

ยาคุมกำเนิดชนิดฉีด

รองศาสตราจารย์ ดร. เกสัชกรหญิง นงลักษณ์ สุขวาณิชยศิลป์
หน่วยคลังข้อมูลยา คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

การคุมกำเนิดทำได้หลายวิธี วิธีที่นิยมกันมากคือการรับประทานยาเม็ดคุมกำเนิด โดยเฉพาะชนิดฮอร์โมนรวม (combined oral contraceptives หรือ combined pills) ที่แต่ละเม็ดมีตัวยาสำคัญเป็นฮอร์โมนในกลุ่มเอสโตรเจน (estrogens) ผสมกับฮอร์โมนในกลุ่มโปรเจสติน (progestins) ซึ่งโปรเจสตินเป็นสารสังเคราะห์เลียนแบบฮอร์โมนโพเรสเตอโรนในร่างกาย ยาเม็ดเหล่านี้บรรจุเป็นแผงสำหรับรับประทาน 1 เดือน โดยรับประทานวันละ 1 เม็ดทุกวันจนหมดแผง ยาคุมกำเนิดชนิดฉีด (injectable contraceptives) มีการใช้มากเช่นเดียวกันแม้จะไม่เท่ากับยาเม็ดคุมกำเนิด ยาฉีดคุมกำเนิดนี้มีทั้งชนิดที่มีฮอร์โมนในกลุ่มโปรเจสตินอย่างเดียว และชนิดฮอร์โมนรวมซึ่งมีฮอร์โมนในกลุ่มเอสโตรเจนผสมกับฮอร์โมนในกลุ่มโปรเจสติน ยาคุมกำเนิดชนิดฉีดมีประสิทธิภาพสูงในการป้องกันการตั้งครรภ์ และเพิ่มความสะดวกเนื่องจากไม่ต้องรับประทานยาทุกวัน ในบทความนี้จะกล่าวถึงยาคุมกำเนิดชนิดฉีดในด้านที่เกี่ยวกับการแบ่งประเภท ช่วงเวลาที่เหมาะสมในการเริ่มต้นฉีดยา การออกฤทธิ์ป้องกันการตั้งครรภ์ ผลไม่พึงประสงค์ ข้อดีและข้อเสีย พร้อมทั้งข้อควรคำนึงสำหรับผู้ที่ได้รับการฉีดยา

ยาคุมกำเนิดชนิดฉีดมีหลายประเภท

ยาคุมกำเนิดชนิดฉีด มีทั้งชนิดที่มีฮอร์โมนในกลุ่มโปรเจสตินอย่างเดียว อาจเป็นเมดร์ออกซีโพรเจสเตอโรน (ในรูปเมดร์ออกซีโพรเจสเตอโรนแอสีเทต) หรือนอร์เอทิสเตอโรน (ในรูปนอร์เอทิสเตอโรนอีแนนเทต) และชนิดฮอร์โมนรวมซึ่งมีฮอร์โมนในกลุ่มเอสโตรเจน ได้แก่ เอสตราไดออล (ในรูปเอสตราไดออลไซฟิโอะเนต หรือเอสตราไดออลวาเลอเรต) ผสมกับฮอร์โมนในกลุ่มโปรเจสตินชนิดใดชนิดหนึ่งที่ระบุข้างต้น ยาคุมกำเนิดชนิดฉีดจะมีตัวยาเข้าสู่กระแสเลือดทีละน้อยเพื่อให้มีการออกฤทธิ์ได้นานครบตามกำหนดเวลา ยาคุมกำเนิดชนิดฉีดผลิตออกจำหน่ายหลายตำรับดั่งที่จะกล่าวข้างล่างนี้ แต่ละชนิดได้รับความนิยมแตกต่างกันไปในแต่ละประเทศ ยาคุมกำเนิดชนิดฉีดที่ใช้กันมากในประเทศไทยเป็นชนิดที่มีฮอร์โมนโปรเจสตินอย่างเดียวและฉีดทุก 3 เดือน

1. ยาคุมกำเนิดชนิดฉีดที่มีฮอร์โมนโปรเจสตินอย่างเดียว (progestin-only injectable contraceptives) ใช้ได้กับผู้หญิงทุกรายที่ต้องการคุมกำเนิดและไม่เข้าข่ายเป็นผู้ที่ห้ามใช้ (ดูหัวข้อ ยาคุมกำเนิดชนิดฉีดเหมาะกับใคร?) โดยเฉพาะอย่างยิ่งเหมาะกับผู้ที่ไม่อาจใช้เอสโตรเจนได้ แบ่งออกเป็นยาคุมกำเนิดชนิดฉีดแบบ 3 เดือนและแบบ 2 เดือน

