

ยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนัง...ทางเลือกแทนการรับประทานยาคุมกำเนิด

รองศาสตราจารย์ ดร. เกสัชกรหญิง นงลักษณ์ สุขวานิชย์ศิลป์

หน่วยคลังข้อมูลยา คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

การคุมกำเนิดมีทั้งแบบถาวร ได้แก่ การผ่าตัดทำหมัน และแบบชั่วคราว การคุมกำเนิดชั่วคราวมีหลายวิธี เช่น การรับประทานยาเม็ดคุมกำเนิด การใส่ห่วงอนามัยหรือห่วงคุมกำเนิด การใช้ยาคุมกำเนิดชนิดฉีด การใช้ยาคุมกำเนิดชนิดฝัง การใช้ยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนัง ซึ่งยาเม็ดคุมกำเนิดและยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนัง ถือเป็นวิธีการคุมกำเนิดชั่วคราวระยะสั้น ส่วนการคุมกำเนิดชั่วคราววิธีอื่นที่กล่าวข้างต้นถือเป็นการคุมกำเนิดระยะยาว ยาเม็ดคุมกำเนิดนิยมใช้กันมากเนื่องจากมีประสิทธิภาพดีและสะดวก แต่อาจมีปัญหาในด้านการใช้ยา เช่น ลืมรับประทาน รับประทานไม่ตรงเวลา อาเจียนภายหลังการรับประทาน ด้วยเหตุนี้ยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนังซึ่งมีประสิทธิภาพทัดเทียมกันจึงเป็นทางเลือกที่ดี ในบทความนี้ให้ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนัง ผู้ที่เหมาะสมกับการใช้ยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนัง วิธีใช้ การออกฤทธิ์ ประสิทธิภาพในการป้องกันการตั้งครรภ์ ผลไม่พึงประสงค์ ข้อดีและข้อเสีย พร้อมทั้งข้อควรคำนึงเมื่อใช้ยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนัง

มารู้จักกับ “ยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนัง”

ยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนัง เป็นแผ่นยารูปสี่เหลี่ยมหรือรูปกลม สีเนื้อหรือสีน้ำตาลอ่อน สำหรับใช้แปะบนผิวหนัง มีขนาดประมาณ 14-28 ตารางเซนติเมตร (ขึ้นกับแต่ละผลิตภัณฑ์) แผ่นยาแบ่งเป็นหลายชั้น (3-6 ชั้น (ขึ้นกับแต่ละผลิตภัณฑ์) ตัวอย่างเช่น ผลิตภัณฑ์ที่มีชื่อการค้าอีฟรา (Evra®) ที่มีใช้ในบ้านเรานั้นเป็นแผ่นยาสี่เหลี่ยมที่มีขนาด 20 ตารางเซนติเมตร มี 3 ชั้น ได้แก่ แผ่นรองยา (เมื่อติดผิวหนังจะอยู่บนสุด) เป็นฟิล์มพลาสติกและผ้าใยสังเคราะห์ที่ยึดติดได้ ช่วยป้องกันตัวยาจากสิ่งแวดล้อมภายนอก ถัดมาเป็นชั้นของสารเหนียว (adhesive) ที่มีตัวยาฮอร์โมนรวมทั้งส่วนประกอบอื่น และชั้นบนสุดเป็นแผ่นฟิล์มใสเพื่อลอกออกก่อนแปะยา ใน 1 รอบการคุมกำเนิด (4 สัปดาห์หรือ 28 วัน) จะแปะยาสัปดาห์ละ 1 แผ่น ต่อเนื่องเป็นเวลา 3 สัปดาห์รวม 3 แผ่น แล้วเว้น 1 สัปดาห์เพื่อให้ประจำเดือนมา จากนั้นเริ่มแปะแผ่นยาสำหรับการคุมกำเนิดรอบใหม่ แผ่นยาจะปลดปล่อยตัวยาฮอร์โมนออกมาเพื่อให้ดูดซึมเข้าสู่ร่างกายผ่านทางผิวหนัง ขณะนี้มีการพัฒนายาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนังเพื่อให้ออกฤทธิ์ได้นานขึ้นซึ่งอาจใช้แปะเดือนละ 1 ครั้ง

ตัวยาลำคัญใน “ยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนัง”

ผลิตภัณฑ์ที่มีจำหน่ายในปัจจุบันเป็นชนิดฮอร์โมนรวม กล่าวคือมียาฮอร์โมนในกลุ่มเอสโตรเจน (estrogens) ผสมกับยาฮอร์โมนในกลุ่มโปรเจสติน (progestins ซึ่งโปรเจสตินเป็นสารสังเคราะห์เลียนแบบฮอร์โมนโปรเจสเตอโรนในร่างกาย) ตัวยาจึงคล้ายกับยาเม็ดคุมกำเนิดชนิดฮอร์โมนรวม (combined oral contraceptives)

หรือ combined pills) ซึ่งตัวยาฮอร์โมนในกลุ่มเอสโตรเจนที่นำมาใช้ ได้แก่ เอthinyl เอสตราไดออล (ethinyl estradiol) ส่วนตัวยาฮอร์โมนในกลุ่มโปรเจสตินที่นำมาใช้อาจเป็น นอร์เอลเจสโตรมิน (norelgestromin หรือ 17-diacetyl norgestimate) หรือเลโวเนอร์เจสเตรล (levonorgestrel) ซึ่งนอร์เอลเจสโตรมินเป็นตัวที่ออกฤทธิ์ของยานอร์เจสติเมต (norgestimate) ทั้งนอร์เจสติเมต เลโวเนอร์เจสเตรล และเอthinyl เอสตราไดออลมีในยาเม็ดคุมกำเนิด ตัวอย่างยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนังที่มีส่วนประกอบของฮอร์โมนดังกล่าวข้างต้น ได้แก่

1. ชนิดที่มีเอthinyl เอสตราไดออลผสมกับนอร์เอลเจสโตรมิน หากเป็นผลิตภัณฑ์ที่มีชื่อการค้าอีฟรา (Evra®) มีลักษณะเป็นแผ่นสี่เหลี่ยมขนาด 20 ตารางเซนติเมตร แต่ละแผ่นมีเอthinyl เอสตราไดออล 600 ไมโครกรัมและนอร์เอลเจสโตรมิน 6 มิลลิกรัม ปลดปล่อยตัวยาเอthinyl เอสตราไดออลโดยเฉลี่ย 33.9 ไมโครกรัม/วัน และนอร์เอลเจสโตรมินโดยเฉลี่ย 203 ไมโครกรัม/วัน หากเป็นผลิตภัณฑ์ที่มีชื่อการค้าซูแลน (Xulane®) มีลักษณะเป็นแผ่นสี่เหลี่ยมขนาด 14 ตารางเซนติเมตร แต่ละแผ่นมีเอthinyl เอสตราไดออล 530 ไมโครกรัมและนอร์เอลเจสโตรมิน 4.86 มิลลิกรัม ปลดปล่อยตัวยาเอthinyl เอสตราไดออล 35 ไมโครกรัม/วัน และนอร์เอลเจสโตรมิน 150 ไมโครกรัม/วัน

2. ชนิดที่มีเอthinyl เอสตราไดออลผสมกับเลโวเนอร์เจสเตรล มีชื่อการค้าเทวิลลา (Twirla®) เป็นแผ่นกลมขนาด 28 ตารางเซนติเมตร บริเวณตรงกลางซึ่งมีตัวยามีพื้นที่ 15 ตารางเซนติเมตร แต่ละแผ่นมีเอthinyl เอสตราไดออล 2.3 มิลลิกรัม และเลโวเนอร์เจสเตรล 2.6 มิลลิกรัม ปลดปล่อยตัวยาเอthinyl เอสตราไดออล 30 ไมโครกรัม/วัน และเลโวเนอร์เจสเตรล 120 ไมโครกรัม/วัน

“ยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนัง” เหมาะกับใคร ?

ยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนังใช้ได้กับผู้หญิงอายุ 18-45 ปีที่ประสงค์จะคุมกำเนิด โดยผู้หญิงเหล่านี้มีค่าดัชนีมวลกาย (body mass index หรือย่อว่า BMI) ต่ำกว่า 30 กิโลกรัม/เมตร² (ค่านี้ขึ้นกับน้ำหนักตัวเป็นกิโลกรัม และส่วนสูงเป็นเมตร) และมีน้ำหนักตัวน้อยกว่า 90 กิโลกรัม (เนื่องจากยามีประสิทธิภาพลดลงในผู้ที่มีน้ำหนัก 90 กิโลกรัมหรือมากกว่านี้) ไม่ควรใช้ในผู้ที่กำลังให้นมบุตร เพราะยาจะรบกวนปริมาณและคุณภาพน้ำนม นอกจากนี้ ต้องไม่เข้าข่ายเป็นผู้ที่ห้ามใช้ดังกล่าวข้างล่างนี้ ด้วยเหตุนี้ก่อนใช้ยาควรปรึกษาแพทย์เพื่อประเมินว่าไม่มีโรคหรือความผิดปกติใดที่เป็นข้อห้ามใช้สำหรับยาคุมกำเนิดชนิดนี้

ผู้ที่ห้ามใช้ยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนัง

ยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนังเป็นยาคุมกำเนิดชนิดฮอร์โมนรวม ห้ามใช้กับบุคคลเหล่านี้

--แพ้ยา ไม่ว่าจะแพ้ส่วนประกอบชนิดใดในผลิตภัณฑ์ที่จะใช้นั้น

--ตั้งครรภ์หรือมีความเสี่ยงว่าจะตั้งครรภ์ ดังนั้นผู้ที่มีความเสี่ยงจะต้องผ่านการตรวจก่อนว่าไม่ได้ตั้งครรภ์ จึงสามารถใช้ยาได้

--ตับทำงานบกพร่อง ไม่ว่าจะเกิดจากโรคตับเฉียบพลันหรือโรคตับเรื้อรัง

--เป็นโรคมะเร็งตับหรือโรคเนื้องอกในตับ

--มีภาวะลิ่มเลือดอุดตันในหลอดเลือดดำ (venous thromboembolism) หรือมีประวัติว่าเคยเกิดอาการ หรือมีปัจจัยเสี่ยงที่จะเกิดภาวะดังกล่าว (เช่น อายุมากกว่า 35 ปีและสูบบุหรี่, โรคเบาหวานชั้นรุนแรง, โรคความดันโลหิตสูงที่ควบคุมไม่ได้, โรคไขมันในเลือดสูงชั้นรุนแรง) และหากภาวะลิ่มเลือดอุดตันในหลอดเลือดดำเกิดขึ้นขณะใช้ยาให้หยุดใช้ทันที

--มีภาวะลิ่มเลือดอุดตันในหลอดเลือดแดง (arterial thromboembolism) หรือมีประวัติว่าเคยเกิดอาการ (เช่น กล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือด, สมองขาดเลือด) หรือเคยเกิดอาการนำ (เช่น อาการปวดแขนขา, สมองขาดเลือดชั่วคราว) หรือมีปัจจัยเสี่ยงที่จะเกิดภาวะดังกล่าว (เช่น สูงอายุ, สูบบุหรี่, โรคความดันโลหิตสูงที่ควบคุมไม่ได้, โรคไขมันในเลือดสูงชั้นรุนแรง, โรคอ้วน, โรคไมเกรนที่เคยเกิดความผิดปกติทางระบบประสาทเฉพาะที่ เช่น ปากเบี้ยวพูดไม่ได้ แขนไม่มีแรงหรือชา เดินเซ) และหากภาวะลิ่มเลือดอุดตันในหลอดเลือดแดงเกิดขึ้นขณะใช้ยาให้หยุดใช้ทันที

--เป็นหรือสงสัยว่าเป็นโรคกระดูกสันหลัง, โรคกระดูกสันหลังอักเสบ, หรือมีโรคเนื้องอกชนิดที่ไวต่อการกระตุ้นด้วยฮอร์โมนพาราไธโรเจนและ/หรือฮอร์โมนพาราไธโรเจสทิน

--มีเลือดออกจากช่องคลอดอย่างผิดปกติโดยไม่ทราบสาเหตุ

เริ่มใช้ “ยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนัง” ได้เมื่อไร ?

การเริ่มใช้ยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนังมีความแตกต่างกันตามสถานการณ์ โดยมีรายละเอียดในข้อปฏิบัติดังนี้

1. เริ่มแปะแผ่นยาภายในวันแรกที่มีประจำเดือน (ไม่ว่าจะเริ่มใช้ยาคุมกำเนิดเป็นครั้งแรก หรือเคยคุมกำเนิดด้วยวิธีอื่นมาแล้วก่อนหน้านี้) โดยไม่จำเป็นต้องใช้การคุมกำเนิดอย่างอื่นร่วมด้วยเมื่อมีเพศสัมพันธ์ หากไม่ได้เริ่มแปะแผ่นยาในวันแรกที่มีประจำเดือนจะต้องใช้การคุมกำเนิดวิธีอื่นร่วมด้วย เช่น การใช้ถุงยางอนามัยเป็นเวลา 7 วันหรือให้งดการมีเพศสัมพันธ์ในช่วง 7 วันภายหลังแปะแผ่นยา (ปฏิบัติเช่นนี้เฉพาะการแปะแผ่นแรกเมื่อเริ่มใช้เป็นครั้งแรกเท่านั้น)

2. เริ่มแปะแผ่นยารวันใดก็ได้แต่ต้องไม่ได้ตั้งครรภ์หรือเสี่ยงว่าจะตั้งครรภ์ กรณีเช่นนี้จะต้องใช้การคุมกำเนิดวิธีอื่นร่วมด้วย เช่น การใช้ถุงยางอนามัยเป็นเวลา 7 วันหรือให้งดการมีเพศสัมพันธ์ในช่วง 7 วันภายหลังแปะแผ่นยา (ปฏิบัติเช่นนี้เฉพาะการแปะแผ่นแรกเมื่อเริ่มใช้เป็นครั้งแรกเท่านั้น)

