

# 口服避孕藥

## Oral Contraceptive Pill

### • 避孕原理：

#### **Contraceptive principle:**

主作用是抑制卵巢排卵、其它還有阻礙精卵結合與胚胎著床來達到避孕的效果。

The main function of the Oral Contraceptive Pill is to prevent ovulation, impede sperm penetration and lower the chances of implantation of a fertilized egg.

### • 避孕效果：

#### **Contraceptive effectiveness:**

完全正確使用，效果為99.7%

If taken correctly, the pills is 99.7% effective.

1. 一般婦女：月經來潮的第五天開始服用(視品牌不同而不同，有些口服避孕藥是自月經來潮當天就需開始服用)  
For general women: Start taking your pills on the fifth day of your menstrual period (depending on the brands, some pills should be taken on the first day of the menstrual period)
2. 產後婦女：未哺乳母乳者可於產後三週開始服用，最遲不可超過產後28天。  
For postpartum women: Non breastfeeding mothers can start taking the pills 3 weeks after the delivery, and no later than 28 days after the delivery.
3. 流產或人工流產婦女：於流產或人工流產之後第五天開始服用。  
Women with miscarriage or induced abortion: Start the pills on the fifth day after the abortion.
4. 新婚婦女：結婚前一個月之月經來潮第五天開始服用。  
Newly married women: Start taking pills on the fifth day of the last menstruation a month before marriage.



# 口服避孕藥

## Oral Contraceptive Pill

### • 注意事項： Precautions:

1. 口服避孕藥屬於固醇類荷爾蒙，服用之前必須先經醫師診察，處方才可領用。  
Oral Contraceptive Pills are steroid hormones. Individuals should consult their physicians before taking any oral contraceptive pills and which should be through proper medical prescription.
2. 服藥期間應每半年定期請醫師檢查。  
Regular health check up should be done once every six months during the course of medication.
3. 有下列情況的婦女絕不可服用：35歲以上的抽菸婦女，心臟病、重度高血壓、重度糖尿病、懷孕中、哺餵母乳、肝病、有凝血疾病、乳癌患者、偏頭痛。  
Women should not take the pills if they are a 35-year-old or above smoker, have heart disease, have severe hypertension, have severe diabetes, are pregnant, are breastfeeding, have liver disease, have blood clotting disease, have breast cancer or migraine.

# 口服避孕藥

## Oral Contraceptive Pill

### • 優點： Advantages:

1. 正確使用，避孕效果佳  
If taken correctly, is an effective contraceptive.
2. 可降低月經量，改善貧血  
Reduce menstrual flow and improve anemia.
3. 可減輕痛經  
May reduce dysmenorrhea.
4. 可預防卵巢癌的發生  
May prevent occurrence of ovarian cancer.
5. 某些避孕藥可減輕經前症候群  
Some contraceptives may reduce premenstrual syndrome.
6. 某些避孕藥可治療青春痘  
Some contraceptives may treat acne.

### • 缺點： Disadvantages:

1. 需每日服用，不能遺忘，若忘記服用則會影響效果  
Do not forget to take the pills. You need to take the pills every day.  
Missing a pill may affect the contraceptive effectiveness.
2. 部分婦女可能會有少許的副作用，例如：噁心、嘔吐、乳房脹痛、頭暈的感覺，但不久就會消失  
Some women may have few side effects such as nausea, vomiting, chest pain, dizziness; but those symptoms subside soon.
3. 某些避孕藥可能會導致體重增加，心情低落，嗜睡  
Some contraceptives may cause weight gain, depression, and lethargy.



# 口服避孕藥

## Oral Contraceptive Pill

- **單靠口服避孕藥無法預防性傳染疾病及愛滋病，建議搭配保險套使用。**

**Taking oral contraceptives alone do not prevent sexually transmitted diseases (STDs) and AIDS; therefore, it is recommended to use condoms in preventing STDs.**

- **資料來源：衛生福利部國民健康署  
Source: Health Promotion Administration, Ministry of Health and Welfare**
- **感謝台灣婦產科醫學會協助修正  
Special thanks to the Taiwan Association of Obstetrics and Gynecology for their contribution.**

# 口服避孕藥

## ยาเม็ดคุมกำเนิดชนิดรับประทาน

### • 避孕原理：

#### หลักการคุมกำเนิด:

主作用是抑制卵巢排卵、其它還有阻礙精卵結合與胚胎著床來達到避孕的效果。

คุมกำเนิดโดยการใช้ออร์โมนควบคุมการตกไข่ของรังไข่ ยับยั้งการปฏิสนธิของไข่กับอสุจิ และการฝังตัวของตัวอ่อนในโพรงมดลูก