หมายเหตุ ในการกำหนดเวลานัดฉีด หากเป็นยาคุมกำเนิดชนิดฉีดแบบ 3 เดือน จะกำหนดนัดฉีดแต่ละครั้งไว้ที่ 12 สัปดาห์ (หรือ 84 วัน) เนื่องจากยาออกฤทธิ์คุมกำเนิดได้นาน 14 สัปดาห์ (หรืออาจถึง 15 สัปดาห์) ดังนั้นผู้ที่ไม่อาจมาตามนัดจึงสามารถมาล่าช้าได้แต่ต้องล่าช้าไม่เกิน 2 สัปดาห์ ทั้งนี้จะไม่กำหนดเวลานัดฉีดไว้ที่ 3 เดือน เพราะหากเกิดความล่าช้าในการฉีดจะมีความเสี่ยงสูงต่อการตั้งครรภ์ ทำนองเดียวกับยาคุมกำเนิดชนิดฉีดแบบ 2 เดือน จะ

กำหนดนัดฉีดแต่ละครั้งไว้ที่ 8 สัปดาห์ เนื่องจากยาออกฤทธิ์คุมกำเนิดได้นาน 10 สัปดาห์ ดังนั้นผู้ที่ไม้อาจมาตามนัด จึงมาล่าช้าได้แต่ต้องล่าช้าไม่เกิน 2 สัปดาห์เช่นเดียวกัน

1.1 ยาฉีดเมดร็อกซีโพรเจสเตอโรนแอซีเตต (medroxyprogesterone acetate หรือ DMPA) ชนิดฉีดเข้ากล้ามเนื้อ (DMPA-IM) เป็นยาคุมกำเนิดชนิดฉีดแบบ 3 เดือนและเป็นชนิดที่ใช้กันมากในประเทศไทย ยามีลักษณะขุ่นเป็นยาน้ำแขวนตะกอน (aqueous suspension) มีตัวยา 150 มิลลิกรัมใน 3 มิลลิลิตร สำหรับฉีดเข้ากล้ามเนื้อ สะโพกหรือกล้ามเนื้อต้นแขน บางผลิตภัณฑ์บรรจุในหลอดยาฉีดพร้อมใช้ (prefilled syringe) มีตัวยา 150 มิลลิกรัมใน 1 มิลลิลิตร ยาออกฤทธิ์คุมกำเนิดได้นาน 14 สัปดาห์ (หรืออาจถึง 15 สัปดาห์) จึงกำหนดให้ฉีดทุก 12 สัปดาห์ หรือ 84 วัน (ดู *หมายเหตุ* ข้างต้น) ใช้กับผู้ที่จะตั้งครรภ์เป็นเวลานาน และเหมาะกับผู้ที่มิบุตรแล้วมากกว่าผู้ที่ยังไม่เคยมีบุตร เนื่องจากต้องรอนานหลายเดือนหลังฉีดยาครั้งสุดท้ายกว่าจะตั้งครรภ์ได้ บางรายอาจรอกเกือบ 1 ปี หรือนานกว่านี้ ยานี้ทำให้ประจำเดือนมาผิดปกติ ช่วงแรกมาไม่สม่ำเสมอหรือมากะปริบะปรอย ต่อมาจะน้อยลงและหายไป โดยไม่มีอีกเลยตลอดช่วงที่ใช่ยา จึงทำให้ผู้ใช้เป็นกังวลว่าอาจตั้งครรภ์โดยไม่รู้ตัว และเป็นเหตุสำคัญที่ทำให้ผู้หญิงหลายคนเลิกใช้

1.2 ยาฉีดเมดร็อกซีโพรเจสเตอโรนแอซีเตต ชนิดฉีดเข้าใต้ผิวหนัง (DMPA-SC) เป็นยาคุมกำเนิดชนิดฉีดแบบ 3 เดือนเช่นเดียวกัน แต่มีปริมาณตัวยาน้อยกว่าชนิดฉีดเข้ากล้ามเนื้อ คือมีตัวยา 104 มิลลิกรัมใน 0.65 มิลลิลิตร บรรจุในหลอดยาฉีดพร้อมใช้ ฉีดยาทุก 12 สัปดาห์เช่นเดียวกับชนิดฉีดเข้ากล้ามเนื้อ มีใช้ในบางประเทศ ซึ่งการทำในรูปหลอดยาฉีดพร้อมใช้นั้นผู้ผลิตมีวัตถุประสงค์ให้ผู้ใช้งานสามารถฉีดยาเองได้ โดยฉีดเข้าใต้ผิวหนังบริเวณหน้าท้องหรือต้นขา เพื่อเพิ่มความสะดวกโดยหวังว่าจะช่วยให้เกิดการใช้อย่างต่อเนื่องได้มากขึ้น อย่างไรก็ตามขณะนี้ยาดังกล่าวยังคงมีข้อแนะนำให้ฉีดโดยบุคลากรสาธารณสุข ยานี้ทำให้ประจำเดือนมาผิดปกติเช่นเดียวกับยาคุมกำเนิดแบบ 3 เดือนที่ฉีดเข้ากล้ามเนื้อ

