

Temporary contraception ep2

มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม
Nakhon Pathom Rajabhat University



Duangporn Pasuwan





คู่สมรสนี้ควรใช้ Contraception แบบใดดีคะ??

วัตถุประสงค์

มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม
Nakhon Pathom Rajabhat University



- อธิบายข้อดี ข้อด้อยของการคุมกำเนิดชั่วคราวแต่ละประเภทได้
 - อธิบายการคุมกำเนิดที่ใช้เฉพาะเจาะจงแต่ละกลุ่ม เช่น วัยรุ่น
ผู้ป่วย HIV และผู้ป่วยที่มีโรคทางอายุกรรมต่างๆ
-

ชนิดของการคุมกำเนิด

การคุมกำเนิดแบบถาวร
(Permanent
Contraception)

การคุมกำเนิดแบบชั่วคราว
(Temporary Contraception)





Q & A

**What are the
“Temporary Contraception”?**





Combined pills (Estrogen + Progesterone)

- Monophasic pills

- Biphasic pills

- Triphasic pills

ยาคุม



ชนิดยาเม็ดคุมกำเนิด

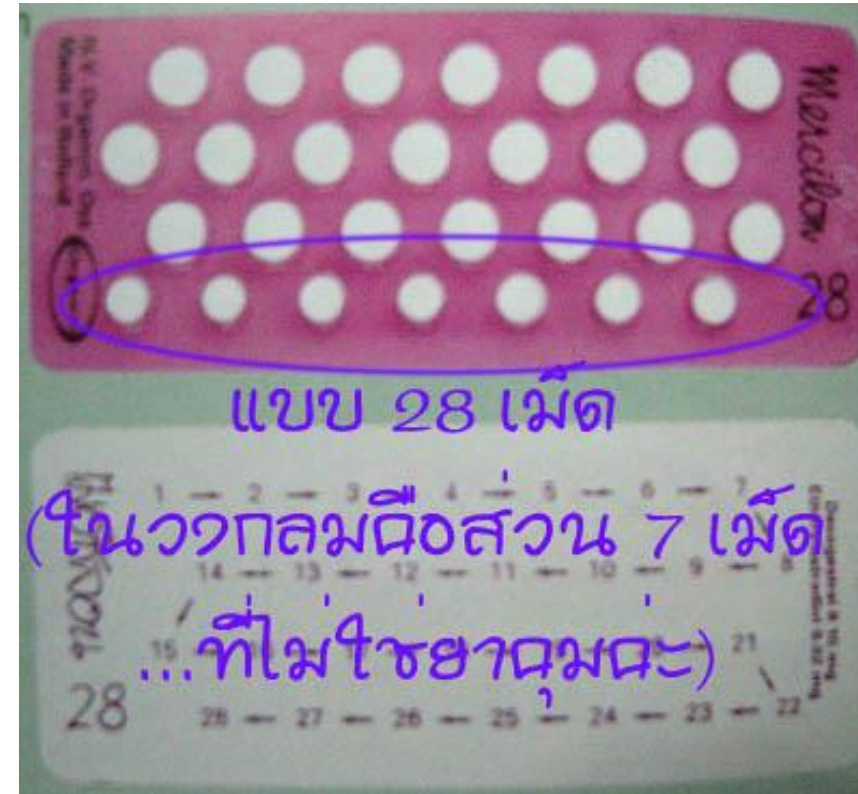


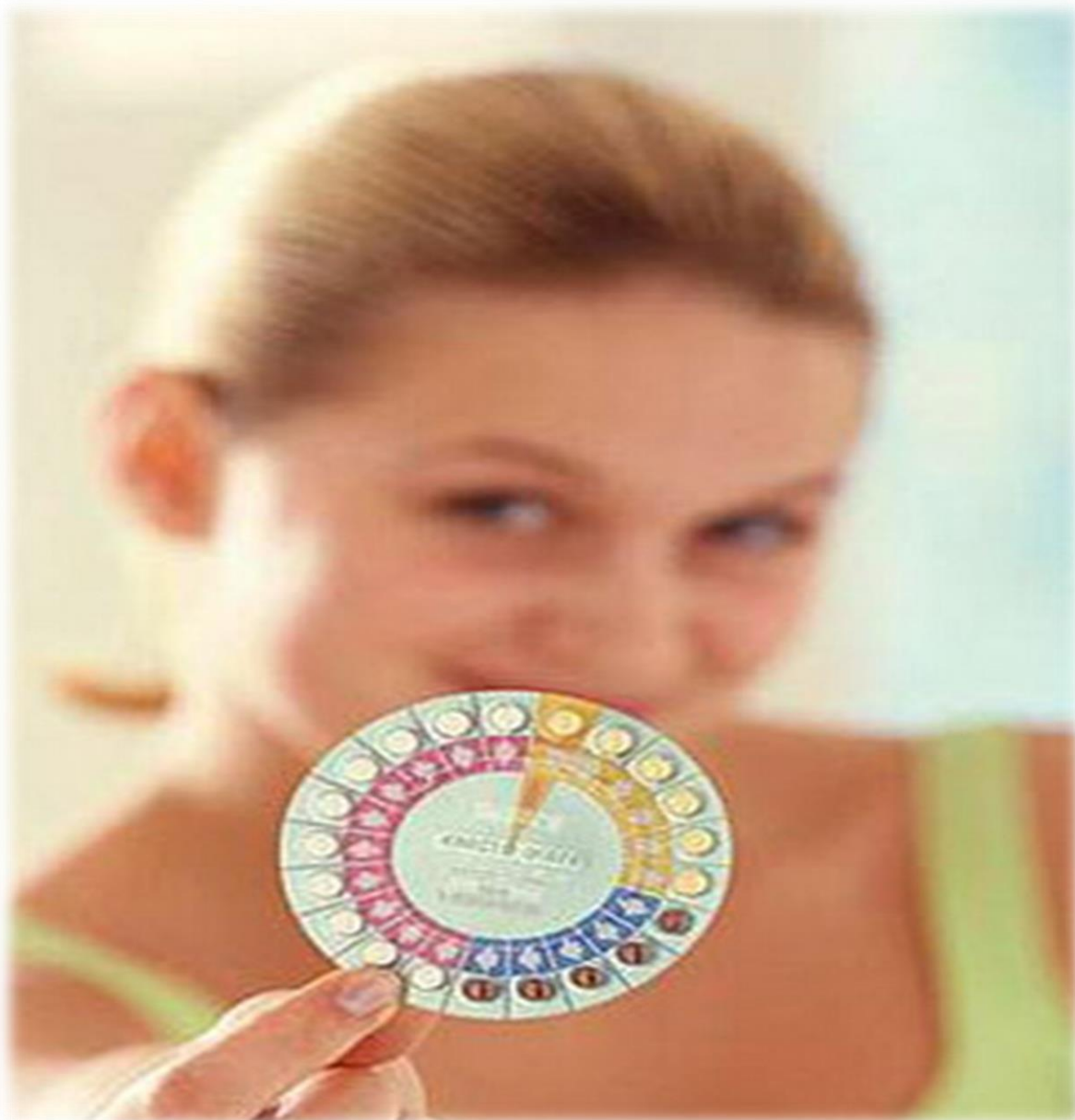
- Combined pill ประกอบด้วย Hormone Estrogen & Progesterone
 - Mini pill ประกอบด้วย Hormone Progesterone อย่างเดียว
 - Postcoital pill ประกอบด้วย Hormone Progesterone อย่างเดียว อาจมี Hormone 1 ชนิด
- กลไกการออกฤทธิ์ในการคุมกำเนิด**
- ผลต่อ Hypothalamus-pituitary ยับยั้ง FSH และ LH ยับยั้งการสุกของไข่
 - มีการเปลี่ยนแปลงเยื่อบุโพรงมดลูกบางลง ไม่เหมาะกับการฝังตัว ทำให้มูกที่ปากมดลูกเหนียวข้นและน้อยลง Sperm ไม่สามารถว่ายผ่านได้



มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม
Nakhon Pathom Rajabhat University







คำแนะนำ ยาเม็ดคุมกำเนิด

มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม
Nakhon Pathom Rajabhat University



- ❑ สตรีทั่วไปเริ่มรับประทานในวันที่ 3-5 ของการมีประจำเดือน
- ❑ สตรีหลังคลอด ควรเริ่มเมื่อ 4 สัปดาห์หลังคลอด หรือ 2 สัปดาห์ ก่อนมีเพศสัมพันธ์
- ❑ สตรีหลังแท้ง ควรเริ่มเมื่อ 2-3 สัปดาห์หลังแท้ง หรือทันทีหลังแท้งได้
- ❑ เวลาที่เหมาะสมในการรับประทานยา คือหลังอาหารเย็น
- ❑ หากลืมรับประทาน 1 เม็ด ให้รับประทานทันทีที่นึกได้
- ❑ รับประทานยาวันละ 2 เม็ด



สัปดาห์ที่ 3 หรือมากกว่า 2 เม็ด

Contraindication ของยาคุมชนิดเม็ด : pills

มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม
Nakhon Pathom Rajabhat University



- อายุมากกว่า 35 ปี และสูบบุหรี่มากกว่า 20 มวน/วัน
- Liver disease, Cardiovascular-renal disease, Allergic disease, Thromboembotic disorder, CA Breast, Thyroid disease, DM , Epilepsy
- ความดันโลหิตสูงกว่าหรือเท่ากับ 160/100 mmHg

อาการที่ต้องหยุดยาคุม



- ปวดท้อง ปวดศีรษะอย่างรุนแรง
- ตัวเหลือง ตาเหลือง
- ปวดหน้าอก หายใจหอบ
- ปวดบวมที่เท้า และน้องสงสัยว่าจะเกิดลิ่มเลือดอุดตันใน vein
- ปวดตา ตาพร่ามัว เห็นแสงวูบวาบ
- ชี้น้ําร้ํา เป็นลมบ่อย ๆ



ยาที่ลดประสิทธิภาพของยาคุม

- Rifampicin
- Ampicillin
- Tetracycline
- Dilantin
- phenobarb



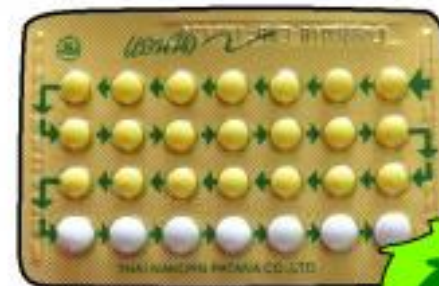
ผลของการใช้ยาคุมเม็ดนาน ๆ

- เสี่ยงต่อโรคหัวใจขาดเลือด เนื่องจากการสังเคราะห์ LDL เพิ่มขึ้น HDL ลดลง
 - เสี่ยงต่อภาวะซึมเศร้า เนื่องจาก Serotonin ในสมองลดลง
 - เสี่ยงต่อตับแข็ง เนื่องจากการสังเคราะห์ Triglyceride เพิ่มขึ้น
-

Q&A



•How to use the pi



ทานยาคุมเม็ด
จะท้องมั้ย?





