



- ใครควรกินยาคุมฉุกเฉิน?

- ยาคุมฉุกเฉินคืออะไร?

- ยาคุมฉุกเฉินปลอดภัยหรืออันตราย?

- ยาคุมฉุกเฉินสามารถทำให้แท้งได้หรือไม่?

ข้อเท็จจริงเรื่อง ยาคุมฉุกเฉิน



ข้อเท็จจริงเรื่อง ยาคุมฉุกเฉิน



ข้อเท็จจริงเรื่องยาคุมฉุกเฉิน

จัดทำโดย



มูลนิธิสร้างความเข้าใจเรื่องสุขภาพผู้หญิง (สคส.)
12/22 ถนนเทศบาลสงเคราะห์ แขวงลาดยาว เขตจตุจักร กรุงเทพฯ 10900
โทรศัพท์ 0 2591 1224-5 โทรสาร 0 2591 1099
อีเมลล์ contact@whaf.or.th เว็บไซต์ www.whaf.or.th

สนับสนุนการจัดพิมพ์ครั้งที่ 2 โดย
แผนงานสร้างเสริมสุขภาวะทางเพศ
สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ
12/22 ถนนเทศบาลสงเคราะห์ แขวงลาดยาว เขตจตุจักร กรุงเทพฯ 10900
โทรศัพท์ 0 2591 1224-5 โทรสาร 0 2591 1099
อีเมลล์ hsp.thailand@gmail.com เว็บไซต์ www.healthysexuality.info

ISBN 974-93680-0-2

พิมพ์ครั้งที่ 1 ตุลาคม 2548 จำนวน 2,500 เล่ม
พิมพ์ครั้งที่ 2 กันยายน 2550 จำนวน 10,000 เล่ม

พิมพ์ที่ บริษัทพีเอ็นพี กรุ๊ป
67/58 ถ.แอมป์แลนด์ แขวงคลองจั่น เขตบางกะปิ กรุงเทพฯ 10240
โทรศัพท์ 0 2733 0645 โทรสาร 0 2733 1473

ออกแบบปกและรูปเล่ม Sister Print & Media Group
ภาพประกอบ จาก www.sxc.hu

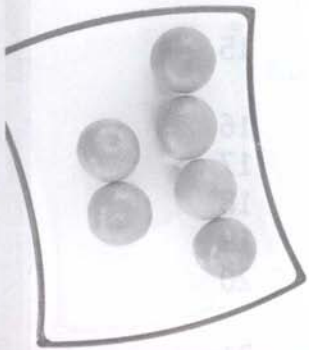
เอกสารนี้ผลิตโดย มูลนิธิสร้างความเข้าใจเรื่องสุขภาพผู้หญิง (สคส.) และ แผนงานสร้างเสริมสุขภาวะทางเพศ เพื่อเผยแพร่ข้อมูลจากงานวิจัยที่ได้มาตรฐานทั้งที่มีอยู่ในประเทศไทยและงานวิจัยจากต่างประเทศ เพื่อให้เป็นประโยชน์กับผู้นสนใจข้อมูลในเอกสารนี้ สามารถเผยแพร่ พิมพ์ซ้ำ หรือนำไปปรับใช้ โดยอ้างอิงแหล่งที่มาอย่างถูกต้องและใช้ในกิจกรรมที่ไม่แสวงหากำไรได้โดยไม่ต้องขออนุญาตผู้จัดพิมพ์ก่อน

สารบัญ

เกริ่นนำ	4
การตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อมปัญหาระดับโลก	6
การคุมกำเนิดแบบฉุกเฉิน คืออะไร?	8
ยาคุมฉุกเฉิน คืออะไร?	10
ยาคุมฉุกเฉินมี 2 แบบ	11
ยาคุมฉุกเฉินฮอร์โมนผสม	11
วิธีการกินยา	11
ยาคุมฉุกเฉินฮอร์โมนเดี่ยว	12
ใครควรกินยาคุมฉุกเฉิน?	14
ยาคุมธรรมดา	
ก็สามารถใช้เป็นยาคุมฉุกเฉินได้	15
วิธีการนำยาคุมกำเนิดธรรมดาฮอร์โมนผสม มากินเป็นยาคุมฉุกเฉิน	16
อาการข้างเคียง	17
ยาคุมฉุกเฉินป้องกันการตั้งครรภ์ได้อย่างไร?	18
ประสิทธิภาพในการป้องกันการตั้งครรภ์	19
ยาคุมฉุกเฉิน : ปลอดภัยหรือเป็นอันตราย?	20
การกินยาคุมฉุกเฉิน	
สามารถทำให้เกิดการแท้งได้หรือไม่ ?	21
ถ้ากินยาคุมฉุกเฉินแล้วแต่ยังตั้งครรภ์ เด็กในครรภ์จะพิการหรือไม่ ?	22
ถุงยางอนามัยกับยาคุมฉุกเฉิน อย่างไรหน่ดดีกว่ากัน ?	23
วิธีคุมกำเนิดแบบฉุกเฉิน	
สามารถลดจำนวนการทำแท้งได้จริงหรือ ?	24
มีผู้หญิงจำนวนมากเท่าไรที่ใช้ยาคุมฉุกเฉิน ?	26
ข้อมูลอ้างอิง	29

เกริ่นนำ

ยาคุมกำเนิดฉุกเฉิน หรือ Emergency Contraceptive Pill หรือที่มักเรียกกันในชื่อ “ยาคุมหลังร่วมเพศ” หรือ “ยาคุมชั่วคราว” คือยาที่มีส่วนประกอบเหมือนกับยาคุมกำเนิดปกติ เพียงแต่มีปริมาณยามากขึ้นตามสูตรที่กำหนดไว้ ใช้เพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ในกรณีฉุกเฉิน หลังจากมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ได้ป้องกันหรือคุมกำเนิดแบบปกติแล้วแต่พลาด ถือเป็นทางออกสำรองที่ผู้หญิงสามารถเลือกเพื่อแก้ไขปัญหาในกรณีฉุกเฉินได้