1.3 นอร์เอทิสเตอโรนอีแนนเทต (norethisterone enanthate) เป็นยาคุมกำเนิดชนิดฉีดแบบ 2 เดือน มีตัวยา 200 มิลลิกรัมใน 1 มิลลิลิตร ยามีลักษณะขุ่นเป็นน้ำมัน สำหรับฉีดเข้ากล้ามเนื้อสะโพกหรือต้นแขน ยาออกฤทธิ์คุมกำเนิดได้นาน 10 สัปดาห์ จึงกำหนดให้ฉีดทุก 8 สัปดาห์ (ดู *หมายเหตุ* ข้างต้น) ยาเปลี่ยนเป็นนอร์เอทิสเตอโรน (norethisterone) ที่ตับก่อนที่จะออกฤทธิ์ ใช้กับผู้ที่จะประสงค์จะคุมกำเนิดระยะสั้น เช่น ช่วงที่ฝ่ายชายเข้ารับการทำหมัน (vasectomy) เพื่อรอนจนกระทั่งการทำหมันได้ผลสมบูรณ์ หรือช่วงที่ผู้หญิงนั้นได้รับการฉีดวัคซีนป้องกันโรคหัดเยอรมัน (rubella) เพื่อรอนจนกระทั่งมีภูมิคุ้มกันเกิดขึ้น ยานี้ทำให้ประจำเดือนมาผิดปกติเช่นเดียวกับยาคุมกำเนิดแบบ 3 เดือน นอกจากนี้ยังทำให้ปวดบริเวณที่ฉีดจึงไม่นิยมใช้

2. ยาคุมกำเนิดชนิดฉีดที่มีฮอร์โมนรวม (combined injectable contraceptives) ซึ่งมีฮอร์โมนในกลุ่มเอสโตรเจนผสมกับฮอร์โมนในกลุ่มโพรเจสติน ฉีดเข้ากล้ามเนื้อทุก 1 เดือน การเปลี่ยนแปลงของเยื่อบุมดลูกเกิดคล้ายกับการใช้ยาเม็ดคุมกำเนิดชนิดแผงที่รับประทานทุกวัน เยื่อบุมดลูกมีการหลุดลอกทุกเดือนเหมือนปกติ ทำให้ประจำเดือนมาทุกเดือน จึงลดความกังวลเรื่องตั้งครรภ์โดยไม่รู้ตัว ยาฉีดชนิดนี้เหมาะกับผู้ที่มักลืมรับประทานยาหรือไม่อยากรับประทานยาทุกวัน และยังอยากมีประจำเดือนตามปกติ อย่างไรก็ตามการไปสถานพยาบาลเพื่อฉีดยา

ทุกเดือนอาจไม่สะดวก ได้มีการพัฒนายาให้เป็นรูปแบบที่ผู้ใช้สามารถฉีดเองได้ อย่างไรก็ตามขณะนี้ยังคงมีข้อแนะนำให้ฉีดโดยบุคลากรสาธารณสุข ตำรับยาฉีดคุมกำเนิดชนิดฮอร์โมนรวมมีดังนี้

2.1 เมดร์อกซีโพรเจสเทอโรนแอซีเตต 25 มิลลิกรัมผสมกับเอสตราไดโวลไซปิโอเนต (estradiol cypionate) 5 มิลลิกรัม

2.2 นอร์เอทิสเทอโรนอีแนนเทต 50 มิลลิกรัมผสมกับเอสตราไดโวลวาเลอเรต (estradiol valerate) 5 มิลลิกรัม

ภายหลังการฉีดยาเหล่านี้เสร็จแล้วไม่ควรบีบ นวดหรือคลึงบริเวณที่ฉีด เพราะจะทำให้ตัวยาบางส่วนถูกดูดซึมเข้าสู่กระแสเลือดเร็วเกินไป จนอาจเหลือไม่เพียงพอที่จะครอบคลุมระยะเวลาในการป้องกันการตั้งครรภ์จนครบกำหนดนัดฉีดครั้งถัดไป

ยาคุมกำเนิดชนิดฉีดเหมาะกับใคร?