3. เริ่มแปะแผ่นยาหลังแท้งบุตร หากแท้งบุตรในช่วงไตรมาสแรกของการตั้งครรภ์ เริ่มแปะแผ่นยาได้ทันทีหรืออย่างช้าไม่เกิน 5 วันภายหลังแท้งบุตร และไม่จำเป็นต้องใช้การคุมกำเนิดอย่างอื่นร่วมด้วยเมื่อมีเพศสัมพันธ์ แต่ถ้าเริ่มแปะแผ่นยาเกิน 5 วันหลังการแท้งบุตรจะต้องใช้การคุมกำเนิดวิธีอื่นร่วมด้วย เช่น การใช้ถุงยางอนามัยเป็นเวลา 7 วันหรือให้งดการมีเพศสัมพันธ์ 7 วันภายหลังแปะแผ่นยา ซึ่งในบางกรณีการตกไข่อาจเกิดขึ้นได้ภายใน 10 วันหลังการแท้งบุตร และถ้ามีเพศสัมพันธ์เกิดขึ้นแล้วก่อนหน้านี้โดยไม่ได้มีการป้องกัน ก่อนที่จะแปะแผ่นยาต้องมั่นใจว่าไม่ได้ตั้งครรภ์ หรือให้รอจนมีประจำเดือนมาจึงเริ่มแปะแผ่นยาได้

หากแท้งบุตรในไตรมาสที่สองของการตั้งครรภ์ ให้รอไม่น้อยกว่า 4 สัปดาห์จึงเริ่มแปะแผ่นยา (หากเริ่มแปะแผ่นยาเร็วจะเพิ่มความเสี่ยงต่อการเกิดลิ่มเลือดอุดตันหลอดเลือด) และต้องใช้การคุมกำเนิดวิธีอื่นร่วมด้วย เช่น การใช้ถุงยางอนามัยเป็นเวลา 7 วันหรือให้ดการมีเพศสัมพันธ์ 7 วันภายหลังแปะแผ่นยา หากมีเพศสัมพันธ์เกิดขึ้นแล้วก่อนหน้านี้โดยไม่ได้มีการป้องกัน ก่อนที่จะแปะแผ่นยาต้องมั่นใจว่าไม่ได้ตั้งครรภ์ หรือให้รอจนมีประจำเดือนมาจึงเริ่มแปะแผ่นยาได้

4. *ภายหลังคลอดบุตร* หากไม่ได้ให้นมบุตร ให้รอไม่น้อยกว่า 4 สัปดาห์หลังคลอดจึงเริ่มแปะแผ่นยา (หากเริ่มแปะแผ่นยาเร็วจะเพิ่มความเสี่ยงต่อการเกิดลิ่มเลือดอุดตันหลอดเลือด) และต้องใช้การคุมกำเนิดวิธีอื่นร่วมด้วย เช่น การใช้ถุงยางอนามัยเป็นเวลา 7 วันหรือให้ดการมีเพศสัมพันธ์ 7 วันภายหลังแปะแผ่นยา หากมีเพศสัมพันธ์เกิดขึ้นแล้วก่อนหน้านี้โดยไม่ได้มีการป้องกัน ก่อนที่จะแปะแผ่นยาต้องมั่นใจว่าไม่ได้ตั้งครรภ์ หรือให้รอจนมีประจำเดือนมาจึงเริ่มแปะแผ่นยาได้

หากอยู่ในช่วงให้นมบุตร ไม่แนะนำให้ใช้ยาคุมกำเนิดชนิดที่มีฮอร์โมนรวมซึ่งรวมถึงยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนัง เพราะยารบกวนปริมาณและคุณภาพน้ำนมได้ หากจะใช้ให้รอหลังการหย่านม

วิธีใช้ “ยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนัง”

ในแต่ละ “รอบการคุมกำเนิด (contraceptive cycle)” ซึ่งมี 28 วันหรือ 4 สัปดาห์ ให้แปะแผ่นยาสัปดาห์ละ 1 แผ่น ต่อเนื่องเป็นเวลา 3 สัปดาห์รวม 3 แผ่น แล้วเว้น 1 สัปดาห์เพื่อให้ประจำเดือนมา วันเริ่มแปะแผ่นแรกถือเป็นวันที่ 1 ของรอบการคุมกำเนิด ดังนั้นต้องเปลี่ยนแผ่นยาในวันที่ 8 และวันที่ 15 ของรอบการคุมกำเนิด ช่วงที่แปะแผ่นยาจะไม่มีประจำเดือนมา และในวันที่ 22 ของรอบการคุมกำเนิดให้แกะแผ่นที่ 3 ออกเพื่อเริ่มหยุดยาเป็นเวลา 1 สัปดาห์ (ตั้งแต่วันที่ 22-28 ของรอบการคุมกำเนิด) ในช่วงนี้จะมีประจำเดือนมาและถือเป็นการจบการคุมกำเนิดรอบนั้น จากนั้นเริ่มต้นแปะยาแผ่นแรกของการคุมกำเนิดรอบใหม่ ทำดังนี้เรื่อยไป แม้ว่าในวันที่ต้องเริ่มแปะแผ่นแรกของการคุมกำเนิดรอบใหม่นี้ประจำเดือนยังไม่มาหรือประจำเดือนยังไม่หมดก็ตาม (แต่ถ้าประจำเดือนไม่มาติดต่อกัน 2 รอบของการคุมกำเนิด ให้ทดสอบการตั้งครรภ์ หากเกิดการตั้งครรภ์ขึ้นให้หยุดแปะแผ่นยาทันที) ทั้งนี้ห้ามหยุดยาเกิน 7 วัน (หากหยุดยานานกว่านี้ให้ดูหัวข้อ *หากลืมเปลี่ยนแผ่นยา...จะอย่างไร?*) ดังนั้นหากเริ่มแปะยาแผ่นแรกในวันใดของสัปดาห์ การเปลี่ยนแผ่นยาทุกครั้งจะเป็นวันเดิมเสมอ (เช่น เริ่มแปะแผ่นแรกตรงกับวันอาทิตย์ แผ่นต่อ ๆ ไปจะเปลี่ยนทุกวันอาทิตย์) สามารถเปลี่ยนแผ่นยาในเวลาใดก็ได้ที่สะดวกแต่ต้องภายในวันที่ครบกำหนดนั้น (จึงต่างจากการรับประทานยาเม็ดคุมกำเนิดที่ต้องรับประทานเวลาเดิมทุกวัน) ในการนับวันของ “รอบการคุมกำเนิด (contraceptive cycle)” ดังกล่าวข้างต้นไม่ตรงกับการนับวันของ “วงจรประจำเดือน (menstrual cycle)” ซึ่งวงจรประจำเดือนจะสอดคล้องกับการทำงานของรังไข่และมี 28 วัน เริ่มต้นนับวันที่ 1 เมื่อประจำเดือนมาวันแรกและวันที่ 14 ตรงกับวันตกไข่