### • 避孕效果：

#### ประสิทธิภาพในการคุมกำเนิด:

完全正確使用，效果為99.7%

หากใช้งานอย่างถูกวิธี สามารถป้องกันการตั้งครรภ์ได้ถึง 99.7%

1. 一般婦女：月經來潮的第五天開始服用(視品牌不同而不同，有些口服避孕藥是自月經來潮當天就需開始服用)  
สตรีทั่วไป: เริ่มรับประทานยาเม็ดคุมกำเนิดตั้งแต่หลังประจำเดือนมา 5 วัน (ยาคุมกำเนิดยี่ห้อต่างกันอาจมีวิธีการรับประทานที่ต่างกัน ยาบางชนิดอาจเริ่มรับประทานตั้งแต่วันที่แรกที่มีประจำเดือน)
2. 產後婦女：未哺乳母乳者可於產後三週開始服用，最遲不可超過產後28天。  
สตรีหลังคลอดบุตร: สำหรับผู้ที่ไม่ได้ให้นมแม่ สามารถเริ่มรับประทานยาได้ตั้งแต่ 3 สัปดาห์หลังจากวันที่คลอดบุตร อย่างช้าไม่เกิน 28 วันนับจากวันที่คลอดบุตร
3. 流產或人工流產婦女：於流產或人工流產之後第五天開始服用。  
สตรีที่แท้งบุตรหรือทำแท้ง: เริ่มรับประทานยาเม็ดคุมกำเนิดตั้งแต่วันที่ 5 หลังแท้งบุตรหรือทำแท้ง
4. 新婚婦女：結婚前一個月之月經來潮第五天開始服用。  
สตรีที่เพิ่งสตรีที่เพิ่งสมรส: ก่อนแต่งงานหนึ่งเดือน เริ่มรับประทานยาเม็ดคุมกำเนิดตั้งแต่หลังประจำเดือนมา 5 วัน



# 口服避孕藥

## ยาเม็ดคุมกำเนิดชนิดรับประทาน

### • 注意事項： ข้อควรระวัง:

1. 口服避孕藥屬於固醇類荷爾蒙，服用之前必須先經醫師診察，處方才可領用。  
ยาเม็ดคุมกำเนิดเป็นสารสเตียรอยด์ฮอร์โมน ต้องขอคำปรึกษาและรับใบสั่งยาจากแพทย์ก่อน ถึงจะรับยามารับประทานได้
2. 服藥期間應每半年定期請醫師檢查。  
ระหว่างที่รับประทานยาเม็ดคุมกำเนิด ควรไปรับการตรวจจากแพทย์เป็นประจำทุก 6 เดือน
3. 有下列情況的婦女絕不可服用：35歲以上的抽菸婦女，心臟病、重度高血壓、重度糖尿病、懷孕中、哺餵母乳、肝病、有凝血疾病、乳癌患者、偏頭痛。  
ห้ามสตรีที่มีลักษณะต่อไปนี้รับประทานยาเม็ดคุมกำเนิด: สตรีอายุ 35 ปีขึ้นไป ที่สูบบุหรี่ มีโรคหัวใจ มีอาการความดันโลหิตสูงอย่างรุนแรง มีอาการโรคเบาหวานที่รุนแรง อยู่ระหว่างตั้งครรภ์ อยู่ระหว่างให้นมแม่ เป็นโรคตับ มีภาวะเลือดก่อดัวเป็นลิ่ม ผู้ป่วยโรคมะเร็งเต้านม หรือมีอาการไมเกรน

# 口服避孕藥

## ยาเม็ดคุมกำเนิดชนิดรับประทาน

### • 優點： ข้อดี:

1. 正確使用，避孕效果佳  
ถ้ารับประทานอย่างถูกวิธีก็จะมีประสิทธิภาพในป้องกันการตั้งครรภ์ที่ดี
2. 可降低月經量，改善貧血  
ช่วยลดปริมาณประจำเดือนที่มากผิดปกติ ลดภาวะโลหิต
3. 可減輕痛經  
ช่วยลดอาการปวดประจำเดือน
4. 可預防卵巢癌的發生  
ป้องกันโรคมะเร็งรังไข่
5. 某些避孕藥可減輕經前症候群  
ยาเม็ดคุมกำเนิดบางชนิดอาจช่วยลดกลุ่มอาการไม่สบายก่อนมีประจำเดือนได้
6. 某些避孕藥可治療青春痘  
ยาเม็ดคุมกำเนิดบางชนิดสามารถใช้รักษาสิวได้

