

ยากุมฉุกเฉิน



สาว ๆ หลายคนรู้จัก "ยากุมกำเนิดฉุกเฉิน" หรือที่นิยมเรียกกันว่า "ยากุมฉุกเฉิน" แต่หลายคนอาจจะไม่รู้จักวิธีการใช้ที่ถูกต้อง กลไกการออกฤทธิ์ รวมถึงผลข้างเคียง ดังนั้นเรามาทิ้งคำตอบจากผู้รู้กันดีกว่า

เริ่มจาก ผศ.ภญ.ดร.นิยดา เกียรติยิ่งอังศุลี ผู้จัดการแผนงานสร้างกลไกการเฝ้าระวังและพัฒนาระบบยา (กพย.) คณะเภสัชศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กล่าวว่า ประเทศไทยมีการใช้ยากุมฉุกเฉิน ประมาณ 8 ล้านแผงต่อปี โดย 1 แผงมียากุมฉุกเฉิน 2 เม็ด ยากุมฉุกเฉินมี 2 ประเภท คือ ยากุมฉุกเฉินฮอร์โมนรวมและยากุมฉุกเฉินฮอร์โมนเดี่ยว ที่นิยมใช้ คือ ยากุมฮอร์โมนเพศชนิดเดียว คือ ฮอโมนโปรเจสทินขนาด 0.75 มิลลิกรัม โดยสามารถลดความเสี่ยงในการตั้งครรภ์ได้ แต่ประสิทธิภาพจะลดลงไปตามระยะเวลาที่ทานยา

ยากุมฉุกเฉินควรรใช้ในผู้ที่ถูกข่มขืนกระทำชำเรา อุ้งขางอนามัยขั้วแตก นับระยะปลอดภัยยืมคิด ห่วงอนามัยหลุด ลืมฉีดยากุมกำเนิด ลืมทานยากุมเกิน 3 วัน

การทานยากุมฉุกเฉิน ควรรีบเร็วที่สุดหลังมีเพศสัมพันธ์ไม่พึงประสงค์ เพื่อให้ประสิทธิภาพยาสูงสุด ซึ่งวิธีการทานยากุมฉุกเฉินมี 2 แบบ คือ 1. ทานยาเม็ดแรกให้เร็วที่สุด อย่างน้อยภายใน 3 วันหลังจากมีเพศสัมพันธ์ จากนั้นอีก 12 ชม.จึงทานยาเม็ดที่สอง 2. ทานยากุมฉุกเฉิน เม็ดครั้งเดียว ภายใน 5 วัน หลังจากมีเพศสัมพันธ์

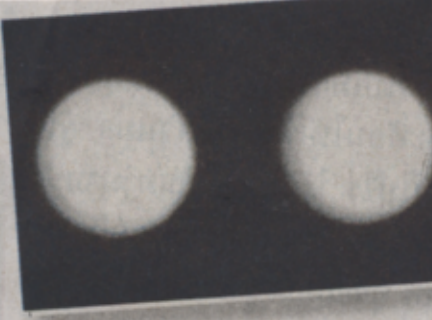
สำหรับความเข้าใจผิดเกี่ยวกับยากุมฉุกเฉิน เช่น เข้าใจว่า 1 เม็ดคุมได้ 12 ชม. ดังนั้นทานเม็ดเดียวก็พอ อีก 1 เม็ดเก็บไว้ ความจริงคือการใช้ยากุมฉุกเฉินต้องทานให้ครบ 2 เม็ด โดยอาจทานพร้อมกัน 2 เม็ดครั้งเดียว หรือทานแต่ละเม็ดห่างกัน 12 ชม.ก็ได้ แต่ถ้าทานไม่ครบ 2 เม็ดจะทำให้โอกาสล้มเหลวในการป้องกันการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์ได้ ทั้งนี้ไม่แนะนำให้ทานเกิน 2 แผง ภายในรอบเดือนเดียว เพราะอาจทำให้ระบบการสร้างฮอร์โมนของร่างกายผิดปกติ

ด้าน รศ.นพ.อรรณพ ใจสำราญ ภาควิชาสูติศาสตร์-นรีเวชวิทยา คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กล่าวว่า ยากุมฉุกเฉินในบ้านเรามี 2 ยี่ห้อ ประสิทธิภาพในการคุมกำเนิดประมาณ 50-80 กว่าเปอร์เซ็นต์ ปัจจุบันหลายคนไม่มีความรู้และความเข้าใจการใช้ยากุมฉุกเฉินอย่างถูกต้อง ส่วนตัวเคยตรวจคนไข้ที่