วิธีแปะแผ่นยา ทำดังนี้

1. หากมีแผ่นเดิมแปะอยู่ ให้แกะออกทันทีก่อนที่จะแปะแผ่นใหม่ ไม่ให้แกะล่วงหน้าและไม่ให้แปะยา 2 แผ่นในเวลาเดียวกัน แม้ว่าอีกแผ่นหนึ่งจะเป็นแผ่นเดิมก็ตาม

2. เลือกผิวหนังบริเวณที่ไม่มีขน ไม่ถูกครูดหรือรัดแน่นด้วยเสื้อผ้าที่สวมใส่ จึงควรเป็นบริเวณต้นแขนด้านนอก หน้าท้อง ก้น หรือแผ่นหลังส่วนบน (รูปที่ 1) ทั้งนี้ไม่ให้แปะที่หน้าอกหรือเต้านม หรือบริเวณที่มีรอยแผล ตลอดจนบริเวณที่มีอาการอักเสบ แดงหรือระคายผิวหนังอยู่ก่อนแล้ว การแปะยาแผ่นใหม่ควรเปลี่ยนที่จากครั้งก่อน เพื่อไม่ให้เกิดการระคายผิวหนัง

3. ทำความสะอาดผิวหนังบริเวณที่จะแปะแผ่นยาและเช็ดให้แห้ง ไม่ทาครีม โลชั่น หรือแป้งบริเวณนั้น เพราะจะทำให้แผ่นยาติดไม่เนียนแนบผิวหนังและติดไม่แน่น

4. ไม่ตัดหรือทำให้แผ่นยาเสียหาย เพราะจะทำให้ประสิทธิภาพยาไม่ได้ตามที่ต้องการ

5. ดึงแผ่นพลาสติกใสที่ปิดบนแผ่นยาออกเพียงซีกเดียวเพื่อแปะซีกนั้นลงบนผิวหนังก่อน แล้วจึงดึงแผ่นพลาสติกใสอีกซีกหนึ่งออก ระวังอย่าให้มือสัมผัสผิวหนังด้านที่จะติดลงบนผิวหนัง จากนั้นลูบแผ่นยาให้เนียนแนบสนิทกับผิวหนัง หากแผ่นยาไม่แนบสนิทกับผิวหนังจะทำให้การปลดปล่อยตัวยาเกิดได้ไม่ดี และควรตรวจสอบด้วยสายตาทุกวันว่าแผ่นยายังแปะอยู่ในสภาพที่ดีดังเดิม



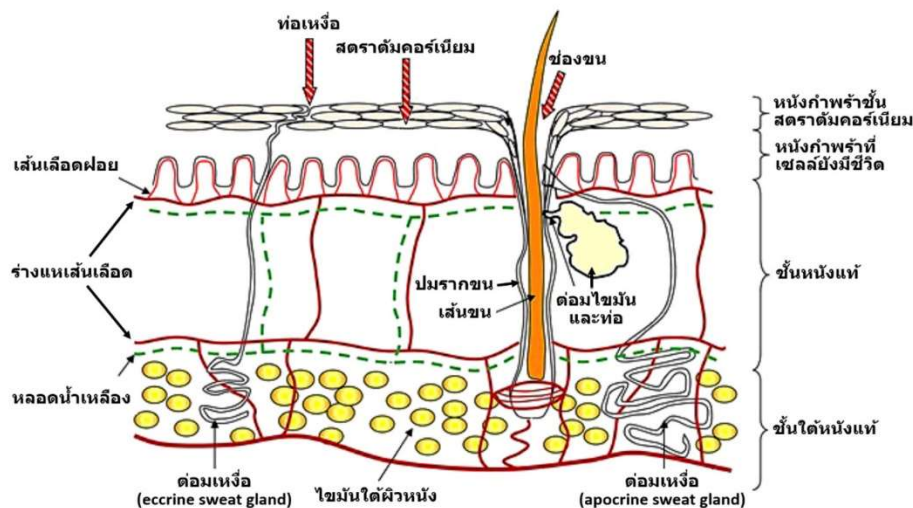
รูปที่ 1 แสดงบริเวณผิวหนังที่แปะแผ่นยากุมกำเนิด

[ที่มา: <https://www.drugs.com/pro/images/f8e8a69e-a018-469a-af56-e20f61fe4e06/ortho-evra-01.jpg>]

ยาฮอร์โมนใน “ยากุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนัง” เข้าสู่ร่างกายได้อย่างไร?

เมื่อแปะแผ่นยาลงบนผิวหนัง แผ่นยาจะค่อย ๆ ปลดปล่อยตัวยาฮอร์โมนออกมา และตัวยาจะแทรกซึมจากตำแหน่งที่แปะแผ่นยาผ่านหนังกำพร้าลงสู่ผิวหนังชั้นล่าง ยาบางส่วนอาจผ่านลงสู่ผิวหนังชั้นล่างทางช่องขนและรูเปิดของท่อเหงื่อแต่ผ่านได้ในปริมาณจำกัด ซึ่งที่ชั้นหนังแท้และชั้นใต้หนังแท้มีเส้นเลือดและท่อน้ำเหลืองมาเลี้ยง (รูปที่ 2) ยาจึงถูกดูดซึมเข้าสู่กระแสเลือดและกระจายไปยังส่วนต่าง ๆ ของร่างกายเพื่อออกฤทธิ์ ผลิตภัณฑ์อีฟราปลดปล่อยตัวยาเอthinil เอสตราไดออลโดยเฉลี่ย 33.9 ไมโครกรัม/วัน และนอร์เอลเจสโตรมินโดยเฉลี่ย 203 ไมโครกรัม/วัน ส่วนผลิตภัณฑ์ซูเลนปลดปล่อยตัวยาเอthinil เอสตราไดออล 35 ไมโครกรัม/วัน และนอร์เอลเจสโตรมิน 150 ไมโครกรัม/วัน ดังกล่าวแล้วข้างต้น ค่าอ้างอิง (ระดับยาในซีรัม) สำหรับประสิทธิภาพในการป้องกันการตั้งครรภ์ของตัวยาฮอร์โมนในยาเม็ดคุมกำเนิดสูตรผสม สำหรับเอthinil เอสตราไดออลอยู่ที่ 25-75 พิโคกรัม/มิลลิลิตร และนอร์เอลเจสโตรมินอยู่ที่ 0.6-1.2 นาโนกรัม/มิลลิลิตร ในกรณีที่แปะยาอีฟราแผ่นแรกตัวยาฮอร์โมนถูกดูดเข้าสู่