### • 缺點： ข้อเสีย:

1. 需每日服用，不能遺忘，若忘記服用則會影響效果  
ต้องรับประทานทุกวัน ห้ามลืม หากลืมรับประทานก็จะส่งผลต่อประสิทธิภาพในการคุมกำเนิด
2. 部分婦女可能會有少許的副作用，例如：噁心、嘔吐、乳房脹痛、頭暈的感覺，但不久就會消失  
ในสตรีบางรายอาจมีอาการข้างเคียง เช่น รู้สึกคลื่นไส้ อาเจียน เจ็บคัดเต้านม เวียนศีรษะ แต่ไม่นานอาการเหล่านี้ก็จะหายไป
3. 某些避孕藥可能會導致體重增加，心情低落，嗜睡  
ยาเม็ดคุมกำเนิดบางชนิดอาจทำให้น้ำหนักตัวเพิ่มขึ้น รู้สึกหุดหู่และง่วงนอนได้



# 口服避孕藥

## ยาเม็ดคุมกำเนิดชนิดรับประทาน

- **單靠口服避孕藥無法預防性傳染疾病及愛滋病，建議搭配保險套使用**  
การรับประทานยาเม็ดคุมกำเนิดชนิดรับประทานเพียงอย่างเดียว ไม่สามารถป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ได้ แนะนำให้ใช้ร่วมกับถุงยางอนามัย
- **資料來源：衛生福利部國民健康署**  
ผู้จัดทำ: เรียบเรียงโดย กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุขและ สวัสดิการ
- **感謝台灣婦產科醫學會協助修正**  
ขอขอบคุณ สมาคมสูตินรีเวชไต้หวัน ช่วยเหลือแก้ไขบทความ



# 口服避孕藥

## Pil Kontrasepsi Oral

### • 避孕原理：

#### Prinsip kontrasepsi:

主作用是抑制卵巢排卵、其它還有阻礙精卵結合與胚胎著床來達到避孕的效果。

Fungsi utama adalah menghambat terjadinya ovulasi, selain itu juga berfungsi menghalangi pertemuan sel sperma dengan sel telur serta mencegah sel telur yang dibuahi tertanam di dalam rahim, dengan demikian tercapailah tujuan mencegah kehamilan.

### • 避孕效果：

#### Keefektifan kontrasepsi:

完全正確使用，效果為99.7%

Apabila digunakan secara benar, keefektifannya mencapai 99.7%.

1. 一般婦女：月經來潮的第五天開始服用(視品牌不同而不同，有些口服避孕藥是自月經來潮當天就需開始服用)  
Wanita pada umumnya: Mulai minum pada hari kelima menstruasi (berbeda-beda tergantung jenis/merek pil kontrasepsi, aturan pemakaian beberapa pil kontrasepsi ada juga yang harus diminum pada hari pertama menstruasi)
2. 產後婦女：未哺乳母乳者可於產後三週開始服用，最遲不可超過產後28天。  
Wanita pasca melahirkan: Untuk ibu yang tidak menyusui ASI, 3 minggu setelah melahirkan boleh mulai minum, paling lambat tidak boleh melebihi 28 hari setelah melahirkan.
3. 流產或人工流產婦女：於流產或人工流產之後第五天開始服用。  
Wanita yang keguguran spontan atau keguguran artifisial: Mulai minum pada hari kelima setelah keguguran spontan atau keguguran artifisial.
4. 新婚婦女：結婚前一個月之月經來潮第五天開始服用。  
Wanita yang baru menikah: Mulai minum sebulan sebelum menikah pada hari kelima menstruasi.



# 口服避孕藥

## Pil Kontrasepsi Oral

### • 注意事項：

#### Hal yang harus diperhatikan:

1. 口服避孕藥屬於固醇類荷爾蒙，服用之前必須先經醫師診察，處方才可領用。  
Pil kontrasepsi oral mengandung hormon steroid. Sebelum meminumnya anda perlu memeriksa ke dokter, dan pil ini hanya dapat diperoleh berdasarkan resep dokter.
2. 服藥期間應每半年定期請醫師檢查。  
Saat sedang dalam masa meminum pil kontrasepsi, setiap 6 bulan harus periksa ke dokter secara rutin.
3. 有下列情況的婦女絕不可服用：35歲以上的抽菸婦女，心臟病、重度高血壓、重度糖尿病、懷孕中、哺餵母乳、肝病、有凝血疾病、乳癌患者、偏頭痛。  
Bagi wanita yang mempunyai pengalaman berikut tidak diperbolehkan meminum pil kontrasepsi: wanita berusia 35 tahun keatas dan merokok, menderita penyakit jantung, hipertensi berat, diabetes berat, hamil, menyusui ASI, penyakit liver, gangguan pembekuan darah, penderita kanker payudara, migrain.