ยาฉีดคุมกำเนิด (Injectable Progestin)

- เป็นการคุมกำเนิดโดยอาศัยฮอร์โมน

Progesterone ส่วนใหญ่ใช้ DMPA (Depo-provera)

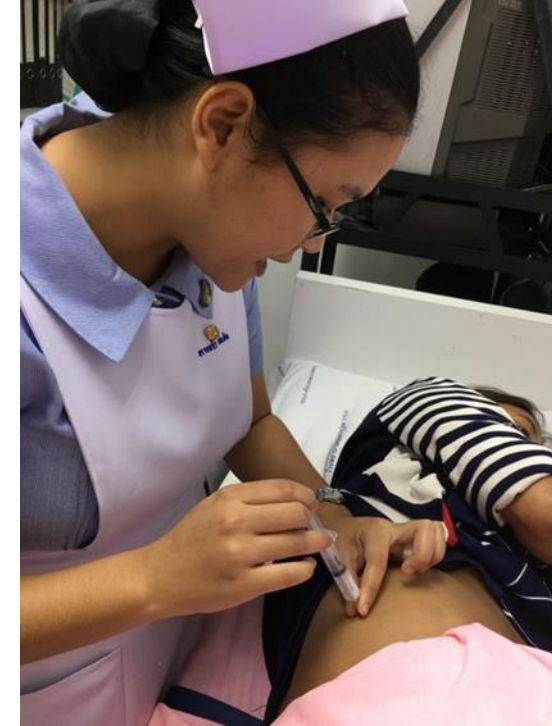
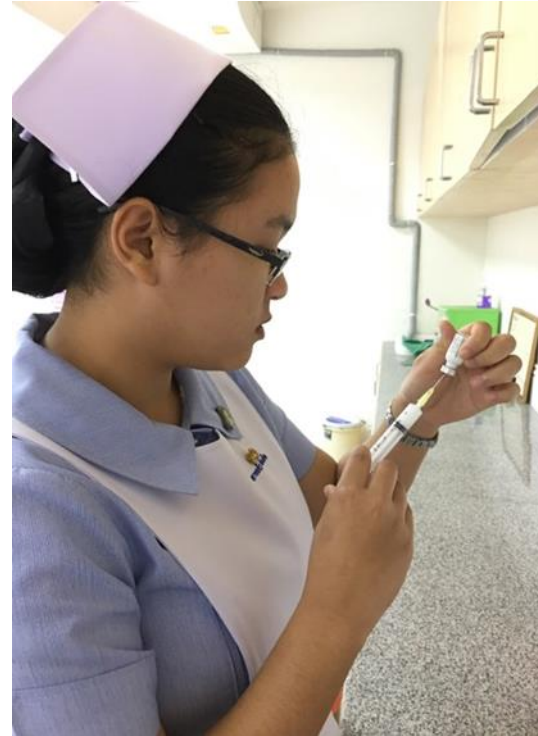
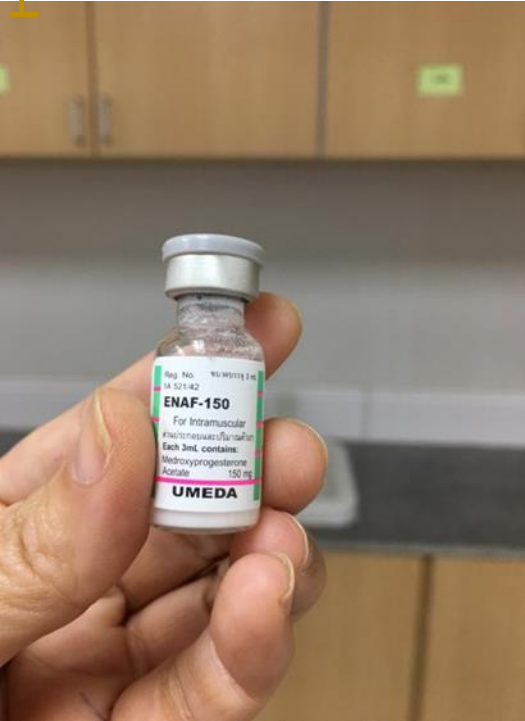
- ทำให้ไม่มีไข่ตก และเยื่อบุโพรงมดลูกฝ่อตัว
- ผลต่อหลอดเลือด และมูกที่ปากมดลูก

ฉีดเข้ากล้ามเนื้อ ป้องกัน
ได้ 3 เดือน



Injectable progestin: Depo provera: DEPO

มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม
Nakhon Pathom Rajabhat University