รศ.นพ.อรรณพ ใจสำราญ ผศ.ภญ.ดร.นิยดา เกียรติยิ่งอังศุลี

รพ.จุฬาลงกรณ์ โดยสอบถามว่ามีวิธีคุมกำเนิดอย่างไร ได้รับคำตอบว่า ทานยากุม ก็เข้าใจว่ายากุมที่คนใช้กินเป็นยากุมทั่วไปชนิดฮอร์โมนรวมที่ทานเป็นแผง ปรากฏว่าคนไข้บอกว่าทานยากุมฉุกเฉินสัปดาห์ละ 1 ครั้ง เดือนละ 4 ครั้ง เนื่องจากแฟนไปทำงานต่างจังหวัดกลับมาบ้านสัปดาห์ละครั้ง หรือบางครั้งมีผู้หญิงวัยรุ่นมาพบ บอกว่ามีประจำเดือนมากผิดปกติออกมา 10-15 วันเลือดไม่หยุดเลย ชักไปซักมาปรากฏว่าทานยากุมฉุกเฉิน 2-3 ครั้ง ในเวลา 1 สัปดาห์ เพราะว่ามีเพศสัมพันธ์หลายครั้ง บางคนเลือดออกมาก ซีด มา รพ.ก็เป็นผลข้างเคียงจากยากุม



ยากุม สำหรับข้อมูลใหม่เกี่ยวกับยากุมฉุกเฉิน คือ กลไกการออกฤทธิ์ที่เปลี่ยนแปลงไปส่งผลให้วิธีการใช้ที่ถูกต้องควรจะมีการปรับปรุง สมัยก่อนเราเข้าใจว่ายากุมฉุกเฉินที่ใช้กันอยู่เป็นฮอร์โมนขนาดสูง อาจจะมีฤทธิ์หลายอย่าง ไปทำให้ตัวอ่อน

หรือไข่ที่ผสมแล้วไม่สามารถฝังตัวในมดลูก หรือทำให้ตัวอ่อนที่ฝังแล้วหลุดไปคล้าย ๆ กับการแท้งบุตร มีผลต่อสเปิร์ม แต่ข้อมูลล่าสุดซึ่งเป็นที่ยืนยันจากนักวิชาการต่าง ๆ ทั่วโลก บอกว่ากลไกหลักจริง ๆ ที่ป้องกันการตั้งครรภ์ของยากุมฉุกเฉิน ก็คือเป็นการยับยั้งหรือชะลอระยะเวลาการตกไข่ออกไป ส่วนข้อมูลที่บอกว่ายากุมฉุกเฉินทำให้ตัวอ่อนไม่สามารถฝังตัวได้ ทำให้เยื่อโพรงมดลูกเปลี่ยนแปลงไป ตรงนั้นยังไม่มีข้อมูลชัดเจน การที่มีข้อมูลนี้ออกมาทำให้ทราบ ว่า ในการจะใช้ยากุมฉุกเฉินให้มีประสิทธิภาพสูงสุดจะต้องใช้ก่อนที่จะมีการตกไข่ ถ้าใช้ในช่วงใกล้เวลาตกไข่ หรือใช้ในวันที่มีการตกไข่แล้วแทบจะไม่มีประสิทธิภาพเลย ใช้เสร็จแทนที่จะช่วยป้องกันการตั้งครรภ์ แต่ปรากฏว่าทำให้เกิดการตั้งครรภ์

เพราะฉะนั้นต้องใช้อย่างที่ที่มีการตกไข่ เพราะการทานยากุมฉุกเฉินในแต่ละวันประสิทธิภาพจะไม่เท่ากัน เช่น ถ้าทานในช่วงก่อนวันไข่ตก อาจจะไม่ป้องกันได้สูงมาก 80-90% แต่ถ้าไปทานในวันที่ไข่ตกพอดีอาจจะเหลือ 0% ไม่สามารถที่จะป้องกันการตั้งครรภ์ได้

นอกจากนี้การใช้ยากุมฉุกเฉินควรรีบเร็วที่สุด หลังจากที่มีเพศสัมพันธ์โดยไม่ได้ป้องกัน ข้อมูลเดิมบอกว่าให้ใช้ภายใน 72 ชม. แต่ก็มีบางคนเข้าใจผิดว่ามีเพศสัมพันธ์ผ่านไป แล้ว 3 วันค่อยไปหายากุมฉุกเฉินมาทานก็ได้จริง ๆ แล้วยิ่งทานเร็วหลังจากมีเพศสัมพันธ์ยิ่งมีประสิทธิภาพผลสูง ยิ่งทานห่างออกไปเท่าไร ประสิทธิภาพจะลดลงมากเท่านั้น