# 口服避孕藥

## Pil Kontrasepsi Oral

### • 優點：Kelebihan:

1. 正確使用，避孕效果佳  
Jika digunakan secara benar, keefektifan kontrasepsi sangat bagus.
2. 可降低月經量，改善貧血  
Mengurangi jumlah darah menstruasi, memperbaiki anemia
3. 可減輕痛經  
Mengurangi rasa nyeri saat menstruasi
4. 可預防卵巢癌的發生  
Mencegah terjadinya kanker ovarium
5. 某些避孕藥可減輕經前症候群  
Terdapat beberapa macam pil kontrasepsi yang mampu mengurangi sindrom pra menstruasi
6. 某些避孕藥可治療青春痘  
Terdapat beberapa macam pil kontrasepsi yang mampu mengobati jerawat.

### • 缺點：Kekurangan:

1. 需每日服用，不能遺忘，若忘記服用則會影響效果  
Harus diminum setiap hari, tidak boleh lupa. Jika lupa maka akan mempengaruhi hasil keefektifannya.
2. 部分婦女可能會有少許的副作用，例如：噁心、嘔吐、乳房脹痛、頭暈的感覺，但不久就會消失  
Mungkin saja terdapat sedikit efek samping terhadap sebagian wanita, misalnya: rasa mual, muntah, nyeri di payudara, pusing kepala, tapi gejala berikut di atas tidak akan berlangsung lama.
3. 某些避孕藥可能會導致體重增加，心情低落，嗜睡  
Terdapat beberapa macam pil kontrasepsi yang mungkin saja mengakibatkan kenaikan berat badan, depresi, gejala mengantuk.



# 口服避孕藥

## Pil Kontrasepsi Oral

- **單靠口服避孕藥無法預防性傳染疾病及愛滋病，建議搭配保險套使用**

**Dengan hanya mengandalkan pil kontrasepsi oral, tidaklah mampu mencegah penularan penyakit kelamin dan AIDS. Karena itu anda juga disarankan untuk menggunakan kondom.**

- **資料來源：衛生福利部國民健康署  
Disusun oleh: Badan Kesehatan Nasional Kementerian Kesehatan dan Kesejahteraan**
- **感謝台灣婦產科醫學會協助修正  
Terima kasih atas bantuan dari Asosiasi Obstetri dan Ginekologi Taiwan dalam pengoreksian naskah ini.**

# 口服避孕藥 Thuốc Tránh Thai

## • 避孕原理：

### Nguyên lý tránh thai：

主作用是抑制卵巢排卵、其它還有阻礙精卵結合與胚胎著床來達到避孕的效果。

Tác dụng chính là ức chế buồng trứng rụng trứng, trường hợp khác là còn có thể ngăn cản sự kết hợp giữa tinh trùng và trứng mà ngăn cản sự hình thành phôi thai không cho thai làm tổ để được đạt hiệu quả tránh thai.

## • 避孕效果：

### Hiệu quả tránh thai:

完全正確使用，效果為99.7%

Sử dụng hoàn toàn đúng cách, hiệu quả lên tới 99.7%

1. 一般婦女：月經來潮的第五天開始服用(視品牌不同而不同，有些口服避孕藥是自月經來潮當天就需開始服用)

Sinh lý của phụ nữ đang ở trong tình trạng bình thường : Kể từ ngày hành kinh đầu tiên tính đến ngày 5 thì phải bắt đầu dùng thuốc (tùy thuộc vào nhãn hiệu khác nhau mà khác hẳn về ngày bắt đầu dùng thuốc, có một số thuốc tránh thai thì phải bắt đầu dùng thuốc ngay ở ngày hành kinh đầu tiên).

2. 產後婦女：未哺乳母奶者可於產後三週開始服用，最遲不可超過產後28天。

Đối với phụ nữ sau khi sinh con : Không nuôi con bằng sữa mẹ thì phải bắt đầu dùng thuốc sau ba tuần kể từ ngày sinh con, chậm nhất là không được muộn hơn 28 ngày kể từ ngày sinh con.