Progesterone
synthesis

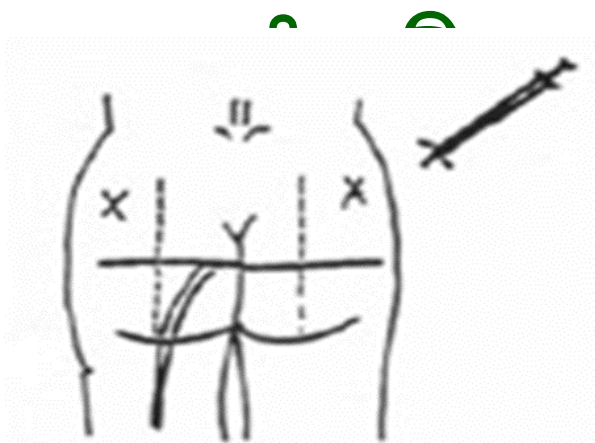
วิธีใช้ยาฉีดยาคุมกำเนิด



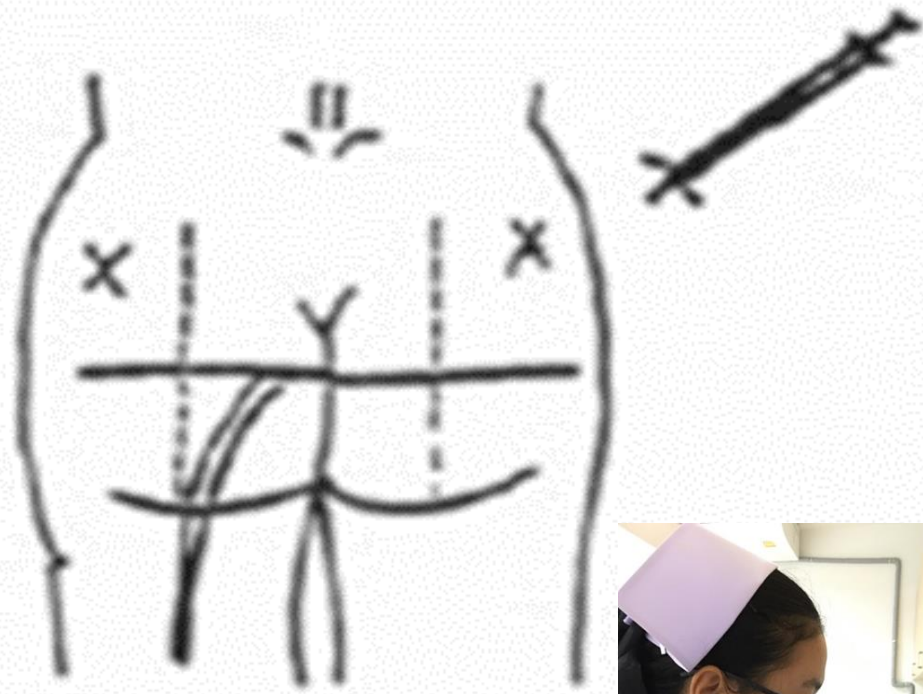
- ฉีดยาภายในวันที่ 5 ของรอบ ประจำเดือน

- มารดาที่หลังคลอดบุตรหรือแท้งบุตรฉีดยาได้ทันที ไม่มีผลต่อการหลังให้นม

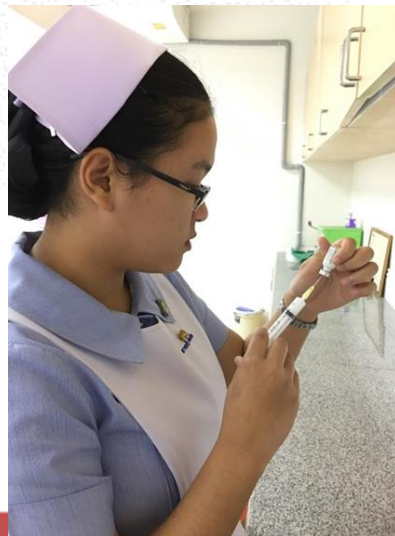
- การฉีด
ไม่คลั่ง
ฤทธิ์คุม



ต้องฉีดเข้ากล้ามเนื้อ
ออกฤทธิ์ช้าๆ มี
11 3 เดือน



ข้อดี :
ข้อด้อย :



Side effect



ของการใช้ยาฉีดคุมกำเนิด

- -เลือดออกกระปริดกระปรอย
- -เป็นสิว
- -เปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ (ซึมเศร้า)
- -เจ็บคัดตึงเต้านม
- -หลอดเลือดขด

***** ถ้าต้องการหยดยาเพื่อกลับมา
ตั้งครรภ์อาจต้องใช้เวลา

วิธีใช้ยาฉีดยาคุมกำเนิด



- ฉีดยาภายในวันที่ 5 ของรอบ ประจำเดือน
- มารดาที่หลังคลอดบุตรหรือแท้งบุตรฉีดยาได้ทันที ไม่มีผลต่อการหลังน้ำนม
- การฉีดยาคุมกำเนิด ต้องฉีดเข้ากล้ามเนื้อ ๙ ๙ ไม่คลึงขณะฉีด ยาจะออกฤทธิ์ช้า ๙ มี

1 month injectable



บทบาทพยาบาลแนะนำหลังฉีด



มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม
Nakhon Pathom Rajabhat University



- หลังฉีดไม่ควรคลึงบริเวณที่ฉีด
- หลังฉีด 14 วันไม่ควรมีเพศสัมพันธ์ แต่ถ้าจะมีเพศสัมพันธ์ควรใส่ถุงยางอนามัย
- หลังฉีด 1 ถึง 2 เข็มอาจมีเลือดออกกระปริบกระปรอยถือว่าเป็นภาวะปกติ บางคนอาจจะไม่มี
- ยาฉีดนี้ไม่มีผลต่อการหลังน้ำนม (เหมาะสำหรับสตรีหลังคลอด)
- ยาฉีดอาจจะทำให้มีอาการบวม อ้วน สีว ได้
- ควรมาฉีดตามนัด หรือมาก่อนนัดได้ 1 สัปดาห์ ไม่ควรมาหลังนัด เพราะจะทำให้ประสิทธิภาพการคุมกำเนิดลดลง
- สตรีสามารถมารับการฉีดยาคุมกำเนิดที่อนามัยใกล้บ้าน หรือโรงพยาบาล หรือคลินิกที่รับบริการฉีดคุมกำเนิด

Side effect ของการใช้ยาฉีด

มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม
Nakhon Pathom Rajabhat University



คุมกำเนิด

- เลือดออกกระปริดกระปรอย
- เป็นสิว
- เปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ (ซึมเศ
- เจ็บคัดตึงเต้านม
- หลอดเลือดอุดตัน



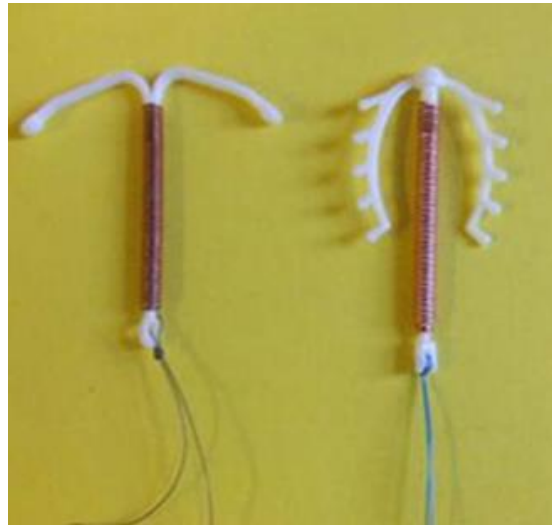
***** ถ้าต้องการหยุดยาเพื่อกลับมา
ตั้งครรภ์อาจต้องใช้เวลาประมาณ 1
ปี

Q&A

- How to use the injection?
- Who should to use the injection?