ยาคุมกำเนิดชนิดฉีดที่ใช้กันมากในบ้านเราเป็นยาฉีดแบบ 3 เดือนที่มีฮอร์โมนโพรเจสตินอย่างเดียว ใช้ได้กับสตรีทุกรายที่ประสงค์จะคุมกำเนิดเป็นเวลานาน รวมถึงผู้ที่มึนน้ำหนักรวมเกินไป ทั้งนี้ต้องไม่เข้าข่ายเป็นผู้ห้ามใช้ที่จะกล่าวถึงข้างล่างนี้ อย่างไรก็ตามยาฉีดคุมกำเนิดชนิดนี้ (รวมถึงยาฉีดแบบ 2 เดือน) เหมาะกับผู้ที่มิบุตรแล้วมากกว่าผู้ที่ยังไม่เคยมีบุตร เนื่องจากยาทำให้เยื่อบุมดลูกฝ่อลง การจะตั้งครรภ์ได้จึงต้องรอนานหลายเดือนหลังฉีดยาครั้งสุดท้าย ผู้ที่ยังไม่เคยมีบุตรควรใช้การคุมกำเนิดที่ออกฤทธิ์ระยะสั้น เช่น ยาเม็ดคุมกำเนิดชนิดแผง หรือถุงยางอนามัย นอกจากนี้ผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 50 ปีขึ้นไปควรใช้การคุมกำเนิดวิธีอื่น

ผู้ที่ไม่ควรใช้ยาคุมกำเนิดชนิดฉีดที่กล่าวถึงข้างต้น (ชนิดที่มีฮอร์โมนโพรเจสตินอย่างเดียว) ได้แก่ ผู้ที่ตั้งครรภ์ (ผู้ที่มีความเสี่ยงจึงต้องตรวจการตั้งครรภ์ก่อน) ผู้ที่มีภาวะเลือดออกจากรช่องคลอดหรือทางเดินปัสสาวะอย่างผิดปกติโดยไม่ทราบสาเหตุ ผู้ที่เป็นโรคมะเร็งเต้านมในช่วง 5 ปีที่ผ่านมา ผู้ที่เป็นโรคตับรุนแรง ผู้ที่เป็นโรคหลอดเลือดดำอักเสบร่วมกับมีลิ่มเลือด (thrombophlebitis) ผู้ที่เป็นหรือมีประวัติว่าเคยเป็นโรคลิ่มเลือดหลุดอุดหลอดเลือด (thromboembolic disorders) ตลอดจนผู้ที่เป็นโรคหลอดเลือดสมอง ซึ่งในกรณีโรคที่เกี่ยวข้องกับการเกิดภาวะลิ่มเลือดในหลอดเลือดนั้น แม้ข้อมูลยังไม่ชัดเจนว่ายากจะเพิ่มความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเหล่านั้นหรือไม่ แต่หากมีโรคเหล่านั้นอยู่ก่อนแล้วจะห้ามใช้ยาฉีดชนิดที่กล่าวถึง

ส่วนการเป็นโรคอื่นแต่ยังสามารถใช้ยาคุมกำเนิดชนิดฉีดที่มีฮอร์โมนโพรเจสตินอย่างเดียวได้ หากไม่มีทางเลือกอื่น แต่ต้องใช้อย่างระมัดระวัง เช่น โรคเนื้องอกตับ โรคหัวใจและหลอดเลือด

เริ่มฉีดยาคุมกำเนิดได้เมื่อไร?

การฉีดยาคุมกำเนิดสามารถเริ่มฉีดได้ในช่วงเวลาต่าง ๆ โดยมีรายละเอียดในข้อปฏิบัติที่แตกต่างกันดังนี้

1. วันใด ๆ ที่ต้องการฉีด แต่ต้องผ่านการตรวจว่าไม่ได้ตั้งครรภ์ และให้งดการมีเพศสัมพันธ์หรือให้คุมกำเนิดด้วยการใช้ถุงยางอนามัยในช่วง 7 วันภายหลังการฉีดยา

2. วันแรกของการมีประจำเดือนหรือวันใด ๆ ภายใน 5 วันนับจากวันเริ่มมีประจำเดือน การฉีดในช่วงนี้ไม่ต้องเสริมด้วยการคุมกำเนิดวิธีอื่น

3. ทันทีหรือภายใน 5 วันหลังการแท้งบุตร ไม่ว่าจะมียุครรภ์เท่าใด การฉีดในช่วงนี้ไม่ต้องเสริมด้วยการคุมกำเนิดวิธีอื่น