3. 流產或人工流產婦女：於流產或人工流產之後第五天開始服用。

Đối với phụ nữ có trường hợp sảy thai hoặc nạo phá thai : Kể từ ngày sảy thai hoặc nạo phá thai, tính đến ngày 5 thì phải bắt đầu dùng thuốc.

4. 新婚婦女：結婚前一個月之月經來潮第五天開始服用。

Đối với phụ nữ mới lấy chồng : Một tháng trước trước khi lấy chồng, kể từ ngày hành kinh đầu tiên tính đến ngày 5 thì phải bắt đầu dùng thuốc.



# 口服避孕藥

## Thuốc Tránh Thai

### • 注意事項： Điều cần chú ý:

1. 口服避孕藥屬於固醇類荷爾蒙，服用之前必須先經醫師診察，處方才可領用。  
Thuốc tránh thai là thuộc loại steroid hormone, trước khi sử dụng phải được bác sĩ thăm khám, để được kê toa thì mới có thể đi lĩnh/dùng thuốc tránh thai.
2. 服藥期間應每半年定期請醫師檢查。  
Trong khoảng thời gian dùng thuốc tránh thai, cứ mỗi nửa năm thì phải định kỳ đi gặp bác sĩ để được thăm khám.
3. 有下列情況的婦女絕不可服用：35歲以上的抽菸婦女，心臟病、重度高血壓、重度糖尿病、懷孕中、哺餵母乳、肝病、有凝血疾病、乳癌患者、偏頭痛。  
Đối với phụ nữ có trường hợp sau đây, tuyệt đối không nên dùng thuốc tránh thai : Phụ nữ từ 35 tuổi trở lên mà có hút thuốc lá, mắc bệnh tim mạch, tăng huyết áp nặng, tăng đường huyết nặng, đang mang thai, đang nuôi con bằng sữa mẹ, mắc bệnh gan, mắc bệnh rối loạn đông máu, mắc bệnh ung thư vú, đau nửa đầu.

# 口服避孕藥 Thuốc Tránh Thai

## • 優點： Ưu điểm:

1. 正確使用，避孕效果佳  
Sử dụng đúng cách, hiệu quả tránh thai tốt
2. 可降低月經量，改善貧血  
Có thể làm giảm lượng kinh nguyệt, cải thiện tình trạng thiếu máu
3. 可減輕痛經  
Có thể làm giảm đau bụng kinh
4. 可預防卵巢癌的發生  
Có thể ngăn ngừa nguy cơ ung thư buồng trứng
5. 某些避孕藥可減輕經前症候群  
Một số thuốc tránh thai nào đó có thể giúp làm giảm hội chứng tiền kinh nguyệt
6. 某些避孕藥可治療青春痘  
Một số thuốc tránh thai nào đó có thể giúp điều trị mụn trứng cá

## • 缺點： Nhược điểm:

1. 需每日服用，不能遺忘，若忘記服用則會影響效果  
Thuốc tránh thai phải được uống đều đặn hằng ngày, tránh bỏ quên, nếu có trường hợp bỏ quên thì sẽ ảnh hưởng đến hiệu quả tránh thai
2. 部分婦女可能會有少許的副作用，例如：噁心、嘔吐、乳房脹痛、頭暈的感覺，但不久就會消失  
Thuốc tránh thai có thể gây ra chút ít tác dụng phụ cho một số phụ nữ, ví như: Gây cảm giác buồn nôn, nôn mửa, làm căng đau vú, chóng mặt, nhưng chẳng mấy chốc thì biến mất
3. 某些避孕藥可能會導致體重增加，心情低落，嗜睡  
Một số thuốc tránh thai nào đó có nguy cơ gây tăng cân, làm thay đổi tâm trạng, gây buồn ngủ



# 口服避孕藥 Thuốc Tránh Thai

- 單靠口服避孕藥無法預防性傳染疾病及愛滋病，建議搭配保險套使用

**Chỉ dựa vào thuốc tránh thai là không thể nào phòng chống các bệnh lây truyền qua đường tình dục và bệnh HIV/AIDS, đề nghị nên cùng lúc sử dụng bao cao su**

- 資料來源：衛生福利部國民健康署  
Thông tin xuất xứ từ: Sở Chăm Sóc Sức Khỏe Nhân Dân Của Bộ Phúc Lợi Y Tế biên soạn
- 感謝台灣婦產科醫學會協助修正  
Cảm tạ Hiệp Hội Sản Phụ Khoa Y Học Đài Loan hỗ trợ về việc sửa đổi