IUD : Intra uterine device



เริ่มใส่ วันที่หมดประจำเดือนหรือภายใน 7 วัน
นับจากวันแรกของการมีประจำเดือน



ข้อดีของการใส่ห่วงอนามัย

- มีประสิทธิภาพสูงในการคุมกำเนิด
- เหมาะสำหรับสตรีที่ต้องใช้การคุมกำเนิดนานๆ ยังไม่พร้อมทำหมัน
- ปลอดภัย ไม่มีอาการข้างเคียงเหมือนการใช้ฮอร์โมนคุมกำเนิด
- สะดวกต่อการใช้ หลังใส่ห่วงอนามัยสามารถคุมกำเนิดได้ทันที
- เมื่อต้องการมีบุตรอีก สามารถเอาห่วงอนามัยออกได้ง่ายและสามารถตั้งครรภ์ได้ในระยะเวลาสั้น

IUD : กลไกป้องกันการตั้งครรภ์



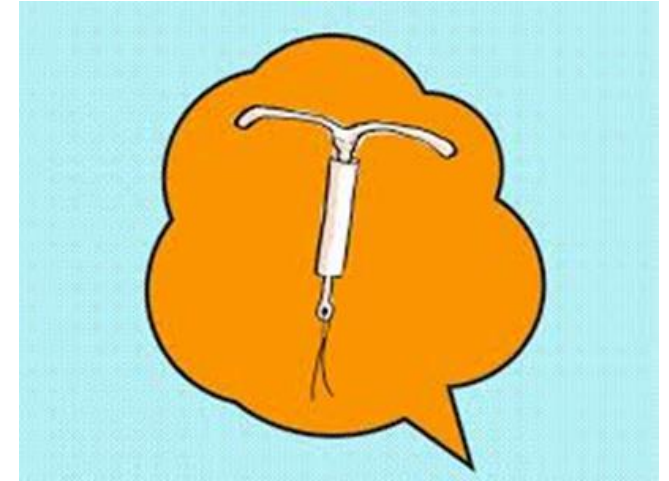
- การเปลี่ยนแปลงเยื่อบุโพรงมดลูก
- ผลต่อการเดินทางของเชื้ออสุจิและไข่
- ผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางชีวเคมีในโพรงมดลูก
- ทำลายอสุจิและไข่
- *Complication* ได้แก่ ระบุผิดปกติ, เลือดออก, ปวด, ติดเชื้อ, ห่วงทะลุ, ห่วงหลุด, ตั้งครรภ์
- ข้อห้ามใส่ : ตั้งครรภ์, ติดเชื้อ, เลือดออกมากขณะมีประจำเดือน, CA Cervix, CA Uterus, CA Endometrium



การดูแลขณะใส่ห่วง



- หลังประจำเดือนหมดใหม่ๆ ทุกเดือน
- ล้างมือให้สะอาด สอดนิ้วที่ยาวที่สุดเข้าไปเช็คว่ามีเส้นด้ายอยู่
- สังเกตเวลาเปลี่ยนผ้าอนามัย
มีห่วงหลุดออกมาหรือไม่
- ถ้ามีอาการผิดปกติปรึกษาแพทย์ หรือ
พยาบาล



สตรีที่เหมาะสมใส่ห่วงอนามัยที่ไม่มีฮอร์โมน

มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม
Nakhon Pathom Rajabhat University