ข้อเท็จจริง
เรื่องยาคุม
ฉุกเฉิน

น่าเสียดายที่ข้อมูลยาคุมกำเนิดฉุกเฉินมักไม่ได้รับการเผยแพร่ ไม่ว่าจะเป็นข้อมูลการใช้ยาที่ถูกต้อง และอาการข้างเคียงอื่นๆ ที่จำเป็นต่อการตัดสินใจใช้ยานี้ ทำให้บ้านเรายังคงเผชิญกับปัญหาการตั้งครรภ์เมื่อไม่พร้อม นอกจากนี้ สถานการณ์กลับเลวร้ายลงไป เพราะมีการใช้ยาคุมฉุกเฉินผิดวิธี ผู้ที่จำเป็นต้องใช้ กลับไม่ได้ใช้ เช่น ผู้หญิงที่ถูกข่มขืน และผู้ที่ใช้ยาคุมกำเนิดแบบปกติแต่พลาด ซึ่งทำให้เป็นอันตรายต่อสุขภาพของผู้หญิงที่ใช้ อีกทั้งยังไม่ได้ผลตามที่ควรจะเป็นอีกด้วย

มูลนิธิสร้างความเข้าใจเรื่องสุขภาพผู้หญิงเชื่อว่าการปกปิดข้อมูล
ยาคุมฉุกเฉินไม่ได้ทำให้วัยรุ่นมีเพศสัมพันธ์น้อยลง แต่กลับทำให้มีการใช้
อย่างพร่ำเพรื่อ และไม่ถูกวิธี หนังสือ “ข้อเท็จจริงเรื่องยาคุมฉุกเฉิน” เล่มนี้
จึงต้องการให้ข้อมูลที่รอบด้านเกี่ยวกับยาคุมกำเนิดฉุกเฉิน เพื่อให้ผู้หญิง
สามารถใช้ยาได้อย่างถูกวิธี ป้องกันปัญหาการตั้งครรภ์เมื่อไม่พร้อม
และช่วยลดความเสี่ยงที่ผู้หญิงต้องเผชิญกับความไม่ปลอดภัยจากการ
ทำแท้ง

หนังสือ “ยาคุมกำเนิดฉุกเฉิน” เล่มนี้เป็นการตีพิมพ์ครั้งที่สอง
แล้ว เพื่อปรับปรุงข้อมูลให้เป็นปัจจุบัน มูลนิธิสร้างความเข้าใจเรื่อง
สุขภาพผู้หญิงหวังว่าท่านคงได้รับประโยชน์จากหนังสือเล่มเล็กนี้บ้าง
และยินดีน้อมรับคำแนะนำ คำติชม ข้อมูลความก้าวหน้าทางวิชาการ
และที่สำคัญที่สุดคือเรื่องเล่าจากประสบการณ์ของผู้อ่านทุกท่านเสมอค่ะ
ติดต่อเราได้ตามที่อยู่ในหนังสือเล่มนี้ค่ะ

มูลนิธิสร้างความเข้าใจเรื่องสุขภาพผู้หญิง

กันยายน 2550

การตั้งครรภ์ ที่ไม่พร้อม ปัญหาระดับโลก

6

ข้อเท็จจริง
เรื่องยาคุม
ฉุกเฉิน

องค์การอนามัยโลกให้ข้อมูลว่า ในทุกปี ปัญหาการตั้งครรภ์โดยไม่พร้อมเป็นสาเหตุ นำไปสู่การทำแท้งที่ไม่ปลอดภัยของผู้หญิงอย่างน้อยจำนวน 20 ล้านคน ซึ่งกว่า 100,000 คน ต้องเสียชีวิตลงในที่สุดเพราะเกิดอาการแทรกซ้อนต่าง ๆ ยิ่งไปกว่านั้น ผู้หญิงอีกจำนวนนับล้านต้องประสบปัญหาเรื้อรังทางสุขภาพอันเนื่องมาจากการทำแท้งที่ไม่ปลอดภัยด้วย



เฉพาะในประเทศไทย ผลการสำรวจหลายครั้งระบุว่า ในจำนวนผู้หญิงที่สมรสแล้วและ ตั้งครรภ์ เป็นการตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อมถึง 1 ใน 3 ของจำนวนทั้งหมด ซึ่งนับว่าเป็นตัวเลขที่ค่อนข้างสูง โดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้าพิจารณาว่านี่เป็นการสำรวจเฉพาะผู้ที่สมรสแล้วเท่านั้น ยังไม่รวมผู้หญิงอีกจำนวนมากที่ตั้งครรภ์โดยที่ไม่ได้สมรส ซึ่งมีผู้ที่ตั้งครรภ์โดยไม่พร้อมเป็นจำนวนมากที่ตัดสินใจยุติการตั้งครรภ์ของตนเอง

การคุมกำเนิดแบบฉุกเฉินสามารถช่วยลดอัตราการตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อม ซึ่งส่งผลให้การทำแท้งมีจำนวนลดลงด้วย และนั่นหมายถึงชีวิตของผู้หญิงจำนวนไม่น้อยเลยทีเดียวที่ไม่ต้องสูญเสียไปเพราะการทำแท้งที่ไม่ถูกต้องหลักการแพทย์ และชีวิตของเด็กจำนวนมากที่ไม่ต้องเกิดมาโดยที่ครอบครัวไม่พร้อมจะเลี้ยงดู •

การคุมกำเนิด แบบฉุกเฉิน คืออะไร ?