4. ทันทหรือภายใน 21 วันหลังการคลอด ในผู้ที่ไม่ได้ให้นมบุตร การฉีดในช่วงนี้ไม่ต้องเสริมด้วยการคุมกำเนิดวิธีอื่น

5. หลังคลอดยังไม่ถึง 6 เดือน ไม่มีประจำเดือนมาเลย และให้นมบุตรสม่ำเสมอตลอดมา ซึ่งช่วงนี้โดยทั่วไปยังไม่มีการตั้งครรภ์ การฉีดในช่วงนี้ไม่ต้องเสริมด้วยการคุมกำเนิดวิธีอื่น อย่างไรก็ตามกรณีที่ไม่มั่นใจและเพื่อความปลอดภัยควรตรวจแล้วว่าไม่ได้ตั้งครรภ์ก่อนการฉีดยา และให้งดการมีเพศสัมพันธ์หรือให้คุมกำเนิดด้วยการใช้ถุงยางอนามัยในช่วง 7 วันภายหลังการฉีดยา ยาเม็ดรีอกซีโพรเจสเทอโรนแอซีเทตไม่รบกวนปริมาณและคุณภาพน้ำนม

ฉีดยาคุมกำเนิดก่อนหรือหลังกำหนดนัดได้กี่วัน?

ควรฉีดยาคุมกำเนิดตรงตามกำหนดเวลานัด ในกรณีที่จำเป็นต้องฉีดก่อนกำหนด หากเป็นชนิดฉีดทุกเดือนสามารถฉีดก่อนกำหนดได้ 7 วัน หากเป็นยาฉีดคุมกำเนิดแบบ 2 หรือ 3 เดือนสามารถฉีดก่อนกำหนดได้ 2 สัปดาห์ ในกรณีที่ฉีดล่าช้า หากเป็นชนิดที่ฉีดทุกเดือนสามารถฉีดล่าช้ากว่ากำหนดได้ไม่เกิน 7 วัน หากเป็นยาฉีดคุมกำเนิดแบบ 2 หรือ 3 เดือนสามารถฉีดล่าช้ากว่ากำหนดได้ไม่เกิน 2 สัปดาห์ (ดู *หมายเหตุ* ข้างต้น) ซึ่งการฉีดล่าช้าแต่อยู่ภายในช่วงเวลาที่จะบ่งชี้ว่าไม่ต้องใช้การคุมกำเนิดวิธีอื่นมาเสริม หากว่าล่าช้าเกินเวลาที่ระบุให้งดการมีเพศสัมพันธ์หรือให้คุมกำเนิดด้วยวิธีอื่นร่วมด้วย เช่น ใช้ถุงยางอนามัย ไปจนถึงเวลาฉีดและหลังจากฉีดอีก 7 วัน

การออกฤทธิ์ของยาคุมกำเนิดชนิดฉีดในการป้องกันการตั้งครรภ์

ฮอร์โมนทั้งประเภทเอสโตรเจนและโพรเจสตินออกฤทธิ์ยับยั้งการตกไข่ซึ่งเป็นกลไกที่สำคัญในการป้องกันการตั้งครรภ์ นอกจากนี้ยังมีการออกฤทธิ์อย่างอื่นเสริมอีก หากเป็นฮอร์โมนประเภทเอสโตรเจนยังสามารถเพิ่มการบีบตัวของท่อนำไข่และเพิ่มการบีบตัวของมดลูก ทำให้ไข่ที่ปฏิสนธิแล้ว (หากสามารถปฏิสนธิได้) มาถึงโพรงมดลูกในเวลาที่เหมาะสมในการฝังตัว ส่วนฮอร์โมนประเภทโพรเจสตินขัดขวางการเคลื่อนที่ของตัวอสุจิ โดยลดปริมาณมูกปากมดลูกและทำให้มูกปากมดลูกข้นเหนียว อีกทั้งยังลดการโบกพัดของขนอ่อนในท่อนำไข่อีกด้วย นอกจากนี้ยังลดขนาดและลดจำนวนต่อมซึ่งทำหน้าที่สร้างสารคัดหลั่งที่เยื่อมดลูก ตลอดจนทำให้คอร์ปัสลูเทียม (corpus luteum) สลายเร็วเกินโดยยังทำหน้าที่ไม่สมบูรณ์ สิ่งเหล่านี้ทำให้สภาวะภายในมดลูกไม่พร้อมสำหรับการฝังตัวของไข่ที่ปฏิสนธิแล้ว (หากสามารถปฏิสนธิได้) จึงไม่เกิดการตั้งครรภ์