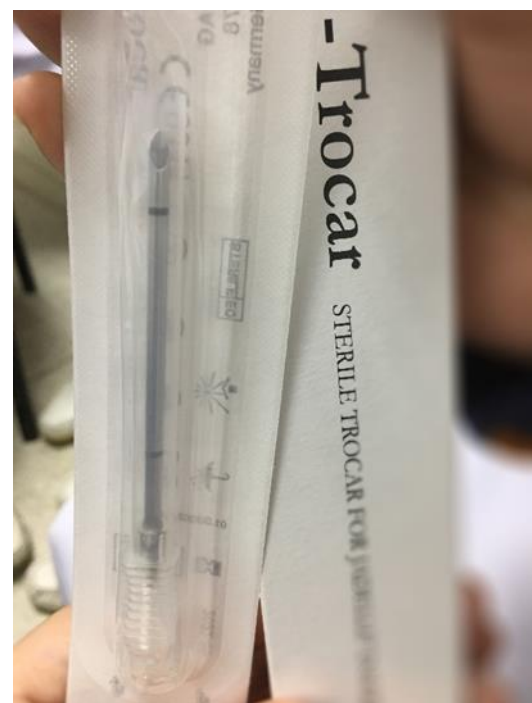


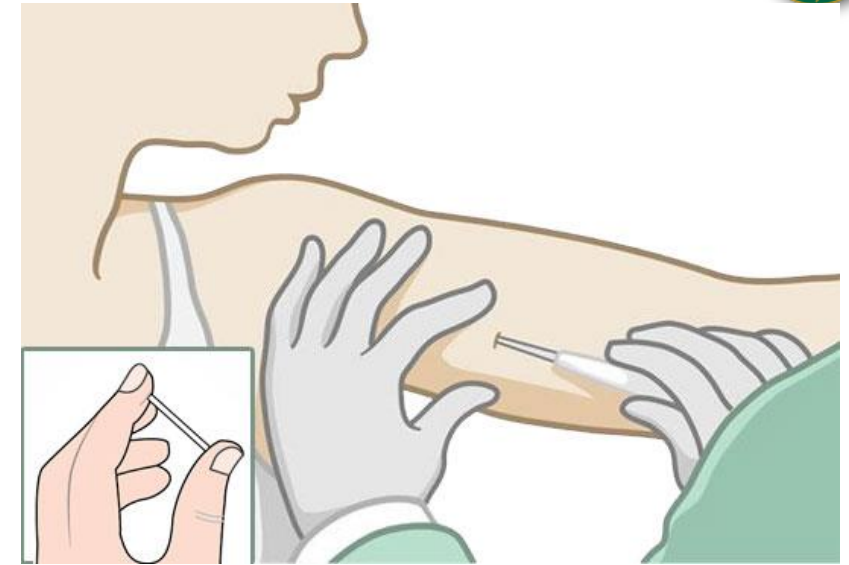
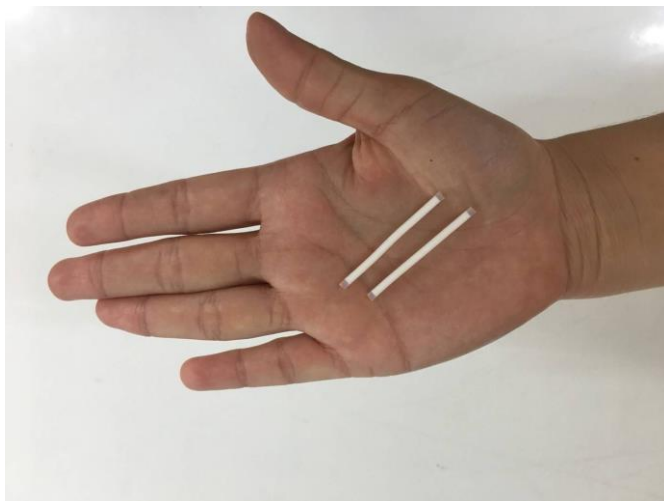
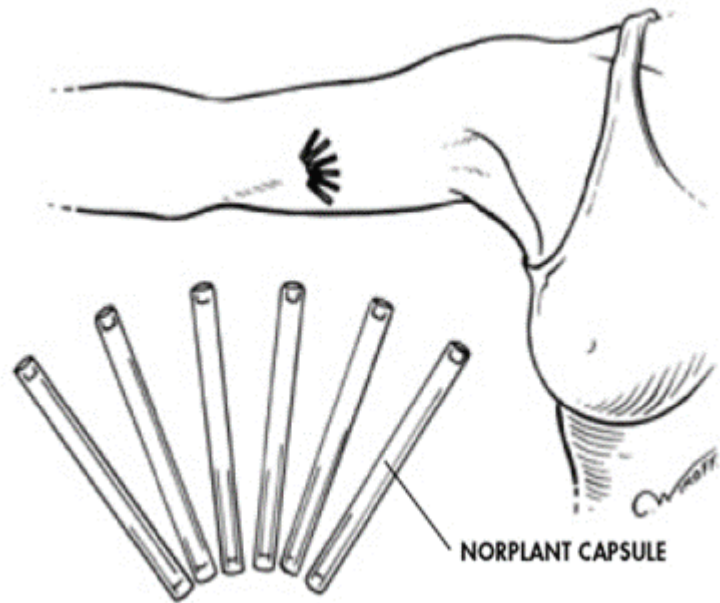
- สตรีที่ต้องการวิธีคุมกำเนิดที่มีประสิทธิภาพสูง และมีผลคุมกำเนิดได้นาน
- สตรีที่ไม่สามารถใช้ ฮอร์โมนคุมกำเนิด ยาเม็ด ยาฉีด ยาฝัง เช่นความดันโลหิตสูง อ้วน
- สตรีหลังคลอดบุตร สตรีที่ต้องการให้นมบุตรหลังคลอด เนื่องจากการใส่ห่วงอนามัยไม่ทำให้ปริมาณนมลดลง
- สตรีที่ต้องการคุมกำเนิดแบบกึ่งถาวรและต้องการมีบุตรในวันข้างหน้า
- มีบุตรอย่างน้อย 1 คน และต้องการเว้นระยะมีบุตร และต้องการเว้นระยะมีบุตรเป็นเวลานาน
- สตรีที่ไม่มีประวัติการอักเสบของอวัยวะในอุ้งเชิงกราน (Pelvic



การฝังฮอร์โมนคุมกำเนิด (Norplant)

มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม
Nakhon Pathom Rajabhat University





ยาฝังคุมกำเนิด (ชนิดหลอดเม สลายตัว)



- ยาฝัง 6 หลอดบรรจุฮอร์โมน

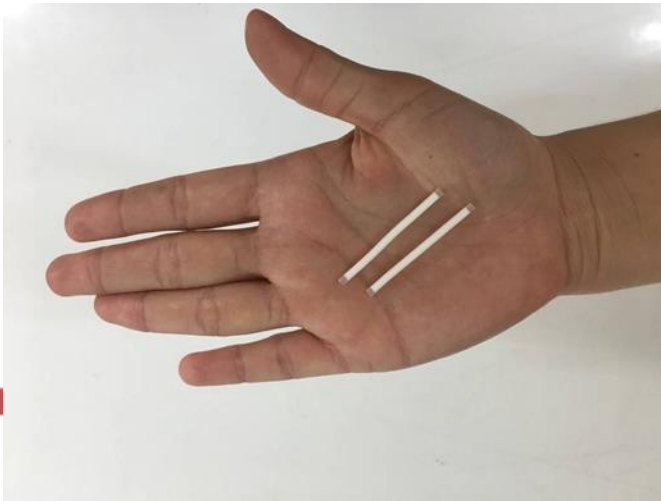
Levonorgestrel 36 mg ต่อหลอด
(Norplant-6) คุมได้นาน 5 ปี