กระแสเลือดจนถึงระดับคงที่ (plateau level) ภายในประมาณ 48 ชั่วโมง และตลอดช่วงที่แปะแผ่นยา 1 สัปดาห์แรกให้ระดับเอทีนิลเอสตราไดโอรอลในซีรัมโดยเฉลี่ย 50 พิโคกรัม/มิลลิลิตร และนอร์เอลเจสโตรมินโดยเฉลี่ย 0.8 นาโนกรัม/มิลลิลิตร ซึ่งอยู่ในช่วงของค่าอ้างอิงข้างต้น ยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนังให้ระดับยาในซีรัมคงที่ดีกว่ายาชนิดรับประทาน การแปะยาแผ่นต่อ ๆ ไปให้ระดับยาในซีรัมเพิ่มเพียงเล็กน้อยเมื่อเทียบกับสัปดาห์แรกที่เริ่มแปะแผ่นแรก การแปะแผ่นยาที่หน้าท้องให้ระดับยาฮอร์โมนทั้งสองชนิดในซีรัมต่ำกว่าการแปะที่ก้น ต้นขาหรือต้นแขน ประมาณ 20% อย่างไรก็ตามไม่ว่าจะแปะแผ่นยาบริเวณใดตามที่แนะนำไว้ และไม่ว่าสภาพแวดล้อมภายนอกจะร้อนขึ้น หรือมีกิจกรรมการออกกำลังกาย หรือการแช่น้ำเย็น แผ่นยาที่แปะไว้ยังคงให้ระดับยาอยู่ในช่วงของค่าอ้างอิงข้างต้น ยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนังแม้จะให้ระดับในซีรัมคงที่ดีกว่ายารับประทาน แต่ปริมาณยาที่ร่างกายได้รับจากการแปะแผ่นยามีความแปรปรวนระหว่างบุคคลสูงกว่ายาชนิดรับประทาน เนื่องจากได้รับผลกระทบจากปัจจัยบางอย่างมากกว่า เช่น อายุมากขึ้น มีน้ำหนักตัวและพื้นที่ผิวกายมาก ซึ่งประสิทธิภาพของยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนังลดลงในคนที่มีน้ำหนักตัวตั้งแต่ 90 กิโลกรัมขึ้นไป (ยาชนิดรับประทานได้รับผลกระทบน้อยกว่า)



รูปที่ 2 ภาพวาดแสดงโครงสร้างของผิวหนัง

[ดัดแปลงจาก Abd E, Yousef SA, Pastore MN, Telaprolu K, Mohammed YH, Namjoshi S, *et al.* Clin Pharmacol 2016; 8:163-76]

“ยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนัง” ออกฤทธิ์อย่างไร?

ยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนังมีตัวยาคือฮอร์โมนเอสโตรเจนผสมกับฮอร์โมนโปรเจสตินคล้ายกับยาคุมกำเนิดชนิดฮอร์โมนรวม จึงมีการออกฤทธิ์ทำนองเดียวกันคือยับยั้งการตกไข่ซึ่งเป็นกลไกที่สำคัญในการป้องกันการตั้งครรภ์ แม้ว่ายาอาจมีการออกฤทธิ์อย่างอื่นได้บ้าง เช่น ลดการสร้างเมือกและเพิ่มความหนืดของเมือกปากมดลูกซึ่งทำให้ตัวอสุจิไม่อาจเดินทางไปปฏิสนธิกับไข่ ตลอดจนทำให้เยื่อบุโพรงมดลูกไม่พร้อมที่จะรับการฝังตัวของตัวอ่อน

ประสิทธิภาพในการป้องกันการตั้งครรภ์ของ “ยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนัง”

ยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนังมีประสิทธิภาพในการป้องกันการตั้งครรภ์เทียบได้กับการรับประทานยาคุมกำเนิดชนิดฮอร์โมนรวม การใช้ยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนังที่มีเอทินิลเอสตราไดโอฟสมกับนอร์เอลเจสโทรมินหากใช้อย่างถูกต้องตามคำแนะนำพบอัตราความล้มเหลว (เกิดตั้งครรภ์) ได้ประมาณ 1% ใน 1 ปี แต่ถ้าใช้ตามปกติทั่วไป (เช่น บางครั้งเปลี่ยนแผ่นยาไม่ตรงเวลา บางครั้งแผ่นยาฉีกหรือเปิดบางส่วนเป็นเวลานาน) พบอัตราความล้มเหลวราว 7-9% นอกจากนี้ประสิทธิภาพของยาลดลงในผู้ที่มีน้ำหนักตั้งแต่ 90 กิโลกรัมขึ้นไป หรือใช้ร่วมกับยาอื่นบางชนิดที่เกิดปฏิกิริยาต่อกันได้

แผ่นยาที่แปะผิวหนังไว้เฉยหรือเปิดบางส่วน...จะอย่างไร?

หากแผ่นยาที่แปะผิวหนังไว้เกิดการเฉยหรือเปิดบางส่วนซึ่งจะทำให้ประสิทธิภาพของยาเกิดได้ไม่เต็มที่ ให้ปฏิบัติดังนี้

--แผ่นยาเฉยหรือเปิดบางส่วนเกิดนานไม่เกิน 24 ชั่วโมง หากแผ่นยายังคงความเหนียวและติดผิวหนังได้ดี ให้แปะกลับสภาพเดิมทันที แต่ถ้าความเหนียวของแผ่นยาลดลงจนไม่สามารถแปะให้เนียนแนบผิวหนังได้ดังเดิมให้เปลี่ยนแผ่นใหม่ทันที ไม่ให้แก้ไขด้วยการทากาวหรือใช้พลาสติกปิดทับ หากได้กระทำทั้งที่ตั้งข้อแนะนำข้างต้นนั้น ยายังคงมีประสิทธิภาพในการป้องกันการตั้งครรภ์ได้โดยไม่ต้องใช้การคุมกำเนิดวิธีอื่นเพิ่มเติม ในกรณีที่ต้องเปลี่ยนแผ่นใหม่แทนแผ่นที่ชำรุดนั้นการเปลี่ยนแผ่นยารั้งต่อไปยังคงเป็นวันเดิม (ซึ่งหมายความว่ายาแผ่นใหม่ที่แปะนี้จะใช้ไม่ถึง 7 วัน)

--แผ่นยาเฉยหรือเปิดบางส่วนเกิดนานเกิน 24 ชั่วโมงหรือไม่รู้ที่เกิดขึ้นตั้งแต่เมื่อไร ให้ถือว่าการคุมกำเนิดรอบนั้นยุติลง ให้เริ่มต้นการคุมกำเนิดรอบใหม่ทันทีโดยการแปะแผ่นใหม่ (เป็นแผ่นที่ 1 ของการคุมกำเนิดรอบใหม่ ซึ่งหมายความว่าต้องแปะแผ่นยาต่อเนื่องไปจนครบ 3 สัปดาห์แล้วจึงหยุดยาเพื่อให้ประจำเดือนมา 7 วัน) และถือวันนั้นเป็น “วันเปลี่ยนแผ่นยา” ในครั้งต่อไป พร้อมทั้งให้งดการมีเพศสัมพันธ์เป็นเวลา 7 วันภายหลังแปะแผ่นยาหรือให้ใช้การคุมกำเนิดวิธีอื่นร่วมด้วยในช่วงนั้น เช่น ถุงยางอนามัย

หากลืมเปลี่ยนแผ่นยา...จะอย่างไร?