การคุมกำเนิดแบบฉุกเฉินก็คือ วิธีการคุมกำเนิดที่ใช้ภายหลังการมีเพศสัมพันธ์ เพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ เฉพาะกรณีฉุกเฉินจริงๆ

การคุมกำเนิดแบบฉุกเฉิน จะใช้เพื่อแก้ปัญหา เฉพาะในกรณีที่คุณ “พลาด” และเสี่ยงต่อการตั้งครรภ์โดยไม่ได้วางแผนเท่านั้น มันไม่ใช่การคุมกำเนิดตามปกติ และไม่ใช่วิธีที่จะนำมาใช้ในการวางแผนครอบครัวด้วย

เราเคยนิยมเรียกยาเม็ดที่ใช้เพื่อการคุมกำเนิดฉุกเฉินนี้ว่า “ยาคุมหลังร่วมเพศ” หรือ “ยาคุมชั่วคราว” หรือ “morning after” ซึ่งเป็นชื่อเรียกที่สร้างความเข้าใจผิดและนำไปสู่การใช้ยาคุมฉุกเฉินผิดวัตถุประสงค์ ซึ่งอาจส่งผลต่อร่างกายของผู้หญิงในระยะยาว

ข้อเท็จจริง
เรื่องยาคุม
ฉุกเฉิน



เพราะยากุมฉุกเฉินไม่ใช่การ
คุมกำเนิดแบบธรรมดาที่เรา
คุ้นเคยกัน อย่างเช่น ยาคุม 21
เม็ด หรือยาคุม 28 เม็ด แต่ยากุม

ฉุกเฉินเป็นยาที่ผลิตขึ้นมาโดยมีสูตรเฉพาะ เพื่อให้ผู้หญิงใช้ในกรณีที่เกิด
ปัญหาและไม่ต้องการตั้งครรภ์เท่านั้น

หากเรานำยากุมฉุกเฉินมาใช้แทนวิธีคุมกำเนิดแบบธรรมดา
มันจะกลายเป็นวิธีคุมกำเนิดที่มีประสิทธิภาพต่ำไปในทันที นั่น
หมายความว่า **หากคุณมีเพศสัมพันธ์เป็นประจำและใช้ยากุมฉุกเฉิน
บ่อยๆ เพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ คุณจะมีโอกาสเสี่ยงต่อการตั้งครรภ์
มากขึ้น เมื่อเทียบกับการใช้วิธีคุมกำเนิดแบบธรรมดากวิธีอื่น ๆ**

การคุมกำเนิดฉุกเฉินมิได้มีเพียงการกินยาเท่านั้น แต่ยังสามารถทำได้โดยการใส่ “ห่วงอนามัย” หรือที่เรียกกันว่า IUD (ไอยูดี)
ซึ่งวิธีนี้ต้องอาศัยแพทย์หรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุขที่ผ่านการอบรมเป็นผู้
ใส่ให้ เป็นวิธีที่ไม่สะดวกจึงไม่เป็นที่นิยมใช้ •

ยาคุมฉุกเฉิน คืออะไร ?

เป็นเวลาหลายสิบปีแล้วที่ผู้หญิงทั่วโลกใช้ยาคุมฉุกเฉินในการป้องกันการตั้งครรภ์หลังจากมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ได้ป้องกัน (unprotected sex) องค์การอนามัยโลกให้การรับรองว่าการกินยาคุมฉุกเฉินเป็นวิธีที่ปลอดภัยและมีประสิทธิภาพในการป้องกันการตั้งครรภ์หลังจากมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ได้ป้องกันการตั้งครรภ์ในระดับหนึ่ง

ยาคุมฉุกเฉินมีส่วนผสมเช่นเดียวกับยาคุมธรรมดา แต่มีปริมาณฮอร์โมนต่อเม็ดสูงกว่า และต้องกินหลังจากมีเพศสัมพันธ์ภายในเวลาที่กำหนดเท่านั้นจึงจะมีประสิทธิภาพในการป้องกันการตั้งครรภ์ ในขณะที่

ยาคุมธรรมดาต้องกินวันละ 1 เม็ด
ทุก ๆ วัน (กรณีแผงละ 28 เม็ด)
และมีปริมาณฮอร์โมนต่อเม็ดย
กว่า



การกินยาคุมฉุกเฉิน
ล่วงหน้า
ก่อนมีเพศสัมพันธ์
จะไม่สามารถป้องกัน
การตั้งครรภ์ได้เลย

ยาคุมฉุกเฉิน มี 2 แบบ

● ยาคุมฉุกเฉินฮอร์โมนผสม

(Combined Pill Regimen: Yuzpe Method)

ประกอบด้วยฮอร์โมนเอสโตรเจนและโปรเจสตินผสมกัน ยาคุมฉุกเฉินแบบนี้ไม่มีขายในบ้านเรา ส่วนปริมาณยาที่กินแต่ละครั้งต้องมีฮอร์โมนเอธิลเอสตราดิออล (ethinyl estradiol) อย่างน้อย 0.1 มิลลิกรัม ร่วมกับฮอร์โมนเลวออร์เจสเตรล (levonorgestrel) อย่างน้อย 0.5 มิลลิกรัม



วิธีการกินยา

- ◎ ต้องกินสองครั้ง คือ กินครั้งแรก ภายใน 72 ชั่วโมงที่มีเพศสัมพันธ์โดยไม่ได้ป้องกัน และอีก 12 ชั่วโมงถัดไปให้กินอีกครั้งหนึ่ง ซึ่งหมายความว่า ถ้ามีเพศสัมพันธ์ตอนสองทุ่ม และกินยาเม็ดแรกตอน 5 ทุ่ม จะต้องกินยาเม็ดที่สองตอน 11 โมงเช้า ซึ่งก็คือ 12 ชั่วโมงถัดมานั่นเอง

● ยาคุมฉุกเฉินฮอร์โมนเดี่ยว

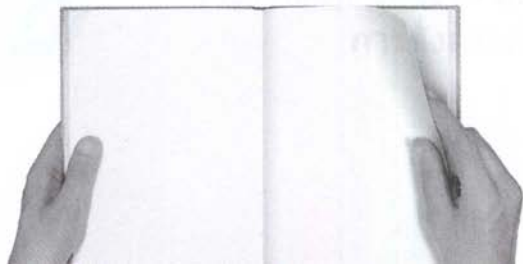
(Progestin -Only Pill Regimen)