- ยาฝัง 2 หลอด (Jadelle) คุมได้ 5 ปี

- ยาฝังหลอด (anon) ปกติ ฮอร์โมน

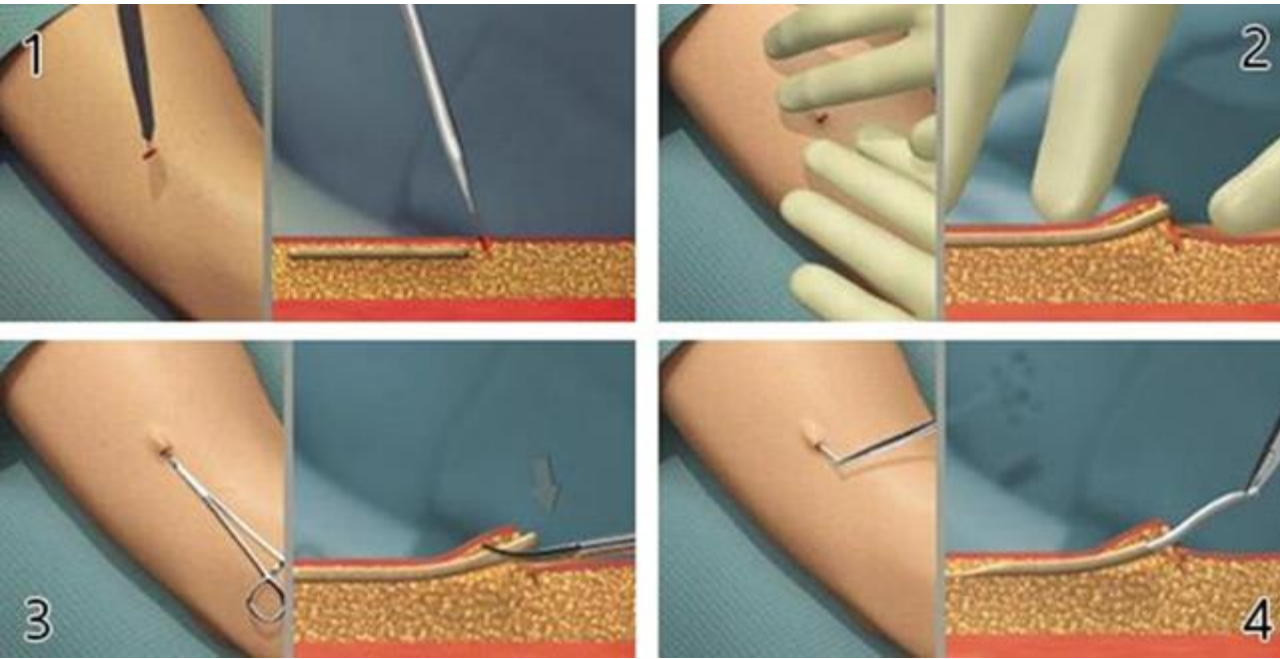
Etonogest

Progesto



ฮอร์โมน

คุมได้ 3 ปี





Side effect ของการใช้ยาแปะ

มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม
Nakhon Pathom Rajabhat University



คุมกำเนิด

เช่นเดียวกับยาเม็ดคุมกำเนิด

ได้แก่ ภาวะบวมน้ำ น้ำหนักตัวเพิ่ม

อารมณ์แปรปรวน ชื่นเศร้า ความดัน

สูง คลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้อง

ท้องอืด มีผื่นแดงคัน เป็นสิว หรือ

ประจำเดือนผิดปกติ

Contraindication ของแผ่นแปะ transdermal patch

- Thrombophebitis
- Deep vein thrombosis
- Cardiovascular disease
- ลิ่มหัวใจรั่ว
- BP > 160/100 mmHg
- DM
- CA Breast, CA Endometrium, CA Liver, Bleeding per vagina
- Migrane
- วัณโรคปอด



ยาคุมรักษาสิวสำหรับวัยรุ่น

มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม
Nakhon Pathom Rajabhat University

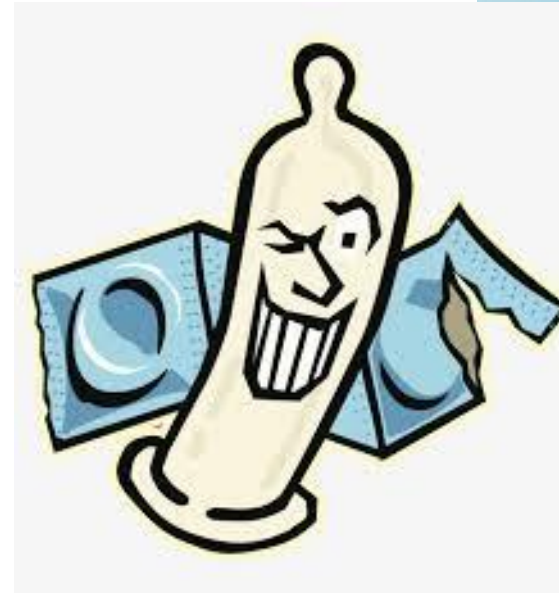
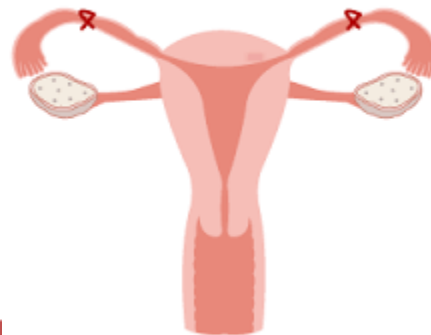
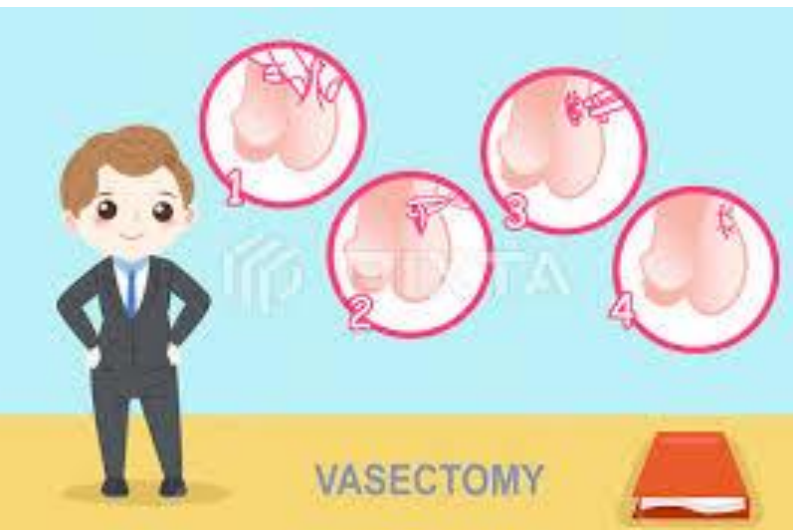


