

口服避孕藥 廣大女性的好朋友

文／藥劑部 藥師 江佳璇

A 小姐：「醫師，我的生理期一下子來，一下子不來，讓我很困惑，應該要怎麼辦呢？」醫師：「那我們可以考慮使用口服避孕藥來治療」。

口服避孕藥於1960年代開始上市後，成為許多婦女的福音，因為在正確服用的情況下，它的避孕效果達99%以上，而且是可逆性的，亦即一旦停用，可以恢復原有的生育能力。避孕藥最初的使用動機是為了幫助女性控制生育，隨著科技的日新月異，歷經研發，已發展出多種符合女性需要的新藥成品。

但是，不管如何調劑配方，這些藥物的成分均為合成的雌激素（estrogen）與合成的黃體素（progestin）兩種，其共通的主要作用都是「抑制卵巢排卵」，配方內容也朝「希望以最低劑量的雌激素或黃體素達到避孕並且減少相關副作用」的目標邁進。

口服避孕藥的作用機轉

口服避孕藥為什麼可以達到避孕效果呢？它的主要避孕機轉如下：

- 1.抑制排卵：**內含的雌激素與黃體素會使體內的荷爾蒙濃度上升，干擾下丘腦及腦垂體的正常功能，因而抑制卵巢排卵。
- 2.改變子宮頸黏液的性質：**正常情況下，子宮頸黏液會有週期性變化。排卵前，子宮頸黏液轉變成水樣、透明，使精子能順利通過子宮頸，進入輸卵管內授精；而其他時間的子宮頸黏液量變少、黏稠，會塞住子宮頸口，不利於精子穿透進入。口服避孕藥內的黃體素會改變子宮頸黏液的週期性變化，使之始終量少而濃稠，精子因而不能順利穿透子宮頸進入輸卵管內授精。
- 3.減少內膜增生：**正常情況下，雌激素和黃體素會使子宮內膜呈現週期性的增生、變厚，

為受精卵在子宮著床做好萬全準備。口服避孕藥中的黃體素成分，會使子宮內膜增生受到抑制，不適合受精卵著床，因而不能受孕。

4. 干擾輸卵管蠕動功能：雌激素可以促進輸卵管收縮，黃體素可以抑制輸卵管收縮，兩者維持平衡狀態，輸卵管因而得以保持正常的運行方向及速度，使受精卵能順利地及時抵達子宮腔著床。但在服用避孕藥以後，因為雌激素及黃體素持續的作用，使得輸卵管的正常蠕動受到干擾，受精卵不能如期抵達子宮，因而不能順利著床，也就無法懷孕了。

此外，避孕藥還有其他治療用途，例如改善經期不正常、改善月經量過多的異常狀況、緩和經前症候群、催經或延經、緩和經前症候群，以及用於多囊性卵巢、卵巢功能性水腫、抑制卵巢囊腫或輕度子宮內膜異位的治療等。只要經由婦產科醫師的診斷並遵照醫囑規則性服藥，避孕藥也可以發揮避孕以外的良好功效。

市售避孕藥的種類

避孕藥又可依3大方向來區分：

- 1. 以雌激素劑量區分：**分為低劑量（每顆雌激素 <0.05 mg）及高劑量（每顆雌激素 >0.05 mg）。
- 2. 以服用天數區分：**分為21顆及28顆裝兩種。
- 3. 以內含成分區分：**有雌激素與黃體素的綜合製劑（含單相、雙相、三相）及單純的黃體素製劑兩種。