ซึ่งมีฮอร์โมนโปรเจสตินเพียงอย่างเดียว ในบ้านเรามีขายอยู่ 2 ยี่ห้อ คือ โปสตินอร์ (Postinor) และมาดอนนา (Madonna) ทั้ง 2 ยี่ห้อ มีปริมาณฮอร์โมนเลวอนอร์เจสเตรล 0.75 มิลลิกรัม/เม็ด สำหรับยาคุมฉุกเฉินฮอร์โมนเดี่ยว ต้องกินฮอร์โมนเลวอนอร์เจสเตรลเข้าไปทั้งหมด 1.5 มิลลิกรัม

วิธีการกินยา

- ๐ ที่ผ่านมา ข้อมูลทางวิชาการระบุว่าต้องกิน 2 ครั้ง ครั้งแรก ภายในเวลา 72 ชั่วโมง และกินครั้งที่สอง ในเวลา 12 ชั่วโมง ถัดไป โดยปริมาณยาที่กินแต่ละครั้งต้องมีฮอร์โมนเลวอนอร์เจสเตรลอย่างน้อย 0.75 มิลลิกรัม

แต่ปัจจุบัน องค์การอนามัยโลกได้รวบรวมข้อมูลงานวิจัยเกี่ยวกับประสิทธิภาพของยาคุมฉุกเฉินฮอร์โมนเดี่ยวกรณีที่ยกินครั้งเดียวในปริมาณ 1.5 มิลลิกรัม พบว่ามีประสิทธิภาพเช่นเดียวกับการกินแยกสองครั้งๆ ละ 0.75 มิลลิกรัม และไม่ได้ทำให้เกิดอาการข้างเคียงมากขึ้นแต่อย่างใด จึงแนะนำว่าควรกินครั้งเดียว 1.5 มิลลิกรัมไปเลย เพื่อความสะดวกและป้องกันการหลงลืมกินยาเม็ดที่สองด้วย



ดังนั้น ยาคุมฉุกเฉินฮอร์โมนเดี่ยว (ยี่ห้อโพสตินอร์ และ มาดอนนาที่มีขายในไทย) สามารถกินได้ 2 แบบ คือ

- ๑ กิน 2 เม็ดพร้อมกัน
- ๑ กินทีละ 1 เม็ด โดยกินเม็ดแรกภายใน 72 ชั่วโมง และกินเม็ดที่สองอีก 12 ชั่วโมงถัดไป



ใครควรกิน ยาคุมฉุกเฉิน ?

14

ข้อเท็จจริง
เรื่องยาคุม
ฉุกเฉิน

ยาคุมฉุกเฉินไม่ใช่ยาคุมธรรมดาที่ต้องกินเป็นประจำทุกวัน แต่เป็นยาคุมกำเนิดที่มีปริมาณฮอร์โมนสูงมากเป็นพิเศษ เพราะผลิดขึ้นมาเพื่อ แก้ปัญหา ให้แก่ผู้หญิงที่ไม่ต้องการตั้งครรภ์ในกรณีต่อไปนี้เท่านั้น :

- ◎ มีเพศสัมพันธ์โดยไม่ได้ใช้วิธีคุมกำเนิดใด ๆ
- ◎ ใช้ถุงยางแล้ว แต่ไม่แน่ใจว่ารั่ว / แตก / หลุดหรือไม่
- ◎ กินยาคุมชนิดธรรมดาอยู่ แต่ลืมกินไปวันสองวัน หรือนานกว่านั้น
- ◎ ใส่ห่วงคุมกำเนิดแล้ว แต่มันหลุด
- ◎ นับระยะปลอดภัย (หน้าเจ็ดหลังเจ็ด) ผิดพลาด
- ◎ ถูกข่มขืน, มีเพศสัมพันธ์โดยไม่ตั้งใจ ไม่เต็มใจ



ในภาวะฉุกเฉินที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ การกินยาคุมฉุกเฉินอย่างถูกวิธีหลังจากมีเพศสัมพันธ์จะช่วยลดโอกาสเสี่ยงของการตั้งครรภ์ได้ประมาณ 75 เปอร์เซ็นต์ แต่ถ้าคุณมีเพศสัมพันธ์อยู่เป็นประจำ หรือมีเป็นระยะ ๆ คุณควรจะใช้วิธีคุมกำเนิดแบบธรรมดาซึ่งจะป้องกันการตั้งครรภ์ได้ดีกว่าการกินยาคุมฉุกเฉิน •

ยาคุมธรรมดา ก็สามารถใช้เป็นยาคุมฉุกเฉินได้

ยาเม็ดคุมกำเนิดธรรมดาที่มีขายสารพัดยี่ห้อตามร้านขายยาทั่วไป ก็มีทั้งยาคุมที่มีฮอร์โมนผสม และที่มีฮอร์โมนชนิดเดียว และก็มีปริมาณฮอร์โมนชนิดต่างๆ แตกต่างกันไปแล้วแต่ยี่ห้อ

การนำยาคุมกำเนิดธรรมดามากินแทนยาคุมฉุกเฉิน จึงต้องระมัดระวังอ่านฉลากให้ดีว่ามีปริมาณฮอร์โมนแต่ละชนิดเท่าใด เพื่อที่จะได้กินตรงตามสูตรของยาคุมฉุกเฉินทั้งชนิดฮอร์โมนเดี่ยว และฮอร์โมนผสม •



วิธีการนำยาคุมกำเนิดธรรมดาฮอร์โมนผสม มากินเป็นยาคุมฉุกเฉิน

ตัวอย่างยาคุมธรรมดา
ฮอร์โมนผสมที่ขึ้น
ทะเบียนกับ ออย. และมี
ขายตามร้านขายยา
ทั่วไป

