่ไม่ถูกต้องเกี่ยวกับการใช้ยาคุมกำเนิดฉุกเฉิน เช่น “ยาคุมฉุกเฉิน” จะทำให้ไม่ท้องเหมือนกับยาคุมแบบปกติ สามารถใช้แทนยาเม็ดคุมกำเนิดแบบปกติ และยังเข้าใจว่า “สามารถทำให้เกิดการแท้ง” ได้ ซึ่งเป็นความเข้าใจที่ไม่ถูกต้อง จึงควรมีการเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารเรื่องการใช้ยาคุมกำเนิดฉุกเฉินอย่างถูกต้อง³ เพื่อให้กลุ่มวัยรุ่นมีความรู้และความเข้าใจในการใช้ยาคุมกำเนิดฉุกเฉินได้อย่างถูกต้อง และเพิ่มโอกาสในการป้องกันการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ในวัยรุ่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ข้อแนะนำ/ข้อควรปฏิบัติ :

การใช้ยาเม็ดคุมกำเนิดฉุกเฉิน ที่ใช้มี 2 ชนิด คือ ชนิดฮอร์โมนเดี่ยว และชนิดฮอร์โมนรวม

1. ยาเม็ดคุมกำเนิดฉุกเฉิน ชนิดฮอร์โมนเดี่ยว มีชื่อการค้าที่ขายในประเทศไทย เช่น Postinor®, Madonna® เป็นต้น ในหนึ่งกล่องจะมี 2 เม็ด แต่ละเม็ดประกอบด้วยตัวยาที่เป็นฮอร์โมนขนาดสูง คือ ลิโวเนอร์เจสเตรล (levonorgestrel) เม็ดละ 750 ไมโครกรัม การรับประทานยาที่ถูกต้องคือ

(1) รับประทานยาเม็ดแรกให้เร็วที่สุด โดยไม่เกิน 72 ชั่วโมง หลังมีเพศสัมพันธ์ และรับประทานยาเม็ดที่สองหลังจากรับประทานยาเม็ดแรกไม่เกิน 12 ชั่วโมง หากมีการอาเจียนภายใน 2 ชั่วโมงหลังรับประทานยาแต่ละเม็ดต้องรับประทานยาใหม่

(2) รับประทานยาคุมฉุกเฉิน 2 เม็ดพร้อมกันในครั้งเดียว ไม่เกิน 72 ชั่วโมง หลังมีเพศสัมพันธ์ โดยที่ประสิทธิภาพและความปลอดภัยไม่แตกต่างจากการแบ่งรับประทานเป็น 2 ครั้ง แต่อาจพบอาการคลื่นไส้ อาเจียนจากการรับประทานยาเพียงครั้งเดียวมากกว่าการแบ่งรับประทาน 2 ครั้ง

อาการข้างเคียงที่พบได้ เช่น คลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้อง เจ็บคัดเต้านม และเลือดออกผิดปกติในรอบเดือนที่รับประทานยา แต่หากใช้ยาติดต่อกันเป็นระยะเวลานานๆ ส่งผลทำให้เกิดความผิดปกติที่รังไข่ เยื่อบุโพรงมดลูก รวมทั้งเพิ่มความเสี่ยงในการเกิดตั้งครรภ์นอกมดลูกถึง 2%

2. ยาเม็ดคุมกำเนิดชนิดฮอร์โมนรวม เป็นการนำเอายาเม็ดคุมกำเนิดขนาดปกติที่มีเอสโตรเจน และโปรเจสโตเจน ซึ่งเป็นยาเม็ดคุมกำเนิดที่รับประทานทั่วไป มาใช้โดยรับประทานยานี้ครั้งแรก 2 เม็ดทันทีที่ได้ยา แต่ต้องไม่เกิน 72 ชั่วโมง หลังจากมีเพศสัมพันธ์ และ 12 ชั่วโมงต่อมาให้รับประทานซ้ำอีก 2 เม็ด แต่หากเป็นชนิดฮอร์โมนรวมที่มีปริมาณ ฮอร์โมนขนาดต่ำ (low dose) เช่น Nordette® , Microgest® , Microgynon® , Microlenyn® และ Rigevidon® ให้รับประทานยานี้ ครั้งแรก 4 เม็ดทันทีภายใน 72 ชั่วโมงหลังจากมีเพศสัมพันธ์และอีก 12 ชั่วโมงต่อมาให้รับประทานซ้ำอีก 4 เม็ด

หากรับประทานยาเกิน 72 ชั่วโมง แต่ไม่เกิน 120 ชั่วโมง หลังมีเพศสัมพันธ์ จะส่งผลให้ประสิทธิภาพลดลงได้ ดังนั้นจึงควรรับประทานยาเม็ดแรกหลังการมีเพศสัมพันธ์ให้เร็วที่สุด

- รับประทานยาเม็ดแรกภายใน 72 ชั่วโมง จะให้ประสิทธิภาพในการป้องกันการตั้งครรภ์ได้ 75%
- รับประทานยาเม็ดแรกภายใน 24 ชั่วโมง จะให้ประสิทธิภาพในการป้องกันการตั้งครรภ์ 85%