ยาคุมกำเนิดชนิดฉีดมีประสิทธิภาพสูงในการป้องกันการตั้งครรภ์

ยาคุมกำเนิดชนิดฉีดมีประสิทธิภาพสูงในการป้องกันการตั้งครรภ์ หากมีการใช้ยาโดยการปฏิบัติอย่างถูกต้องสมบูรณ์ (perfect use) มีอัตราความล้มเหลว (เกิดการตั้งครรภ์) เพียง 0.2-0.3% (เกิดการตั้งครรภ์ 2 หรือ 3 คน ในจำนวนผู้ใช้ยา 1,000 คน ใน 1 ปีแรก) ซึ่งพอ ๆ กับการรับประทานยาเม็ดคุมกำเนิดชนิดฮอร์โมนรวม (เมื่อมีการใช้ยาโดยการปฏิบัติอย่างถูกต้องสมบูรณ์เช่นเดียวกัน) แต่ถ้าใช้ตามปกติวิธีเดียวโดยทั่วไปซึ่งอาจเกิดความผิดพลาดขึ้นได้ จะมีอัตราความล้มเหลวสูงกว่านี้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งกรณีที่เป็นยาเม็ดคุมกำเนิดมีอัตราความล้มเหลวสูงกว่านี้หลายเท่ามาก ซึ่งข้อผิดพลาดที่เกิดขึ้นอาจเป็นเรื่องการลืมรับประทานยา การรับประทานไม่ตรงเวลา การอาเจียนหลังการรับประทานยา เป็นต้น ซึ่งยาคุมกำเนิดชนิดฉีดจะตัดปัญหาเรื่องดังกล่าวได้ แต่อาจเกิดความคลาดเคลื่อนในการฉีดยาครั้งต่อไปที่ไม่ตรงตามกำหนดเวลา หรือมีความผิดพลาดขณะฉีดยา

หยุดฉีดยาคูมกำเนิดแล้วจะกลับมาตั้งครรภ์ได้เมื่อไร?

กรณีที่เป็นยาฉีดเมดร็อกซีโพรเจสเทอโรนแอสีเทตแบบฉีดคุมกำเนิดครั้งละ 3 เดือนซึ่งใช้กันมากในบ้านเรานั้น จะกลับมาตั้งครรภ์ได้โดยเฉลี่ยในเวลา 9-10 เดือน (แต่บางรายอาจนานถึง 1 ปีหรือนานกว่านี้) นับจากวันที่ฉีดยาค้างสุดท้าย หรือราว 6-7 เดือนนับจากเวลาที่คาดว่ายาหมดฤทธิ์ในการป้องกันการตั้งครรภ์ หากเป็นนอร์เอทิสเทอโรน อีแนนเทตซึ่งฉีดคุมกำเนิดครั้งละ 2 เดือน จะใช้เวลาสั้นกว่านี้ ระยะเวลาในการกลับมาตั้งครรภ์ไม่ขึ้นกับระยะเวลาที่ได้ใช้ยามาแล้วว่ามันเพียงใด กรณีที่เป็นยาฉีดชนิดฮอร์โมนรวมจะกลับมาตั้งครรภ์ได้เร็วคล้ายกับการรับประทานยาเม็ดคุมกำเนิดชนิดแผง

ยาคุมกำเนิดชนิดฉีดใช้ต่อเนื่องได้นานเท่าใด?

ยาคุมกำเนิดชนิดฉีด เช่น ยาฉีดเมดร็อกซีโพรเจสเทอโรนแอสีเทตซึ่งใช้กันมากนั้น แม้ว่าผู้ที่ได้รับยาจะทนต่อยาได้ดีและยามีประสิทธิภาพสูง อย่างไรก็ตามการใช้ยาอย่างต่อเนื่องควรมีการประเมินสภาพร่างกายผู้ที่ได้รับยาทุก 2 ปี เพื่อพิจารณาถึงประโยชน์จากการใช้ยาว่ายังคงมีมากกว่าความเสี่ยงต่อผลไม่พึงประสงค์ที่อาจเกิดขึ้น