ปริมาณ
และ
ระยะเวลาที่กิน

แอนนา (AnNa)
ไมโครโกนอน 30
(Microgynon 30)
นอร์ดेटต์ (Nordette)
ริเกวิดอน (Rigevidon)

กินครั้งละ 4 เม็ด ครั้ง
แรกภายใน 72 ชั่วโมง
หลังจากมีเพศสัมพันธ์
โดยไม่ได้ป้องกัน
และกินครั้งที่สอง
อีก 12 ชั่วโมงถัดมา

อาการ ข้างเคียง

จากการศึกษาวิจัยพบว่าหลังจากกินยาคุมฉุกเฉินเข้าไปแล้ว ผู้หญิง 1 ใน 2 คนจะมีอาการคลื่นไส้ และผู้หญิง 1 ใน 5 คนจะอาเจียน หากกินยาพร้อมกับกินอาหารตามเข้าไปด้วยก็จะช่วยลดอาการคลื่นไส้ลงได้บ้าง แต่ถ้าอาเจียนในช่วง 2 ชั่วโมงแรกหลังจากการกินยาเม็ดแรกก็อาจจะต้องกินเม็ดแรกซ้ำอีกครั้ง

หลังการกินยานี้แล้ว ประจำเดือนควรจะมาภายใน 2-3 สัปดาห์ แต่ถ้าประจำเดือนไม่มาภายในเวลาดังกล่าวและมีอาการต่อไปนี้คือ

- ◎ ปวดท้อง
- ◎ เจ็บหน้าอก ไอ หรือหายใจขัด
- ◎ ปวดหัวมาก วิงเวียนศีรษะ อ่อนเพลีย มึนงง
- ◎ มองเห็นไม่ชัดเจน
- ◎ ปวดน่องหรือโคนขาอย่างหนัก

ให้รีบไปพบแพทย์ทันทีเพราะอาจเป็นอาการบ่งชี้ถึงการตั้งครรภ์ หรืออาการแทรกซ้อนที่จำเป็นต้องให้แพทย์วินิจฉัย •

ยาคุมฉุกเฉินป้องกัน การตั้งครรภ์ได้ อย่างไร ?

การออกฤทธิ์ของยาเม็ดคุมกำเนิดแบบ
ฉุกเฉินนั้นมีลักษณะเดียวกันกับยาเม็ด
คุมกำเนิดแบบธรรมดา

จากการศึกษาเชิงสถิติพบว่ายาคุมฉุกเฉิน
มีการทำงานหลายอย่างพร้อม ๆ กัน อาทิเช่น
ถ้ากินก่อนไข่ตกก็จะไปขัดขวางการตกไข่หรือ
ทำให้การตกไข่ช้าลงกว่าเดิม, ถ้ากินหลังจาก
ไข่ตกแล้วก็จะไปขัดขวางการปฏิสนธิโดยสร้าง
เมือกขึ้นในท่อนำไข่ ทำให้อสุจิและไข่เคลื่อนที่
เข้าหากันลำบากขึ้น, หรือถ้ากินยาคุมฉุกเฉิน
หลังจากที่ไข่กับอสุจิผสมกันแล้วก็จะไป
ขัดขวางไม่ให้ไข่ที่ได้รับการผสมแล้วฝังตัวที่
ผนังมดลูก เป็นต้น กลไกการทำงานหลายทาง
นี้ทำให้ยาคุมฉุกเฉินมีประสิทธิภาพในการ
ป้องกันการตั้งครรภ์ค่อนข้างสูง ถ้าใช้เฉพาะกรณี
ฉุกเฉินจริง ๆ เท่านั้น •



ข้อเท็จจริง
เรื่องยาคุม
ฉุกเฉิน

ประสิทธิภาพ ในการป้องกันการตั้งครรภ์

การกินยาคุมฉุกเฉินจะต้องกินหลังจากที่มีเพศสัมพันธ์โดยไม่ได้ป้องกันการตั้งครรภ์ นั่นคือมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ได้ใช้วิธีคุมกำเนิดใดๆ เลย หรือใช้แล้วแต่ไม่ได้ผล หรือไม่แน่ใจ รวมทั้งในกรณีที่ถูกบังคับหรือล่อลวงให้มีเพศสัมพันธ์ หรือกรณีที่ถูกข่มขืน

หากกินยาอย่างถูกต้อง คือกินยาครั้งแรกภายใน 72 ชั่วโมงหลังจากมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ได้ป้องกัน และอีก 12 ชั่วโมงถัดมาก็กินครั้งที่สอง ยานี้จะมีประสิทธิภาพในการลดโอกาสตั้งครรภ์ได้ 75 เปอร์เซ็นต์ แต่หลังจากที่องค์การอนามัยโลกได้ศึกษาข้อมูลงานวิจัยต่างๆ โดยละเอียดแล้ว ก็ออกมาให้ข้อมูลเพิ่มเติมว่า ถ้ากินยาคุมฉุกเฉินหลังจากมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ได้ป้องกันเกินกว่า 72 ชั่วโมงแต่ไม่เกิน 120 ชั่วโมง ก็สามารถป้องกันการตั้งครรภ์ได้เช่นกัน เพียงแต่ประสิทธิภาพของยาอาจจะลดลงบ้าง สรุปว่ายิ่งกินยาเร็วเท่าใด ก็จะสามารถป้องกันการตั้งครรภ์ได้มากเท่านั้น

องค์การอนามัยโลกได้ทำการศึกษาและพบว่า ยาคุมฉุกเฉินแบบที่มีฮอร์โมนโปรเจสตินชนิดเดียว หรือที่เรียกว่ายาคุมฉุกเฉินฮอร์โมนเดี่ยว นั้น มีประสิทธิภาพในการป้องกันการตั้งครรภ์มากกว่ายาคุมฉุกเฉินฮอร์โมนผสม โดยสามารถลดโอกาสตั้งครรภ์ลงได้ 85 เปอร์เซ็นต์ และยังก่อให้เกิดอาการคลื่นไส้ อาเจียน น้อยกว่าด้วย

แต่ถ้ามีการใช้ยาคุมฉุกเฉินเป็นประจำ ประสิทธิภาพของยาจะลดต่ำยิ่งกว่าการกินยาคุมแบบธรรมดาทันที •

ยาคุมฉุกเฉิน : ปลอดภัย หรือเป็นอันตราย ?