กลไกการป้องกันการตั้งครรภ์ ของยาจะขึ้นอยู่กับช่วงระยะเวลาที่รับประทานยา ซึ่งตัวอสุจิสามารถรอดอยู่ในทางเดินระบบสืบพันธุ์ผู้หญิงนานสุดถึง 5 วันหลังการมีเพศสัมพันธ์ หากไข่ตกภายในช่วง 5 วันนี้สามารถเกิดการปฏิสนธิ (fertilization) และอาจทำให้ตั้งครรภ์ได้ดังนั้นการออกฤทธิ์ของยาคุมกำเนิดฉุกเฉินจะต้องป้องกันไม่ให้เกิดการปฏิสนธิหรือไม่ให้เกิดการฝังตัวโดยมีกลไกที่สำคัญคือ

- รบกวนหรือชะลอการตกไข่
- รบกวนการเคลื่อนที่ของอสุจิที่จะเข้าไปผสมกับไข่
- เปลี่ยนแปลงเยื่อบุโพรงมดลูกเพื่อทำให้ยากแก่การฝังตัวของไข่ที่ผสมกับอสุจิแล้ว

เนื่องจากยาออกฤทธิ์ป้องกันไม่ให้ไข่ที่ผสมกับอสุจิแล้วฝังตัวที่เยื่อบุโพรงมดลูก ดังนั้นหากมีการฝังตัวของไข่ที่ผสมกับอสุจิที่ผนังมดลูกไปแล้วค่อยรับประทานยา ยาที่รับประทานเข้าไปก็จะไม่สามารถเข้าไปป้องกันการตั้งครรภ์และไม่สามารถทำให้เกิดการแท้งได้

การใช้ยาเม็ดคุมกำเนิดแบบฉุกเฉินอย่างถูกต้องภายหลังมีเพศสัมพันธ์โดยไม่มี การป้องกันการตั้งครรภ์ พบว่า มีอัตราการตั้งครรภ์เกิดขึ้นได้ร้อยละ 2 หรือกล่าวได้ว่ายาเม็ดคุมกำเนิดแบบฉุกเฉิน สามารถลดภาวะเสี่ยงในการตั้งครรภ์ได้เพียงร้อยละ 75 เท่านั้น

โดยสรุปแล้ว ยาเม็ดคุมกำเนิดแบบฉุกเฉิน มีประสิทธิภาพต่ำกว่าวิธีคุมกำเนิดแบบปกติทั่ว ๆ ไป ทั้งนี้เนื่องจากอัตราการตั้งครรภ์ในผู้ที่ใช้ยาเม็ดคุมกำเนิดแบบฉุกเฉิน ขึ้นอยู่กับระยะเวลาที่เริ่มต้นรับประทานยา และช่วงเวลาของการมีเพศสัมพันธ์ว่าอยู่ในช่วงใดของรอบเดือน ดังนั้น ถ้านำเอายาเม็ดคุมกำเนิดแบบฉุกเฉินมาใช้บ่อยครั้ง จึงมีความเสี่ยงที่จะเกิดการล้มเหลวได้ จึงเป็นเหตุผลว่า ทำไมจึงไม่ควรจะนำเอายาเม็ดคุมกำเนิดแบบฉุกเฉินมาใช้เพื่อคุมกำเนิดเป็นประจำ

“การรับประทานยาคุมกำเนิดฉุกเฉินจึงไม่ได้หมายความว่า จะไม่ตั้งครรภ์ เพียงแต่ลดโอกาสตั้งครรภ์ลงจากเดิม”

วันที่จัดทำ

: 6 สิงหาคม 2563

แหล่งข้อมูลอ้างอิง :

1. ชบาไพโร โปธิ์สุยะ . ความรู้ ทักษะ ทักษะ และพฤติกรรมการใช้ยาเม็ดคุมกำเนิดฉุกเฉิน ของนักเรียน นักศึกษา ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่; 2552
2. องค์การยูนิเซฟ ประเทศไทย . รายงานผลการวิจัยเพื่อทบทวนการสอนเพศวิถีศึกษาในสถานศึกษาไทย. กรุงเทพมหานคร; 2559
3. ประทุมมา ฤทธิโพธิ์ . พฤติกรรมการป้องกันการตั้งครรภ์ของนิสิตอุดมศึกษา ระดับปริญญาตรี จังหวัดพิษณุโลก : มุมมองสตรีนิยม. วารสารการพยาบาลและสุขภาพ ปีที่ 7 ฉบับที่ 3 กันยายน - ธันวาคม 2556
4. พิษญา ดิลกพัฒน์มงคล. ยาคุมฉุกเฉิน...เรื่องจริงที่ผู้หญิงต้องรู้[อินเทอร์เน็ต]. 2554 [เข้าถึงเมื่อ 4 สิงหาคม 2563]. เข้าถึงได้จาก <http://www.pharmacy.mahidol.ac.th/th/knowledge/article/54/ยาคุมฉุกเฉิน...เรื่องจริงที่ผู้หญิงต้องรู้>
5. กองอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. การคุมกำเนิดสำหรับวัยรุ่น. โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก กรุงเทพมหานคร. พฤศจิกายน 2550
6. ภาควิชาเทคนิคเภสัชกรรม. ยาคุมกำเนิดฉุกเฉินคืออะไร[อินเทอร์เน็ต]. 2560 [เข้าถึงเมื่อ 4 สิงหาคม 2563]. เข้าถึงได้จาก <https://www.pharmscphub.com/2018/07/ยาคุมกำเนิดฉุกเฉิน>

ผู้จัดทำ : นางสาวอรพรรณ จันทะชัย นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