ผลไม่พึงประสงค์ของยาคุมกำเนิดชนิดฉีด

กรณีการฉีดยาคูมกำเนิดชนิดที่มีโพรเจสทินอย่างเดียวซึ่งใช้กันมากนั้น จะมีเลือดประจำเดือนมาผิดปกติ ช่วงแรกมาไม่สม่ำเสมอหรือมากะปริบกะปรอย ทำให้เกิดความอับชื้นและเปลืองผ้าอนามัย แต่ต่อมาจะค่อย ๆ น้อยลง และจะหายไป โดยไม่มีอีกเลยตลอดช่วงที่ฉีดยา (ทำให้ผู้ใช้เป็นกังวลว่าอาจตั้งครรภ์โดยไม่รู้ตัวและเป็นเหตุสำคัญที่ทำให้ผู้หญิงหลายคนเลิกใช้) ปวดศีรษะ เจ็บคัดเต้านม ปวดท้อง อารมณ์เปลี่ยนแปลง ربกวนความรู้สึกทางเพศ เกิดฝ้า น้ำหนักตัวเพิ่ม (คนที่อ้วนง่ายอาจไม่ชอบ) การใช้เป็นเวลานานอาจทำให้ความหนาแน่นแร่ธาตุในกระดูก (bone mineral density) ลดลงเล็กน้อย แต่กลับสู่ปกติได้เมื่อหยุดใช้ยาและไม่เพิ่มความเสี่ยงที่จะเกิดโรคกระดูกพรุน ส่วนการเพิ่มความเสี่ยงต่อโรคมะเร็งเต้านมและการเกิดลิ้มเลือดในหลอดเลือดดำนั้นข้อมูลยังไม่ชัดเจน อย่างไรก็ตามในผู้ที่มิเป็นโรคมะเร็งเต้านมในช่วง 5 ปีจะห้ามใช้

ข้อดีและข้อเสียของยาคุมกำเนิดชนิดฉีด

ยาคุมกำเนิดชนิดฉีด กรณีที่เป็นยาฉีดเมดร็อกซีโพรเจสเทอโรนแอสีเทตแบบคุมกำเนิด 3 เดือนมีข้อดีและข้อเสียหลายอย่างดังแสดงในตาราง

ข้อดีและข้อเสียของยาคุมกำเนิดชนิดฉีด (ยาฉีดเมดร็อกซีโพรเจสเทอโรนแอซีเตต)

ข้อดี	ข้อเสีย
<ul style="list-style-type: none"> • มีประสิทธิภาพสูง มีอัตราความล้มเหลวเพียง 0.2–0.3% • สะดวก เมื่อเทียบกับยาเม็ดคุมกำเนิดซึ่งต้องรับประทานทุกวัน • ไม่มีฮอร์โมนประเภทเอสโตรเจน จึงปลอดภัยจากผลไม่พึงประสงค์ต่าง ๆ ของเอสโตรเจน รวมถึงความเสี่ยงต่อโรคบางอย่าง เช่น โรคหลอดเลือดหัวใจและสมอง, ภาวะลิ่มเลือดหลุดอุดหลอดเลือดดำ (venous thromboembolism) • ออกฤทธิ์คุมกำเนิดได้นานถึง 3 เดือน • มีข้อจำกัดหรือข้อห้ามใช้น้อย ใช้ได้กับกลุ่มคนที่หลากหลาย รวมถึงแม่ที่ให้นมลูก (ไม่รบกวนปริมาณและคุณภาพน้ำนม), ผู้ที่มีน้ำหนักมากเกิน, ผู้หญิงที่ไม่สามารถใส่ยาประเภทเอสโตรเจน เป็นต้น • ไม่รบกวนการมีเพศสัมพันธ์ • หากไม่สะดวกในวันนัดฉีดยา สามารถฉีดก่อนกำหนดได้ถึง 2 สัปดาห์ หรือฉีดล่าช้าได้แต่ต้องไม่เกิน 2 สัปดาห์ • อาจลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคหรือความผิดปกติบางอย่าง เช่น โรคมะเร็งรังไข่, โรคมะเร็งเยื่อหุ้มดลูก, โรคเนื้องอกในมดลูก, ภาวะอักเสบในอุ้งเชิงกราน • เนื่องจากยาทำให้ไม่มีประจำเดือน จึงปลอดภัยจากอาการปวดประจำเดือน และลดการเสียเลือดทำให้ลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคโลหิตจาง 	<ul style="list-style-type: none"> • ยามีผลไม่พึงประสงค์ เช่น ประจำเดือนมาผิดปกติ, น้ำหนักตัวเพิ่ม, เกิดฝ้า, ปวดศีรษะ, เจ็บคัดเต้านม, ปวดท้อง, อารมณ์เปลี่ยนแปลง, รบกวนความรู้สึกทางเพศ, ความหนาแน่นแร่ธาตุในกระดูกลดลงเล็กน้อยแต่กลับสู่ปกติได้เมื่อหยุดใช้ยา • เจ็บบริเวณที่ฉีดยา • ไม่สะดวก เสียเวลาและค่าใช้จ่ายในการเดินทางไปหน่วยบริการเพื่อฉีดยา • ลืมนัดได้ง่าย เนื่องจากการฉีดแต่ละครั้งห่างกันนานถึง 3 เดือน • ยาออกฤทธิ์ได้นาน หากเกิดผลไม่พึงประสงค์ขึ้นต้องรอนยาหมดฤทธิ์ • การกลับมาตั้งครรภ์จะใช้เวลารอนาน อาจจะต้องรอเกือบ 1 ปีหรือนานกว่านี้