สถาบันสูตินรีแพทย์แห่งประเทศไทย
สหรัฐอเมริกา (American College of
Obstetrics and Gynecology-ACOG)
ได้ทำการศึกษาวิจัยผลกระทบข้างเคียงที่อาจ
เกิดขึ้นจากการใช้ยาคุมฉุกเฉิน

พบว่าการใช้ยาคุมฉุกเฉินอย่างถูกวิธีและ
ใช้เฉพาะในกรณีฉุกเฉินจริงๆ นั้นไม่ก่อให้เกิดผล
กระทบข้างเคียงใด ๆ ที่เป็นอันตรายต่อผู้ใช้
นอกจากนี้ องค์การอนามัยโลก ยังได้บรรจุยาคุม
ฉุกเฉินไว้ในบัญชียาในปี พ.ศ. 2539 ด้วย

แต่สำหรับผู้ที่มิประพฤติเป็นโรคลมชัก,
โรคหัวใจ, เลือดแข็งตัว หรือโรคที่เกี่ยวข้องกับ
เส้นเลือดหัวใจ ควรจะต้องปรึกษาแพทย์เสียก่อน
หรืออาจจะใช้ยาคุมฉุกเฉินชนิดฮอร์โมนเดี่ยว ซึ่งจะ
ปลอดภัยกว่าชนิดฮอร์โมนผสม อย่างไรก็ตาม
ประมาณ 20 ปีที่มีการผลิตยานี้ขึ้นมาใช้ ยังไม่พบ
ว่ามีรายงานการเสียชีวิตหรืออาการแทรกซ้อน
ร้ายแรงที่เกิดขึ้นจากการใช้ยาคุมฉุกเฉิน •

ข้อเท็จจริง
เรื่องยาคุม
ฉุกเฉิน



การกินยาคุมฉุกเฉิน สามารถทำให้เกิด การแท้งได้หรือไม่ ?

21

ในทางการแพทย์ถือว่าการตั้งครรภ์
เริ่มต้นขึ้นเมื่อไข่ที่ได้รับการผสมมีการฝังตัวที่
มดลูกอย่างสมบูรณ์แล้ว

ซึ่งกระบวนการฝังตัวนี้จะเริ่มต้นหลัง
จากเกิดการผสมระหว่างไข่กับอสุจิแล้วประมาณ
5 วัน และจะใช้เวลาประมาณ 1 อาทิตย์จึงจะ
ฝังตัวเสร็จสมบูรณ์ ตัวยาในยาคุมฉุกเฉินจะไร้
ประสิทธิภาพไปในทันทีที่กระบวนการฝังตัวเกิด
ขึ้น จึงไม่สามารถทำให้เกิดการแท้งได้อย่าง
เด็ดขาด •

ข้อเท็จจริง
เรื่องยาคุม
ฉุกเฉิน

ถ้ากินยาคุมฉุกเฉินแล้ว แต่ยังตั้งครรภ์ เด็กในครรภ์ จะพิการหรือไม่ ?

22

ข้อเท็จจริง
เรื่องยาคุม
ฉุกเฉิน



การกินยาคุมฉุกเฉินในกรณีฉุกเฉินจริง ๆ (ซึ่งไม่น่าจะเป็นกรณีที่เกิดขึ้นบ่อย ๆ ในชีวิตของผู้หญิงคนหนึ่ง ๆ) ไม่ใช่สาเหตุที่ทำให้ทารกมีความพิการแต่กำเนิด ไม่ว่าจะ เป็นในกรณีที่ผู้หญิงกินยา โดยไม่รู้ตัวว่ากำลังตั้งครรภ์อยู่ หรือกินยานี้เพื่อป้องกันการตั้งครรภ์แต่ไม่ได้ผลก็ตาม เพราะมีการศึกษาพบว่าการกินยาคุมในขณะที่กำลังตั้งครรภ์อยู่นั้นไม่ได้เพิ่มความเสี่ยงต่อความพิการของทารกที่จะคลอดออกมา •

ถ้าคุณมีเพศสัมพันธ์อยู่เป็นประจำ
การกินยาคุมแบบธรรมดา
จะป้องกันการตั้งครรภ์ได้ดีกว่า
ยาคุมฉุกเฉิน

ถุงยางอนามัย กับยาคุมฉุกเฉิน อย่างไรหน่อดีกว่ากัน ?

ถุงยางเป็นทางเลือกที่ช่วยป้องกันทั้ง การตั้งครรภ์และการติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ไปพร้อม ๆ กัน ในขณะที่ยาคุมฉุกเฉิน เพียงแค่ช่วยลดโอกาสในการตั้งครรภ์เฉพาะกรณีฉุกเฉินเท่านั้น ไม่สามารถป้องกันการติดโรคได้

ถ้าคุณรู้ง่วงหน้าว่าจะมีเพศสัมพันธ์ ถุงยางอนามัยย่อมเป็นทางเลือกที่ดีกว่าแน่นอน ยาคุมฉุกเฉินเป็นเพียงทางออกสำรอง เป็นเพียงทางเลือกสุดท้าย ของการป้องกันการตั้งครรภ์เท่านั้น

ยิ่งคุณมีเพศสัมพันธ์เป็นประจำ การใช้ถุงยางจะป้องกันการตั้งครรภ์ได้ดีกว่าการกินยาคุมฉุกเฉิน แถมยังช่วยป้องกันโรคเอดส์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อื่น ๆ ได้อีกด้วย •

ข้อเท็จจริง
เรื่องยาคุม
ฉุกเฉิน

วิธีคุมกำเนิดแบบฉุกเฉิน สามารถลดจำนวน การทำแท้ง ได้จริงหรือ ?