ตำรับยา คุมกำเนิด	ตัวอย่างชื่อการค้า	วิธีใช้เดือนประจำเดือน
<u>แบบ 21 เม็ด</u> ที่มีปริมาณยา เท่ากันทุกเม็ด	มาร์วีลอน (Marvelon®) 	- เมื่อรับประทานยาแผงเดิมจนหมดแล้ว ให้เริ่มยาแผงใหม่ต่อไปโดยไม่ต้องหยุดยา 7 วัน - รับประทานยาแผงใหม่วันละ 1 เม็ด และสามารถนำไปจนหมด (21 วัน) ตามด้วยการหยุดยา 7 วัน (ประจำเดือนมาในช่วงนี้) - จากนั้นจึงเริ่มยาอีกแผงได้ตามปกติ
<u>แบบ 22 เม็ด</u> ที่มีปริมาณยา 2 ระดับ คือ 7 เม็ด แรก (สีฟ้า) มีโพ รเจสโทเจนต่ำ ขณะที่อีก 15 เม็ด (สีขาว) มี โพรเจสโทเจนสูง	ออยเลซ (Oilezz®) 	- เมื่อรับประทานยาแผงเดิมจนหมดแล้ว ให้เริ่มยาแผงใหม่ต่อไปโดยไม่ต้องหยุดยา 6 วัน - เริ่มแผงใหม่ที่เม็ดสีขาว (เม็ดที่ 8) โดยรับประทานวันละ 1 เม็ด และสามารถนำไปจนถึงเม็ดที่ 22 (หรืออาจหยุดยาเร็วกว่านี้) ตามด้วยการหยุดยา 6 วัน (ประจำเดือนมาในช่วงนี้) - จากนั้นจึงเริ่มยาอีกแผงได้ตามปกติ หมายเหตุ: ตำรับยาลักษณะนี้ อาจต้องพิจารณาถึงค่าใช้จ่ายร่วมด้วย เนื่องจากไม่สามารถรับประทานยาได้ทั้งแผง (ยาที่เหลืออาจต้องทิ้งไป)
<u>แบบ 28 เม็ด</u> แต่มียาจริงเพียง	เมอซิลอน 28 (Mercilon® 28)	เมื่อรับประทานยาแผงเดิมจนถึง 21 เม็ดแล้ว ให้ทิ้ง 7 เม็ดสุดท้ายที่เหลืออยู่

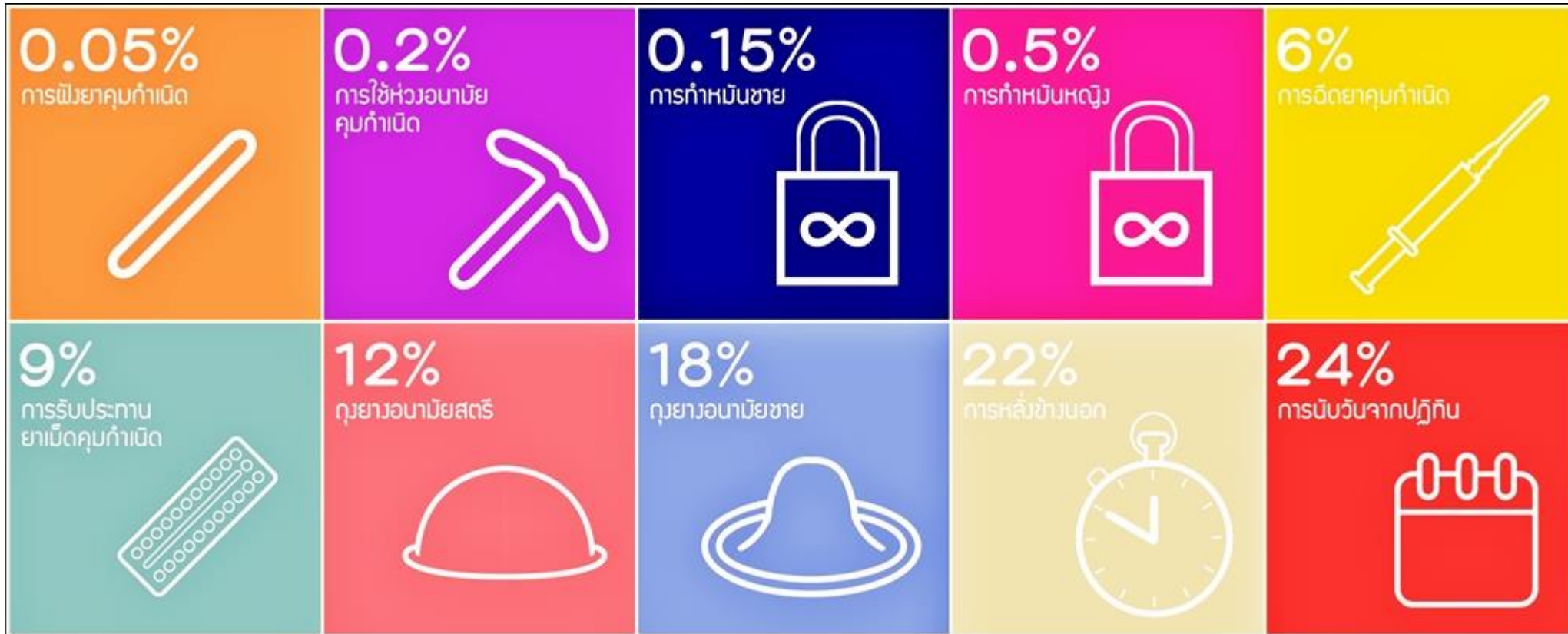


Contraception for HIV ??

- Condom
- Tubal resection & Tubal
- Vasectomy



โอกาสในการตั้งครรภ์ ประมาณ??



เรื่องรักที่ต้องรู้ LOVE EDUCATION (♀♂)



Thank
you
See u in
next
lesson