



The Royal Women's Hospital Information for Women

3. Ngừa: Thuốc Viên Ngừa Thai

Tháng Tư 2004

3. CONTRACEPTION: THE PILL

Tại sao phải ngừa thai?

Ngừa thai là điều cần thiết nếu muốn tránh thụ thai ngoài ý muốn và bệnh hoa liễu.

Hàng tháng, buồng trứng rụng một trứng. Khi đàn ông xuất tinh, trong tinh dịch có hàng triệu tinh trùng. Chỉ cần một trong những tinh trùng này là đủ để trứng thụ tinh và phụ nữ có thai. Nếu giao hợp (dương vật vào âm đạo) và không có biện pháp ngừa thai, thì phụ nữ rất dễ có thai. Nhờ phương pháp ngừa thai, quý vị có thể giao hợp và tránh không bị thụ thai ngoài ý muốn.

Bao cao su lúc nào cũng là thượng sách

Ở Úc, hàng năm có hơn 20.000 ca bệnh hoa liễu mới. Một trong những bệnh thường gặp nhất là nhiễm khuẩn chlamydia, nếu không trị liệu bệnh này có thể làm cho quý vị bị tiệt sản. Bao cao su là cách phòng bệnh tốt nhất. Nếu dùng bao cao su và chất bôi trơn tan trong nước mỗi lần giao hợp, quý vị sẽ ít bị rủi ro lây bệnh HIV/AIDS và nhiều bệnh hoa liễu khác (STIs).

Thuốc viên ngừa thai

Thuốc viên ngừa thai có hai loại. Thuốc viên ngừa thai loại tổng hợp hai hóc-môn, có tác dụng ngăn chặn buồng trứng sản sinh một trứng hàng tháng. Thuốc viên ngừa thai loại progestogen (minipill) chỉ có một hóc-môn, có tác dụng làm thay đổi chất nhầy ở cổ tử cung (dạ con) khiến cho tinh trùng không thể vượt qua và làm cho trứng thụ tinh.

Thuốc viên ngừa thai loại progestogen hơi kém công hiệu hơn loại tổng hợp một chút.

Thuốc viên ngừa thai loại tổng hợp

Công hiệu như thế nào?

Thuốc viên ngừa thai loại tổng hợp có công hiệu chừng 98% **nếu uống đúng cách**. Mức hiệu quả sẽ giảm bớt nếu không uống đều đặn, bị đi tiêu chảy và nôn ói, uống một số thuốc trụ sinh hoặc thuốc khác. Quý vị chưa được an toàn khỏi bị thụ thai cho đến khi đã uống thuốc viên ngừa thai được bảy ngày. Thuốc viên ngừa thai không gây ra tình trạng tiệt sản.

Lợi điểm

- kinh nguyệt đều đặn, ra huyết ít hơn
- thông thường đỡ bị mụn hơn
- đỡ hoặc không bị PMS (hội chứng tiền kinh nguyệt), hội chứng này có thể làm cho quý vị bị những triệu chứng khó chịu và tính khí thất thường trong những ngày trước khi có kinh.

Bất lợi

- vú dễ bị đau khi đụng chạm vào, buồn nôn (cảm thấy muốn ói) và ra huyết bất ngờ, chủ yếu trong một vài tháng đầu khi uống thuốc ngừa thai
- thuốc viên ngừa thai có thể làm cho một số phụ nữ bị lên cân, có tính khí thất thường hoặc không còn ham muốn tình dục
- hiếm khi ảnh hưởng đến sức khỏe.

Rủi ro về sức khỏe

Thuốc viên ngừa thai hiếm khi gây ra vấn đề sức khỏe trầm trọng. Hút thuốc lá làm tăng nguy cơ bị tác hại. Thuốc viên ngừa thai không thích hợp cho phụ nữ bị những tình trạng dưới đây:

- đau nửa đầu (thiên đầu thống)
- máu bị đông cục
- bệnh gan
- ra máu âm đạo bất bình thường.

Thuốc viên ngừa thai loại Progestogen hoặc Mini Pill

Thuốc viên ngừa thai loại progestogen hoặc Mini Pill, chỉ có một hóc-môn nữ.

Hóc-môn progestogen làm cho chất nhầy ở cổ cung đặc lại, biến thành nút chặn khiến tinh trùng không thể xâm nhập tử cung, chạy qua ống dẫn và làm cho trứng thụ tinh. Loại thuốc này công hiệu 95%.

Khi uống Mini Pill, đa số phụ nữ vẫn có kinh nguyệt bình thường.

Mini Pill phải uống mỗi ngày. Khi mới bắt đầu uống thuốc ngừa thai loại progestogen, quý vị cũng nên dùng cách ngừa thai khác (thí dụ như bao cao su) trong 48 tiếng đồng hồ. Điều quan trọng là quý vị đừng uống Mini Pill trễ hơn ba tiếng đồng hồ.

Loại thuốc ngừa thai này thích hợp cho phụ nữ cho con bú sữa mẹ và có thể tiếp tục uống khi cho con dứt bú sữa mẹ.