การเปลี่ยนยาแผ่นใหม่เมื่อครบกำหนด สามารถเปลี่ยนในเวลาใดก็ได้ที่สะดวกแต่ต้องทำภายในวันที่ครบกำหนดนั้น หากลืมเปลี่ยนในวันที่ครบกำหนดหรือลืมแปะแผ่นแรกของการคุมกำเนิดรอบใหม่ ให้ปฏิบัติดังนี้

1. ลืมแปะแผ่นที่ 1 ของการคุมกำเนิดรอบใหม่ ให้แปะแผ่นยาทันทีที่นึกได้ และให้ถือเอาวันนั้นเป็นวันที่ 1 ของการคุมกำเนิดรอบใหม่นี้และเป็น “วันเปลี่ยนแผ่นยา” ในครั้งต่อ ๆ ไปด้วย พร้อมทั้งให้งดการมีเพศสัมพันธ์เป็นเวลา 7 วันหรือให้ใช้การคุมกำเนิดวิธีอื่นร่วมด้วยในช่วงนั้น เช่น ถุงยางอนามัย ทั้งนี้ช่วงที่หยุดยาไม่ให้หยุดเกิน 7 วันไม่ว่ากรณีใด ๆ (แม้ว่าในวันที่ต้องแปะยาแผ่นใหม่นั้นประจำเดือนยังไม่มาหรือประจำเดือนยังไม่หมดก็ตาม) ทั้งนี้ความเสี่ยงที่จะเกิดการตกไข่และตั้งครรภ์จะเพิ่มตามระยะเวลาที่พ้นจาก 7 วันนั้น

2. สลับเปลี่ยนแผ่นที่ 2 (วันที่ 8 ของรอบการคุมกำเนิด) หรือแผ่นที่ 3 (วันที่ 15 ของรอบการคุมกำเนิด) หากลืมไม่เกิน 2 วัน (ไม่เกิน 48 ชั่วโมง) ให้แปะแผ่นใหม่ทันทีที่นึกได้และยังคงถือ “วันเปลี่ยนแผ่นยา” ตามเดิม และหากว่า 7 วันก่อนหน้าที่จะสลับเปลี่ยนแผ่นยานั้นได้มีการแปะยาอย่างถูกต้องแล้ว ในกรณีเช่นนี้ไม่ต้องใช้การคุมกำเนิดวิธีอื่นเพิ่มเติมเมื่อมีเพศสัมพันธ์

3. สลับเปลี่ยนแผ่นที่ 2 (วันที่ 8 ของรอบการคุมกำเนิด) หรือแผ่นที่ 3 (วันที่ 15 ของรอบการคุมกำเนิด) หากลืมเป็นเวลา 48 ชั่วโมงหรือนานกว่านี้ ซึ่งการมีเพศสัมพันธ์ในช่วงนี้จะเสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ได้ ให้ถือว่าการคุมกำเนิดรอบนั้นยุติลงและเริ่มต้นการคุมกำเนิดรอบใหม่ทันที วันเริ่มต้นใหม่นี้ถือเป็น “วันเปลี่ยนแผ่นยา” ในครั้งต่อไป พร้อมทั้งให้งดการมีเพศสัมพันธ์เป็นเวลา 7 วันหรือให้ใช้การคุมกำเนิดวิธีอื่นร่วมด้วยในช่วงนั้น เช่น ถุงยางอนามัย

4. ลืมแกะแผ่นที่ 3 (วันที่ 22 ของรอบการคุมกำเนิด) เพื่อเข้าสู่ช่วงเว้นยา ให้รับแกะแผ่นยาออกทันทีที่นึกได้ ซึ่ง “วันเปลี่ยนแผ่นยา” สำหรับการคุมกำเนิดรอบใหม่ยังคงเป็นวันเดิม และไม่ต้องใช้การคุมกำเนิดวิธีอื่นเพิ่มเติมเมื่อมีเพศสัมพันธ์

ต้องการเลื่อนการมีประจำเดือนและต้องการเปลี่ยนแปลง “วันเปลี่ยนแผ่นยา”

หากต้องการเลื่อนการมีประจำเดือนออกไป 1 รอบ ทำได้โดยการแปะยาแผ่นใหม่ในสัปดาห์ที่ 4 หรือวันที่ 22 ของรอบการคุมกำเนิด (แทนการหยุดยา) และเปลี่ยนแผ่นยาทุกสัปดาห์ ในช่วงที่แปะยาแผ่นที่ 6 สามารถเลือกหยุดยาให้ตรงกับวันใดของสัปดาห์นั้นก็เพื่อใช้เป็น “วันเปลี่ยนแผ่นยา” ในครั้งต่อไป ไม่ควรแปะยาต่อเนื่องกันเกิน 6 สัปดาห์ การแปะแผ่นยาต่อเนื่องดังกล่าวข้างต้นนี้ไม่กระทบต่อประสิทธิภาพในการคุมกำเนิด แต่อาจพบว่ามีเลือดออกกะปริบกะปรอยได้ ในกรณีที่ต้องการเปลี่ยนแปลงเฉพาะ “วันเปลี่ยนแผ่นยา” โดยไม่ประสงค์จะเลื่อนการมีประจำเดือน สามารถทำได้ในช่วงที่แปะยาแผ่นที่ 3 (ของรอบการคุมกำเนิด) โดยเลือกหยุดยาให้ตรงกับวันที่ต้องการได้ (ซึ่งการคุมกำเนิดรอบนั้นจะสั้นลง) ทั้งนี้ในการเลือก “วันเปลี่ยนแผ่นยา” ห้ามทำโดยการหยุดยาเกิน 7 วันโดยเด็ดขาด

หยุดใช้ “ยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนัง” จะกลับมาตั้งครรภ์ได้เมื่อไร?