วิธีคุมกำเนิดแบบฉุกเฉินจะลดจำนวน
การตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ลง นั่นคือช่วยลด
ความจำเป็นของการทำแท้งลงด้วยเช่นกัน

ที่ประเทศเนเธอร์แลนด์ซึ่งเป็นประเทศที่มี
อัตราการทำแท้งต่ำที่สุดในบรรดาประเทศ
อุตสาหกรรม พบว่าประชาชนวัยหนุ่มสาวมีอัตรา
การคุมกำเนิดสูงมาก อีกทั้งยังมีบริการเกี่ยวกับวิธี
คุมกำเนิดแบบฉุกเฉินเพื่อใช้เป็นทางออกสำรองอยู่
อย่างแพร่หลายมาเป็นเวลากว่า 10 ปีแล้ว

ส่วนที่ประเทศฟินแลนด์ มีหลักฐานชี้ชัดว่า
อัตราการทำแท้งในกลุ่มวัยรุ่นได้ลดลงหลังจากที่มี
การเผยแพร่ข้อมูลเรื่องการคุมกำเนิดฉุกเฉินออกไป
ในวงกว้าง



ในประเทศกำลังพัฒนาหลายประเทศที่การทำแท้งเป็นสิ่งผิดกฎหมาย พบว่าการเสียชีวิตของผู้หญิงในวัยเจริญพันธุ์มีสาเหตุหลักมาจากการทำแท้งที่ไม่ปลอดภัย

ปัญหาเกี่ยวกับการทำแท้งจึงถือเป็นความล้มเหลวที่สำคัญอันเกิดจากความขาดแคลนทรัพยากรทางการแพทย์ ท่ามกลางเงื่อนไขที่ถือได้ว่าวิธีคุมกำเนิดแบบฉุกเฉินจะช่วยลดการตายและการสูญเสียลงได้ อาจช่วยลดความต้องการบริการทางการแพทย์ที่นับวันจะเพิ่มมากขึ้น ทั้งเพียงคนไข้ที่ไม่เพียงพอ จำนวนหมอและพยาบาล ปริมาณโลหิตสำรองที่มีผู้บริจาคเอาไว้ รวมตลอดจนถึงความจำเป็นที่ต้องให้การรักษาผู้หญิงที่บอบช้ำจากการทำแท้งด้วย •

มีผู้หญิงจำนวนมาก เท่าไรที่ใช้ยาคุม ฉุกเฉิน ?

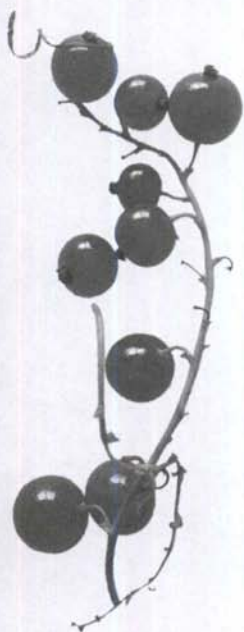
26

ข้อเท็จจริง
เรื่องยาคุม
ฉุกเฉิน

พบว่าอัตราการใช้ยาคุมฉุกเฉินมีสูงมากในประเทศที่มีการจำหน่ายยาในรูปแบบที่ง่ายต่อการใช้ มีปริมาณฮอร์โมนต่อเม็ดที่สะดวกต่อการกิน และมีใบกำกับยาที่ถูกต้องชัดเจนสำหรับทั้งหมอและผู้ที่ต้องการใช้ ซึ่งมักเป็นประเทศในแถบยุโรป

ในขณะที่ผู้หญิงที่อยู่ในประเทศพัฒนาแล้ว อย่างเช่นสหรัฐอเมริกา มักจะเคยได้ยินข้อมูลเรื่อง “ยาคุมหลังร่วมเพศ” มาบ้าง แต่ส่วนใหญ่จะไม่มีข้อมูลที่ชัดเจนว่าการคุมกำเนิดแบบฉุกเฉินคืออะไร และมีวิธีการใช้ที่ถูกต้องอย่างไร

ในปี พ.ศ. 2537 มีการสำรวจในสหรัฐอเมริกา โดยมูลนิธิตระกูลเฮนรี่ เจ ไคเซอร์ (Henry J. Kaiser Family Foundation) พบว่ามีผู้หญิงอเมริกันเพียง 1 % โดยประมาณเท่านั้นที่เคยใช้ยาคุมฉุกเฉิน และมีสติแพทย์เพียง 1 ใน 4 ที่สั่งยานี้ให้คนไข้



ในสหรัฐอเมริกา มียาเม็ดคุมกำเนิดฉุกเฉินเพียงชนิดเดียว คือยาคุมฉุกเฉินฮอร์โมนเดี่ยว หรือที่คนอเมริกันรู้จักกันในชื่อ “แพลนบี” (Plan B) ซึ่งเป็นชื่อทางการค้า หลายหน่วยงานในสหรัฐอเมริกา ได้รณรงค์ให้ผู้บริโภคมีความรู้เรื่องยาคุมฉุกเฉิน รวมทั้งเรียกร้องให้

สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.) ของสหรัฐอเมริกาอนุมัติให้มีการซื้อขายยาคุมฉุกเฉินได้โดยไม่ต้องมีใบสั่งยาจากแพทย์ ซึ่งก็ได้รับการอนุมัติตามข้อเรียกร้องนี้เมื่อ 24 สิงหาคม 2549 หลังจากใช้เวลาในการพิจารณานานถึง 3 ปี โดยมีเงื่อนไขว่าผู้หญิงที่อายุต่ำกว่า 18 ปี ยังคงต้องมีใบสั่งแพทย์เพื่อจะซื้อยานี้ แม้ว่าผู้หญิงที่เจอกับปัญหาการตั้งครรภ์เมื่อไม่พร้อมส่วนหนึ่งมีอายุน้อยกว่า 18 ปี ก็ตาม