正確服用避孕藥的方法

目前本院採用的低劑量荷爾蒙綜合製劑，可用來避孕的有Meliane Tab 21Tabs/

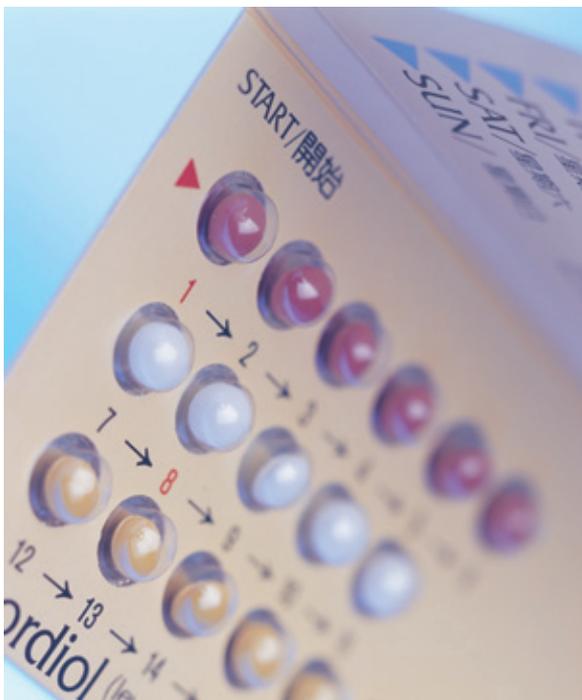
Box（中文名：玫麗安糖衣錠），其成分含有Ethinylestradiol 0.02 mg和Gestodene 0.075 mg。正確服用方法為從月經週期第1天（月經來潮的第1天）開始服用，每天於固定時間服用1顆，連續服用21天，停藥7天後再開始服用下1盒。用藥初期可能有噁心、腹痛、體重增加、頭痛、情緒改變、乳房脹痛、皮疹等現象，服用數月後可逐漸適應。用藥3個月內，可能有微量或點狀出血的現象，不必停藥，可繼續使用，若超過3個月仍無改善則應迅速就醫。因為長期使用口服避孕藥者可能會成為乳癌高危險族群，所以於服藥期間建議每3個月定期回診，每次月經週期過後3-5天內更需自我檢查乳房，並且每年至乳房專科詳細檢查1次。

有下列情況的婦女也應經由醫師診斷後再判斷是否適合服用玫麗安錠：1.有靜脈炎，血栓性栓塞病症，腦血管疾病與冠狀動脈疾病；2.肝病或肝功能障礙；3.有乳房及生殖器官的癌症；4.原因不明的陰道出血；5.35歲以上的吸菸婦女（可能增加心臟血管疾病的危險性）；6.懷孕或疑似懷孕。

忘記服藥時的補救之道

若是漏服藥品可參照下列建議方式處理：

- 1.如果忘記服藥的時間不超過12小時，藥效仍可保持，應立即補服，然後按原來時間服藥。
- 2.如時間已超過12小時，因藥效會降低，所以需在隨後7天內加用其他避孕方式（如：使用保險套）。



3.如果忘了服藥的情形是在服藥的第3週發生，服用的是21顆裝的避孕藥（如：玫麗安），則在服用完1盒藥片後立即開始服用第2盒，此時月經會在服完第2盒後才報到，但在服藥期間亦可能有點狀出血。

如果在停藥後，月經未如期報到，則有懷孕的可能，應立刻諮詢醫生並檢查。若是在服藥後4小時內出現嘔吐或嚴重腹瀉的現象，其成分可能沒有完全吸收，這樣的情況也可視為漏服，應參考以上的建議來處理，以確保避孕效果。

避孕藥安全無虞可放心服用

2010年3月發表在英國醫學雜誌（British Medical Journal, BMJ）的一篇研究，對4萬6000多名婦女持續追蹤了39年，發現服用避孕藥的婦女罹患癌症和心臟病的機率，相較於其他沒有服用避孕藥的婦女，不僅沒有增

加，還略為下降，證實了長期使用口服避孕藥，不會增加心血管疾病和癌症的發生率。許多研究也顯示，長期服用避孕藥可以延緩甚至防止婦女在50歲以後出現的骨質流失。

近年來因為教育的發達與女性主義的高漲，愈來愈多女性明白身體自主權操之在己，希望能有條理的規劃自己的生活。再加上經濟、工作各方面的壓力大，為了提供下一代良好的生活環境，以及不要傷害自己的身體與無辜的小生命，很多女性認真考慮避孕問題。雖然口服避孕藥有其需要注意的副作用，但若能與醫師詳細討論找出適合自己、安全有效的低劑量荷爾蒙綜合製劑，既可以安心的享受生活，也可以盡情揮灑自我。女人愛自己就要先好好保護自己，避孕是很重要的一步。🌍

參考資料：

1. 玫麗安糖衣錠仿單
2. 口服避孕藥—黃以瑜藥師，宏恩藥訊 94年7月號
3. 讓「計劃」跟得上變化～Oral contraceptives—阮思璇藥師，臺北市立聯合醫院藥劑部藥訊第18期8月號
4. Hannaford PC, Iversen L, Macfarlane TV, Elliott AM, Angus V, Lee AJ. Mortality among contraceptive pill users: cohort evidence from Royal College of General Practitioners' Oral Contraception Study. *British Medical Journal*; 2010; 340:c927.
5. Vessey M, Yeates D, Flynn S. Factors affecting mortality in a large cohort study with special reference to oral contraceptive use. *Contraception* 2010;82: 221–29.
6. Hannaford PC, Iversen L, Macfarlane TV. Mortality among contraceptive pill users: cohort evidence from Royal College of General Practitioners' Oral Contraception Study. *BMJ* 2010; 340: 927–35.