หากต้องการตั้งครรภ์สามารถแกะแผ่นยาคุมกำเนิดออกได้ทันที ซึ่งร่างกายจะกลับเข้าสู่ภาวะเจริญพันธุ์ตามธรรมชาติ (เหมือนการหยุดรับประทานยาเม็ดคุมกำเนิด) ส่วนยาในร่างกายจะค่อย ๆ ถูกขับออก ผู้หญิงส่วนใหญ่จะกลับมาตั้งครรภ์ได้ภายในเวลาไม่นาน มีเป็นส่วนน้อยที่ตั้งครรภ์ล่าช้า

ผลไม่พึงประสงค์ของ “ยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนัง”

ผลไม่พึงประสงค์ของยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนังเกิดได้คล้ายกับการรับประทานยาเม็ดคุมกำเนิดชนิดฮอร์โมนรวม เช่น คลื่นไส้ อาเจียน เจ็บคัดเต้านม ท้องอืด ปวดศีรษะ มีน้ำสะสมมากในร่างกาย (ตัวบวม น้ำ) มีเลือดคล้ายประจำเดือนออกกะปริบกะปรอย ตลอดจนเพิ่มความเสี่ยงต่อการเกิดลิ่มเลือดในหลอดเลือด (จึงมีข้อห้ามใช้ดังกล่าวข้างต้น) การใช้เป็นเวลานานอาจเพิ่มความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเมรังบางชนิด เช่น โรคเมรังเต้านม ส่วนผล

ไม่พึงประสงค์ที่เกิดตรงตำแหน่งที่แปะแผ่นยา ได้แก่ คัน แสบ หรือระคายผิวหนัง ยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนังเกิดปฏิกิริยากับยาอื่นได้คล้ายกับการใช้ยาคุมกำเนิดชนิดฮอร์โมนรวม ประสิทธิภาพของยาคุมกำเนิดอาจลดลงหากใช้ร่วมกับยาบางชนิดในกลุ่ม ยาด้านชัก ยาด้านไวรัส ยาด้านแบคทีเรีย (โดยเฉพาะไรแฟมพิซิน) เป็นต้น ซึ่งช่วงนั้นอาจต้องพิจารณาใช้การคุมกำเนิดวิธีอื่นร่วมด้วย เช่น ถุงยางอนามัย

เปรียบเทียบข้อดีและข้อเสีย (หรือข้อด้อย) ของยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนัง

ยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนังมีประสิทธิภาพสูงเทียบได้กับการใช้ยาเม็ดคุมกำเนิดชนิดฮอร์โมนรวม การใช้สะดวก และกลับมาตั้งครภ์ได้เร็วเมื่อแกะแผ่นยาออก แต่ยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนังมีฮอร์โมนประเภทเอสโตรเจนอยู่ด้วย จึงมีผลไม่พึงประสงค์ต่าง ๆ ของเอสโตรเจนรวมถึงความเสี่ยงต่อโรคบางอย่าง เช่น โรคหลอดเลือดหัวใจและสมอง, ภาวะลิ่มเลือดอุดตันในหลอดเลือด เช่นเดียวกับยาเม็ดคุมกำเนิดชนิดฮอร์โมนรวม แต่ต่างจากยาคุมกำเนิดชนิดฉีด (ที่มีตัวยาเมทร็อกซีโพรเจสเตอโรนแอซีเตต), ยาคุมกำเนิดชนิดฝัง (ที่มีตัวยาเลโวนอร์เจสเตรล หรือเอโทโนเจสเตรล) และห่วงอนามัยคุมกำเนิด (ที่มีตัวยาเลโวนอร์เจสเตรล หรือสารทองแดง) และไม่สามารถป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์จึงต่างจากการใช้ถุงยางอนามัยซึ่งช่วยป้องกันได้ นอกจากนี้ยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนังยังมีข้อดีและข้อเสีย (หรือข้อด้อย) อื่น ๆ ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ข้อดีและข้อเสีย (หรือข้อด้อย) ของยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนัง

ข้อดี	ข้อเสีย (หรือข้อด้อย)
• มีประสิทธิภาพสูงเทียบได้กับการรับประทานยาเม็ดคุมกำเนิดชนิดฮอร์โมนรวม มีอัตราล้มเหลว (เกิดการตั้งครรภ์) ประมาณ 1% • ไม่ต้องรับประทานยาทุกวัน ทำให้หมดปัญหาเรื่องลืมรับประทาน รับประทานไม่ตรงเวลา หรืออาเจียนภายหลังรับประทาน • ไม่ต้องเจ็บตัว สะดวก สามารถแปะแผ่นยาและแกะออกได้ด้วยตนเอง ประหยัดเวลาและค่าใช้จ่าย ต่างจากการใช้ยาคุมกำเนิดชนิดฉีด ยาคุมกำเนิดชนิดฝัง และการใส่ห่วงอนามัย ซึ่งต้องทำโดยบุคลากรทางการแพทย์จึงต้องเดินทางไปสถานพยาบาล • มีประจำเดือนมาทุกเดือน ทำให้มั่นใจว่าไม่เกิดการตั้งครรภ์โดยไม่รู้ตัว ซึ่งต่างจากการใช้ยาคุมกำเนิดชนิดฉีด ยาคุมกำเนิดชนิดฝัง และการใส่ห่วงอนามัยชนิดที่มีตัวยาฮอร์โมน • ช่วยรักษาภาวะผิดปกติบางอย่าง เช่น ประจำเดือนมาไม่ตรงเวลา อาการปวดประจำเดือน อาการก่อนมีประจำเดือน (เช่น คัดตึงเต้านม อ่อนล้า อารมณ์แปรปรวน) • หากเกิดผลไม่พึงประสงค์ที่รุนแรง สามารถแกะแผ่นยาออกได้ทันที • กลับมาตั้งครรภ์ได้เร็วเมื่อแกะแผ่นยาออก คล้ายกับการหยุดรับประทานยาเม็ดคุมกำเนิด ซึ่งต่างจากการใช้ยาคุมกำเนิดชนิดฉีด	• การมีประจำเดือน ทำให้เสียเลือดและบางคนอาจเสี่ยงต่อการเกิดโรคโลหิตจาง อีกทั้งไม่สะดวกและเสียค่าใช้จ่ายในการซื้อผ้าอนามัย • ต้องเปลี่ยนแผ่นยาทุกสัปดาห์ จึงไม่สะดวกเมื่อเทียบกับยาคุมกำเนิดชนิดฉีด ยาคุมกำเนิดชนิดฝัง และการใส่ห่วงอนามัย ซึ่งคุมกำเนิดได้นานกว่า • ผู้อื่นอาจเห็นแผ่นยาที่แปะได้ ซึ่งบางคนไม่ต้องการเช่นนั้น และแผ่นยาที่แปะอาจหลุดหรือเผยได้ • ไม่สามารถป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ จึงต่างจากการใช้ถุงยางอนามัยซึ่งช่วยป้องกันได้ • ยามีผลไม่พึงประสงค์ เช่น คลื่นไส้ อาเจียน เจ็บคัดเต้านม ท้องอืด ปวดศีรษะ มีเลือดคล้ายประจำเดือนออกกะปริบกะปรอย เพิ่มความเสี่ยงต่อการเกิดลิ่มเลือดในหลอดเลือด การใช้เป็นเวลานานอาจเพิ่มความเสี่ยงต่อการเกิดโรคมะเร็งเต้านม ตรงตำแหน่งที่แปะแผ่นยาอาจมีอาการคัน แสบ หรือระคายผิวหนังได้ นอกจากนี้ยังอาจเกิดปฏิกิริยากับยาอื่นที่ใช้ร่วมกันได้ • ไม่เหมาะกับผู้หญิงบางกลุ่ม เช่น ผู้ที่ห้ามใช้ยาประเภทเอสโตรเจน, ผู้ที่อยู่ระหว่างให้นมบุตร (ยารบกวนปริมาณและคุณภาพน้ำนม), ผู้ที่มีน้ำหนักตั้งแต่ 90 กิโลกรัมขึ้นไป (ประสิทธิภาพของยาลดลง)