ข้อควรคำนึงเมื่อใช้ยาคุมกำเนิดชนิดฉีด

- ข้อควรคำนึงบางประการสำหรับผู้ที่ได้รับการฉีดยาคุมกำเนิดมีดังนี้
1. ก่อนฉีดยาต้องมั่นใจว่าไม่ได้ตั้งครรภ์ กรณีที่ไม่มั่นใจต้องตรวจการตั้งครรภ์
 2. ยาคุมกำเนิดชนิดฉีดไม่สามารถป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้ จึงต่างจากถุงยางอนามัยซึ่งช่วยป้องกันได้
 3. ยาคุมกำเนิดชนิดฉีดทุก 3 เดือน ซึ่งกำหนดให้ฉีดทุก 12 สัปดาห์นั้น ฉีดล่าช้าได้ไม่เกิน 2 สัปดาห์ หากเกินกว่านี้ให้แจ้งการมีเพศสัมพันธ์หรือให้คุมกำเนิดด้วยวิธีอื่นเสริม เช่น ใช้ถุงยางอนามัย ไปจนถึงเวลาฉีดและหลังจากฉีดอีก 7 วัน หากไม่ได้ปฏิบัติดังกล่าว อาจพิจารณาใช้ยาคุมกำเนิดฉุกเฉินในรายที่จำเป็น
 4. ไม่ควรบีบ นวดหรือคลึงบริเวณที่ฉีด เพราะจะทำให้มีอาการดูดซึมเร็วขึ้นและอาจหมดฤทธิ์เร็วกว่ากำหนด
 5. การใส่ยาเป็นเวลานานอาจทำให้ความหนาแน่นแร่ธาตุในกระดูกลดลงเล็กน้อยแต่กลับสู่ปกติได้เมื่อหยุดใช้ยา อย่างไรก็ตามควรรับประทานแคลเซียมให้เพียงพอ

เอกสารอ้างอิง

1. Horvath S, Schreiber CA, Sonalkar S. Contraception. In: Feingold KR, Anawalt B, Boyce A, Chrousos G, de Herder WW, Dungan K, *et al.*, editors. Endotext. South Dartmouth (MA): MDText.com, updated January 17, 2018.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK279148/#contraception.toc-progestin-only-injectable>. Accessed: October 15, 2020.
2. Jacobstein R, Polis CB. Progestin-only contraception: injectables and implants. *Best Pract Res Clin Obstet Gynaecol* 2014; 28:795-806.
3. Brady M, Drake JK, Namagembe A, Cover J. Self-care provision of contraception: evidence and insights from contraceptive injectable self-administration. *Best Pract Res Clin Obstet Gynaecol* 2020; 66:95-106.
4. Khadilkar SS. Short-term use of injectable contraception: an effective strategy for safe motherhood. *J Obstet Gynaecol India* 2018; 68:82-7.
5. Kennedy CE, Yeh PT, Gaffield ML, Brady M, Narasimhan M. Self-administration of injectable contraception: a systematic review and meta-analysis. *BMJ Glob Health* 2019. doi: 10.1136/bmjgh-2018-001350.
6. Faculty of Sexual & Reproductive Healthcare (FSRH), Clinical Effectiveness Unit. FSRH Clinical Guideline: progestogen-only injectable contraception (December 2014, amended June 2020). <https://www.fsrh.org/standards-and-guidance/documents/cec-ceu-guidance-injectables-dec-2014/>. Accessed: October 15, 2020.
7. Sathe A, Gerriets V. Medroxyprogesterone, updated June 5, 2020. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK559192/>. Accessed: October 15, 2020.
8. Depo-Provera. Product monograph including patient medication information. https://www.pfizer.ca/sites/default/files/201803/DEPO-PROVERA_PM_E_210121_13Feb2018.pdf. Accessed: October 15, 2020.
9. Depo-Provera. Medroxyprogesterone acetate. Consumer medicine information. <https://www.nps.org.au/medicine-finder/depo-provera-suspension-for-injection>. Accessed: October 15, 2020.