Uống thuốc viên ngừa thai**Xin nhớ:**

- mỗi ngày uống một viên
- mỗi ngày uống thuốc vào cùng một giờ giấc hoặc càng gần giờ giấc này càng tốt
- nếu quên uống thuốc, thì uống ngay khi chợt nhớ ra và ngày hôm sau lại uống thuốc vào giờ giấc thường lệ

Tác dụng ngừa thai có thể bị mất hiệu quả và quý vị có thể bị có thai nếu:

- quý vị uống thuốc ngừa thai trễ quá 12 tiếng đồng hồ
- quý vị ngưng uống thuốc viên ngừa thai mà không dùng cách ngừa thai nào khác.

Những lúc nào quý vị có thể bị có thai:

- khi chưa uống đủ bảy viên liên tiếp trong vỉ đầu tiên
- nếu bị nôn ói hoặc đi tiêu chảy
- khi uống thuốc khác có thể ảnh hưởng đến khả năng hấp thụ thuốc viên ngừa thai của cơ thể, thí dụ như thuốc trụ sinh
- khi quên uống thuốc ngừa thai hoặc uống thuốc trễ hơn 12 tiếng

Trong suốt những lúc này, quý vị nên tiếp tục uống thuốc ngừa thai, nhưng cũng dùng cách ngừa thai khác (thí dụ như bao cao su) cho đến khi đã uống thêm được bảy viên liên tiếp (bảy ngày).

NHƯNG nếu bảy ngày này rơi vào cuối vỉ thuốc thì quý vị bỏ bảy viên thuốc hờ và bắt đầu uống thuốc thiệt trong vỉ mới. Nếu không chắc thuốc nào là thuốc hờ, xin quý vị hỏi bác sĩ hoặc điện thoại cho Choices Clinic, Khoa Cấp Cứu của Trung Tâm Y Tế Phụ Nữ (số điện thoại liệt kê ở cuối tài liệu này).

Thuốc Ngừa Thai Khẩn Cấp (trước đây gọi là Morning After Pill)

Quý vị có thể mua thuốc ngừa thai khẩn cấp tại nhà thuốc Tây mà không cần toa bác sĩ.

Nếu không ngừa thai và giao hợp bất chợt, hoặc bao cao su bị lỏng mà không muốn có thai, quý vị có thể uống thuốc ngừa thai khẩn cấp. Quý vị uống sớm chừng nào thì thuốc ngừa thai khẩn cấp có hiệu quả nhiều chừng nấy. Quý vị phải uống này trong vòng ba ngày (72 tiếng) sau khi giao hợp mà không ngừa thai. **Tuy nhiên, uống sớm hơn thì thuốc sẽ có hiệu quả hơn.**

Cách uống thuốc ngừa thai khẩn cấp?

Cách ngừa thai trong trường hợp khẩn cấp phổ biến nhất gồm có hai viên thuốc và uống cách nhau 12 tiếng. Cách này ngăn chặn được chừng 85% trường hợp bị có thai.

Ngoài ra còn có những cách ngừa thai khẩn cấp khác dùng nhiều thuốc ngừa thai loại tổng hợp. Những cách này không còn được dùng nhiều nữa vì ít công hiệu, mà lại gây ra nhiều phản ứng phụ. Tất cả cách ngừa thai khẩn cấp đều có hiệu quả hơn, nếu uống sớm hơn sau khi giao hợp.

Điều quan trọng nên lưu ý là không nên dùng thuốc ngừa thai khẩn cấp làm cách ngừa thai dài hạn, vì nó không hiệu quả bằng thuốc viên ngừa thai.

Những phản ứng phụ có thể xảy ra

Phản ứng phụ ít xảy ra thường xuyên nhưng một số phụ nữ có thể dễ bị đau vú khi đụng chạm vào hoặc bị nhức đầu.

Tìm thêm thông tin ở đâu**Trung Tâm Thông Tin Y Tế Phụ Nữ (Women's Health Information Centre - RWH)**

(03) 9344 2007

1800 442 007 (số điện thoại miễn phí) email: which@rwh.org.au

<http://wellwomens.rwh.org.au>

Những tài liệu khác của Bệnh Viện Phụ Nữ (RWH) mà quý vị nên đọc

Bệnh Viện Phụ Nữ (RWH) có đăng nhiều tài liệu bằng các ngôn ngữ trên Internet tại <http://wellwomens.rwh.org.au>

Ngoài ra quý vị có thể hỏi xin người chăm sóc quý vị tại Bệnh Viện Phụ Nữ những tờ tài liệu sau đây:

- Số 1 *Ngừa thai Ý muốn của quý vị*
- Số 2 *Bao cao su & Màng chắn*
- Số 4 *Depo Provera – thuốc chích ngừa thai*
- Số 5 *Implanon – Thuốc ngừa thai ghép dưới da*
- Số 6 *Vòng Xoắn (IUD)*

Một số thông tin trong tài liệu này căn cứ vào tài liệu *Basic Facts About Contraception* của FPA Health

Cấm sao chép để dùng vào mục đích thương mại mà không xin phép FPA Health và Bệnh Viện Phụ Nữ .