ข้อควรคำนึงเมื่อใช้ “ยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนัง”

เมื่อใช้ยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนังมีข้อควรคำนึงบางประการดังนี้

1. ยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนังมีตัวยาคือฮอร์โมนรวมซึ่งคล้ายกับยาเม็ดคุมกำเนิดชนิดที่ใช้กันมาก จึงมีผลไม่พึงประสงค์ ข้อควรระวังและข้อห้ามใช้เช่นเดียวกัน ดังนั้นในผู้ที่ห้ามใช้ยาเม็ดคุมกำเนิดชนิดฮอร์โมนรวมจึงห้ามใช้ยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะนี้ด้วย

2. ประสิทธิภาพและความปลอดภัยของยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนังไม่ได้เหนือกว่ายาเม็ดคุมกำเนิดชนิดฮอร์โมนรวม มีข้อดีเพียงแค่ว่ายาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนังไม่ต้องรับประทานยาทุกวัน ทำให้หมดปัญหาเรื่องลืมรับประทาน รับประทานไม่ตรงเวลา หรืออาเจียนภายหลังรับประทาน

3. ยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนังมีข้อห้ามใช้หลายอย่างดังกล่าวข้างต้น ก่อนเริ่มใช้จึงควรปรึกษาแพทย์ เพื่อประเมินว่าไม่มีโรคหรือความผิดปกติที่เป็นข้อห้าม

4. ก่อนแปะแผ่นยาต้องมั่นใจว่าไม่ได้ตั้งครรภ์ กรณีที่ไม่มั่นใจต้องตรวจการตั้งครรภ์ก่อน

5. เมื่อถึงกำหนดวันเปลี่ยนแผ่นยา แม้จะเปลี่ยนเวลาใดก็ได้ที่สะดวกภายในวันนั้น แต่ถ้าแกะยาแผ่นเดิมออกแล้วต้องแปะแผ่นใหม่ทันที (ไม่ให้แกะรอไว้ล่วงหน้า)

6. ไม่ให้หยุดยาเกิน 7 วัน ดังนั้นเมื่อหยุดยาคครบกำหนดแล้วให้เริ่มแปะแผ่นแรกของการคุมกำเนิดรอบใหม่ทันทีในวันรุ่งขึ้น แม้ว่าในวันนั้นประจำเดือนยังไม่มาหรือประจำเดือนยังไม่หมดก็ตาม แต่ถ้าไม่มีประจำเดือนมาติดต่อกัน 2 รอบของการคุมกำเนิด ให้ทดสอบการตั้งครรภ์ หากเกิดการตั้งครรภ์ขึ้นให้หยุดแปะแผ่นยาทันที

7. ไม่ให้แปะยา 2 แผ่นในเวลาเดียวกัน แม้ว่าแผ่นหนึ่งจะเป็นแผ่นเดิมก็ตาม

8. หากความเหนียวของแผ่นยาลดลงจนไม่สามารถแปะทั้งแผ่นให้แนบผิวหนังได้ดังเดิม ให้เปลี่ยนแผ่นใหม่ทันที ไม่ให้แก้ไขด้วยการทาขาวหรือใช้พลาสติกปิดทับโดยเด็ดขาด

9. สำรองด้วยสายตาทุกวันว่าแผ่นยายังแปะอยู่ในสภาพเดิม ไม่หลุดลอกหรือเผยอ

10. ยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนังไม่สามารถป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

11. ควรแจ้งแพทย์และเภสัชกรทุกครั้งเมื่อเข้ารับการรักษาว่ามีการใช้ยาคุมกำเนิดชนิดแผ่นแปะผิวหนัง (เช่นเดียวกับการใช้ยาเม็ดคุมกำเนิดชนิดฮอร์โมนรวม) เพราะอาจได้รับยาอื่นที่เกิดปฏิกิริยาต่อกันกับตัวยาคือฮอร์โมนในยาคุมกำเนิด จนรบกวนประสิทธิภาพของกันและกันได้ (กล่าวคือประสิทธิภาพในการคุมกำเนิดลดลง หรือประสิทธิภาพในการรักษาโรคของยาอื่นลดลง) หรือเกิดผลไม่พึงประสงค์มากขึ้น

เอกสารอ้างอิง

1. Evra[®] EPAR - product information, updated: October 26, 2021.
https://www.ema.europa.eu/en/documents/product-information/evra-epar-product-information_en.pdf. Accessed: October 28, 2021.
2. Xulane[®] (norelgestromin and ethinyl estradiol transdermal system). Highlights of prescribing information, revised: February 2021.
<https://dailymed.nlm.nih.gov/dailymed/fda/fdaDrugXsl.cfm?type=display%20&setid=f7848550-086a-43d8-8ae5-047f4b9e4382>. Accessed: October 28, 2021.
3. Twirla[®] (levonorgestrel and ethinyl estradiol) transdermal system. Highlights of prescribing information, revised: February 2020. Reference ID: 4561873.
https://www.accessdata.fda.gov/drugsatfda_docs/label/2020/204017s000lbl.pdf. Accessed: October 28, 2021.
4. Graziottin A. A review of transdermal hormonal contraception: focus on the ethinylestradiol/norelgestromin contraceptive patch. *Treat Endocrinol* 2006; 5:359-65.
5. Sivasankaran S, Jonnalagadda S. Advances in controlled release hormonal technologies for contraception: a review of existing devices, underlying mechanisms, and future directions. *J Control Release* 2021; 330:797-811.
6. Abd E, Yousef SA, Pastore MN, Telaprolu K, Mohammed YH, Namjoshi S, *et al.* Skin models for the testing of transdermal drugs. *Clin Pharmacol* 2016; 8:163-76.
7. Arellano R, Patel J. Contraception updates.
https://www.accp.com/docs/bookstore/acsap/a2021b2_sample.pdf. Accessed: October 28, 2021.
8. Galzote RM, Rafie S, Teal R, Mody SK. Transdermal delivery of combined hormonal contraception: a review of the current literature. *Int J Womens Health* 2017; 9:315-21.
9. Bahamondes L, Valeria Bahamondes M, Shulman LP. Non-contraceptive benefits of hormonal and intrauterine reversible contraceptive methods. *Hum Reprod Update* 2015; 21:640-51.
10. Maguire K, Westhoff C. The state of hormonal contraception today: established and emerging noncontraceptive health benefits. *Am J Obstet Gynecol* 2011; 205(4 Suppl):S4-8.

11. Bateson D, McNamee K, Briggs P. Newer non-oral hormonal contraception. BMJ 2013. doi: 10.1136/bmj.f341. Accessed: October 28, 2021.