ยังมีข้อมูลใหม่ ๆ เกี่ยวกับขนาดของยาที่ใช้ยา เดิมเข้าใจว่ายากุมกำเนิดฉุกเฉินให้ทานครั้งแรกภายใน 72 ชม.หลังจากมีเพศสัมพันธ์ หลังจากนั้นอีก 12 ชม.ให้รับประทานยาเม็ดที่ 2 ก็เป็นข้อมูลที่ถูกต้อง แต่ข้อมูลใหม่ที่องค์การอนามัยโลกก็ยอมรับ คือ การทานครั้งแรกนั้นอาจจะชดออกไปได้ถึง 120 ชม. หรือ 5 วัน หลังจากนั้นก็ค่อยทานอีกเม็ด หรือจะทานทีเดียว 2 เม็ดพร้อมกันก็ได้ภายใน 120 ชม. แต่เวลาสื่อสารไปยังประชาชนต้องระมัดระวัง เพราะอาจไปตีความว่าหลังมีเพศสัมพันธ์ 5 วันแล้วค่อยใช้ยากุมฉุกเฉิน สิ่งที่ต้องย้ำคือใช้ให้เร็วที่สุดก็จะมีประสิทธิภาพสูงสุด ที่สุด ในกรณีที่เป็นจริง ๆ หายาไม่ได้ เข้าไป 5 วันก็ยังพอใช้ได้ แต่ประสิทธิภาพจะลดลงมากอาจจะเหลือเพียง 40-50% ก็ยังดีกว่าจะไม่ป้องกันเลย แล้วเกิดการตั้งครรภ์แล้วต้องไปเอาเด็กออก

[ข้อมูลนี้แล้ว]

ข้อมูลเรื่องการใช้จ่ายคุมฉุกเฉินภายใน 120 ชม. ได้รับการยอมรับในหลายประเทศ รวมทั้งองค์การอาหารและยาของสหรัฐ แต่ก็จะมีคำเตือนว่าให้ทานเร็วที่สุด สำหรับคนไทยยังรู้ข้อมูลตรงนี้น้อยมาก เพราะเป็นข้อมูลใหม่ที่ยังไม่ค่อยมีการเผยแพร่มากนัก

ผลข้างเคียงจากการใช้จ่ายคุมฉุกเฉิน เนื่องจากเป็นยาฮอร์โมนที่มีปริมาณฮอร์โมนสูง อาการที่พบบ่อย คือ ประจำเดือนผิดปกติ เช่น มีเลือดออกมากกว่าปกติ หรือ ออกน้อยกว่าปกติ ประจำเดือนขาด ประจำเดือนมาเร็ว รอบ ประจำเดือนสั้น รอบประจำเดือนยาว หรือ ประจำเดือนมากะปริดกะปรอย 30-70% คลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้อง 20% เจ็บเต้านม 10%

ต้องยอมรับว่าคนยังไม่เข้าใจเรื่องการใช้จ่ายคุมฉุกเฉินที่ถูกต้อง อย่างคนที่กิน 4 ครั้ง ใน 1 เดือนภายหลังจากมีเพศสัมพันธ์กับแฟน ไม่ถูกต้อง เมื่อรู้อยู่แล้วว่า จะต้องใช้เพศสัมพันธ์เป็นประจำ มีวิธีอื่นดั่งเขอะแอะ เช่น ทานยาคุมทั่วไปแบบที่ทานทุกวันก็ได้ ฉีดยา ฟิงยา ใต้วงก็ได้ มีสารพัดวิธีซึ่งมีประสิทธิภาพสูงมาก ทั้งนี้อยากสื่อสารไปยังทุกคนว่า ไม่ได้ห้ามใช้ แต่จำเป็นต้องมีความรู้ที่จะใช้ ใช้ให้ถูกต้อง คือ ใช้ในกรณีฉุกเฉิน จำเป็นจริง ๆ

เมื่อถามว่า ใน 1 เดือนไม่ควรทานยาคุมฉุกเฉินเกินกี่แผง รศ.นพ.อรรถพร กล่าวว่า ความจริงไม่มีข้อห้าม แต่โดยทั่วไปมีคำแนะนำว่าไม่ควรทานเกิน 2 แผงต่อเดือน ดังนั้นควรใช้ให้น้อยที่สุด ใช้กรณีจำเป็นจริง ๆ.

นพวรสฯ บุณยานุ : รายงาน