สำหรับประเทศกำลังพัฒนานั้น ผู้เชี่ยวชาญตั้งข้อสันนิษฐานว่าระดับความรู้และอัตราการใช้ยาคุมฉุกเฉินน่าจะอยู่ในระดับต่ำมาก

สำหรับประเทศไทย พบว่ายังไม่มี การสำรวจอย่างเป็นทางการ แต่จากประสบการณ์การทำงานของหน่วยงานภาครัฐและเอกชนด้านสุขภาพพบว่ายาคุมฉุกเฉินเป็นที่รู้จักแพร่หลายในกลุ่มวัยรุ่นที่ยังไม่แต่งงานมากกว่ากลุ่มอื่น •

อย่าลืมว่า
ยาคุมฉุกเฉิน
ช่วยลดโอกาสในการตั้งครรภ์เท่านั้น
ไม่ได้ช่วยป้องกัน
โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ใดๆ เลย
สิ่งที่จะช่วยป้องกัน
การติดเชื้อจากการมีเพศสัมพันธ์ที่ดีที่สุดคือ
ถุงยางอนามัย
ซึ่งการใช้ถุงยางเปรียบเสมือน
ใช้กระสุนนัดเดียวยิงนกได้สองตัว
เพราะสามารถป้องกันการตั้งครรภ์
และป้องกันการติดเชื้อได้
ในขณะเดียวกัน

ข้อมูลอ้างอิง

ภาษาไทย

- นภาพรณ หะวานนท์. 2538. การตอบโต้ของผู้หญิงเมื่อตั้งครรภ์
ไม่พึงประสงค์และการตัดสินใจยุติการ ตั้งครรภ์. มหาวิทยาลัย
เชียงใหม่ : ศูนย์สตรีศึกษา คณะสังคมศาสตร์.
- สุชาติ รัชชกุล. 2541. การตั้งครรภ์ไม่พึงปรารถนาและการตัดสินใจทำแท้ง.
วิทยานิพนธ์ดุขภูบัณฑิต. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิ
โรฒ ประสานมิตร.

ภาษาอังกฤษ

- Contraceptive Technology Update Series: Emergency
Contraceptive Pills. North Carolina: Family Health
International, 1998.
- Emergency Contraception. (n.d.). Retrieved September, 1999,
from Feminist Women's Health Center Web site:
<http://www.fwhc.org/ecinfo.htm>
- Emergency Contraception. (n.d.). Retrieved September, 1999
from Princeton University Web site:
<http://pr.princeton.edu/ec/index.html>
- Emergency Contraception: Resources for Providers. (n.d.).
Retrieved September, 1999, from Program for
Appropriate Technology in Health Web site:
<http://www.path.org/acog/html>

Emergency Contraceptive Pills Information Packet. (n.d.).

Retrieved September, 1999, from Program for
Appropriate Technology in Health Web site:
http://www.path.org/html/ec_tools.htm

Emergency Contraceptive Pills: Medical and Service Delivery
Guidelines (Second Edition, 2004). Retrieved May 2006,
from International Consortium for Emergency
Contraception Web site:
http://www.cecinfo.org/publications/PDFs/resources/MedicalServiceDeliveryGuidelines_Eng.pdf

FDA Approves Over-the-Counter Access for Plan B for Women
18 and Older Prescription Remains Required for Those
17 and Under. (August, 2006). Retrieved 7 October, 2006,
from the U.S. Food and Drug Administration Web site:
<http://www.fda.gov/bbs/topics/NEWS/2006/NEW01436.html>

Focus on Young Adults. Emergency Contraceptive Pills: An
Important Option for Young Adults, In Focus, July 1998.
Hatcher, R.A., Rinehart, W., Blackburn, R., Geller, J.S. (1997). The
Essentials of Contraceptive Technology. Baltimore:
Johns Hopkins School of Public Health, Population
Information Program.

Questions and Answers for Decision Makers. (n.d.). Retrieved
September, 1999, from Consortium for Emergency
Contraception Web site:
http://www.path.org/cec/html/q_and_a.htm

Selected Practice Recommendations For Contraception Use

Second Edition, 2004. (n.d.). Retrieved October 2006,
from World Health Organization Web site:

[http://www.who.int/reproductive
health/publications/spr/spr.pdf](http://www.who.int/reproductive
health/publications/spr/spr.pdf)

“Sex & Sensibility” Campaign Targets Millions of Women at Risk
for Unintended Pregnancies. (n.d.). Retrieved September,
1999, from American Medical Women’s Association Web
site: http://www.amwa-doc.org/press_release3.htm

WHO Consensus Statement on Emergency Contraception. (n.d.).
Retrieved September, 1999, from Program for Appropriate
Technology in Health Web site:

http://www.path.org/outlook/html/13_3_ec.htm



การปกปิดข้อมูลยาคุมฉุกเฉิน
ไม่ได้ทำให้วัยรุ่นมีเพศสัมพันธ์น้อยลง
แต่กลับทำให้มีการใช้อย่างพร่ำเพรื่อ
และไม่ถูกวิธี

หนังสือ "ข้อเท็จจริงเรื่องยาคุมฉุกเฉิน" เล่มนี้
จึงต้องการให้ข้อมูลที่รอบด้าน
เกี่ยวกับยาคุมกำเนิดฉุกเฉิน
เพื่อให้ผู้หญิงสามารถใช้ยาได้อย่างถูกวิธี
ป้องกันปัญหาการตั้งครรภ์เมื่อไม่พร้อม
และช่วยลดความเสี่ยง
ที่ผู้หญิงต้องเผชิญกับความไม่ปลอดภัย
จากการทำแท้ง



แผนงานสร้างเสริมสุขภาพทางเพศ
www.healthysexuality.info