

避孕藥的妙用

避孕藥的成分是一種長期週期性的服用低量荷爾蒙，藉著低劑量荷爾蒙（黃體素加雌激素）對下視丘與腦下垂體持續的抑制，使這兩個腺體無法分泌足夠的性腺激素 FSH(會使卵泡生長)及 LH(會使卵泡破裂，造成排卵)，間接達到避孕的效果。它產生的避孕效果在於---沒有排卵，沒有卵，再多的精蟲，都是無用，基本上，這是一種很好，很有效的避孕方法，原因如下：

1. 成功率相當高，一般公認有 98-99%成功率，事實上，失敗的案例絕大多數發生在使用的第一個月，以及許多錯誤服用狀況下產生的。
2. 它的副作用愈來愈小，過去許多人排斥避孕藥，主要的原因是服用後，產生的腸胃不適，尤其是噁心嘔吐的感覺。另一種人是服用後整天昏昏沉沉，好像不太能集中心智做事。但近年來，避孕藥中的動情激素（即雌激素）由 50 微克降到 35 微克甚至是 25-20 微克，前面所說的這些不良反應，已經大大減少，相對的，避孕藥慢慢已成為許多婦女每日的必備藥品。有些婦女對避孕藥特別敏感，現在市面上也已研發出更低劑量的避孕藥，最低劑量是只有 15 微克雌激素。

避孕以外的好處

1. 服用避孕藥期間的經血較少，可以減少貧血的機會，甚至可以改善貧血狀況，尤其是對於本來就有經血過多的婦女，會明顯改善生活品質。
2. 對於有子宮肌瘤、子宮內膜異位的患者，因為避孕藥讓體內處於低雌激素、低黃體素的狀態，這些對荷爾蒙敏感的疾病可以被抑制發展，避免進一步的惡化。
3. 避孕藥可以使子宮頸黏液變濃稠，阻礙細菌的上行性感染，減少上生殖道系統發炎的機會。統計上使用者得到盆腔炎、子宮內膜炎機會比位服用者較低。但若以預防性傳染病的觀點來看，當然使用保險套的效果最好。
4. 長期來看，服用四年的婦女，可降低百分之五十的卵巢癌罹患率；服用十年，則可降低百分之八十以上。另外，服用兩年以上，可降低百分之四十的子宮內膜癌罹患率，服用四年以上，可以降低百分之六十。對於乳癌，文獻上的報告，低劑量的荷爾蒙幾乎沒有什麼影響。
5. 婦產科門診常見的月經週期不規則、功能不良性子宮出血、痛經等，都可以用避孕藥來治療，效果都不錯。

由於低劑量的避孕藥盛行，初次服用避孕藥的時間也由月經的第五天，提前到月經的第一天，以後，每服完一包（21 粒），一律停用 7 天。這部分沒有改變。所謂的 28 顆包裝的避孕藥，最後 4 天吃的藥，都只是糖衣錠，或補血的鐵劑，是沒有避孕效果的。通常月經會在這最後 4-5 天內報到。所以，服用二十八顆包裝的避孕藥吃完馬上就可以接第二包。

不論妳服用多久的避孕藥，都沒有辦法達到百分之百的安全；但是如果妳守規矩服用，第一個月就可以達到百分之 99.9 的安全；天下沒有百分之百的事情，曾聽過結紮 10 年之後還會懷孕的故事嗎？雖然是極少發生，但還是發生過。

以下是服用避孕藥守則，能否達到百分之 99.9 的安全，就靠遵守的程度了。

1. 每天服用一粒，最好是同一時段，今天早上吃，明天忘了，改到晚上吃，就有可能出問題。
2. 漏吃一天，隔日補吃一粒(也就是要吃兩粒)。
3. 漏吃兩天，接下來兩日每天補吃一粒(也就是要連續兩天吃兩粒)。
4. 漏吃三天，這個月份的避孕藥已經沒有避孕效果，把剩下的避孕藥丟掉，等幾天，月經會來，自月經的第一天，再重新開一包從頭服用。這期間要用其他的避孕方法，如保險套，等到重新開始新的一包藥，才可停止。以上這些方法只適用於一般劑量的避孕藥。一些超低劑量的避孕藥可能忘

記一顆藥就會影響排卵，進而影響避孕效果。

5. 如果服用避孕藥期間，發現有出血狀況，千萬不要停止服用，應該拜訪婦科醫師作進一步諮詢和檢查。大概有三成的人會出現此症狀。

6. 如果服用避孕藥期間，有腹瀉(一天 3-4 次)狀況，等於當天沒吃避孕藥，應該趕快求醫治療腹瀉。同時，隔日補吃一粒(也就是要吃兩粒)。

7. 吃完一包避孕藥，停 7 天之後，不管月經來了沒有，也不管月經乾淨了沒有，即使月經是停藥的第七天才來，第八天一定要開始服用新的一包避孕藥。許多人每一包避孕藥都是月經的第一天吃，那是錯的，而且可能會影響避孕效果。

8. 吃避孕藥一陣子之後，有時停藥的那個禮拜，月經不會來，請不要驚慌，也不要停藥，停 7 天之後，不管月經來了沒有，第八天一定要開始服用新的一包避孕藥。這時也應該去拜訪婦產科醫師作諮詢或進一步檢查。通常月經沒有來，是因為長期低量的荷爾蒙，會使子宮內膜變得很薄，製造很少的(子宮內膜)經血，或甚至沒有經血。而並不是像很多人想的，有經血堆積在裡面，排不出來。

是不是每個人都適合避孕藥呢？當然還是有例外。若是有抽煙的習慣，或者有高血壓疾病的婦女就不適合服用避孕藥。醫學文獻上報告，抽煙及高血壓的病人，若使用避孕藥，會大大增加得到靜脈血栓及中風的機會，是沒有抽煙或高血壓病人的十到二十倍。另一種情況是對荷爾蒙特別敏感的人，服用藥物後有明顯頭暈、嘔吐或水腫的現象，這些婦女大概不用醫生說就會自己先行停藥了。但目前其實有很多避孕藥的種類可供選擇，這一些常見的副作用可獲得改善。