

高雄榮民總醫院 婦女醫學部 一般衛教文件

科別	婦科	編號：4000036
主題	口服避孕藥	102.02.15訂定
製作單位	婦女醫學部	105.07.04 審閱/修訂

一、一般說明

口服避孕藥於1960年開始上市，其成分為合成之雌激素與黃體素，稱為複合型口服避孕藥，它會促使卵巢停止分泌天然的荷爾蒙，進而影響卵子的生長和排出。複方口服避孕藥成分中的雌激素從1960年代後由低劑量（30-35 μg ）取代了高劑量（50 μg ），而黃體素的成分也從1990年代中期因雄性素相關副作用由第三代黃體素（gestodene, norgestimate and desogestrel）取代了第二代的黃體素（levonorgestrel）。讓避孕藥的服用耐受性與順從性大增。而新型黃體素（含DRSP）的避孕藥具有抗雄性化及抗礦物皮質酮效果，具有美肌（抗痘）及改善水腫特別效果，也讓女性在選擇避孕要有更多元化的考量。避孕藥若服用正確，效果可達99.9%。

二、口服避孕藥的主要避孕機轉

1. 抑制排卵
2. 改變子宮頸黏液的性質
3. 改變子宮內膜的狀態
4. 改變輸卵管的蠕動
5. 影響精子活動

三、口服避孕藥的用於避孕之外的其他益處

1. 減少卵巢癌
2. 減少子宮內膜癌
3. 減少大腸直腸癌
4. 減少乳房良性疾病
5. 減少卵巢囊腫
6. 治療月經不規則
7. 治療經血過多及其引起的貧血
8. 治療經痛
9. 治療子宮內膜異位症
10. 治療經前症候群
11. 治療更年期症狀
12. 治療痤瘡
13. 治療多毛症
14. 預防骨質疏鬆症

四、口服避孕藥的種類與用法

1. 21 顆單相型(最普遍常見的類型)：連續服用 21 天，接著停用 7 天。下次月經會發生在這 7 天停藥期當中，下一包則在停藥的第 8 天接著開始服用，以此循環。
2. 24+4 單相每日型：此類型含有 24 錠淡粉紅色錠劑為一週期使用的複方荷爾蒙製劑的有效錠，以及 4 錠無作用的白色錠。服藥方式是在每一月經週期中連續 24 天，每天服用 1 錠淡粉紅色錠劑，然後接著 4 天服用 4 錠無作用的白色錠。

3. 21+7 單相每日型：此類型每盒含有 28 顆錠劑，包含 21 顆有效錠及 7 顆不含活性成分的無效錠(安慰劑)。此型的包裝適合願意每日服用的女性。下次經期通常發生在服用無效錠的期間。
4. 階段型：此包裝內包含了 3 或 4 種不同顏色的藥錠。荷爾蒙的含量隨週期而有所不同。三階段型包含 3 種不同強度的荷爾蒙，四階段型則有 4 種。

五、口服避孕藥與不規律出血

所有口服避孕藥在服用的前幾個月有可能會在服藥期間發生預料以外的突然出血或是點狀出血，此時不需要擔心也不可以停止服藥，仍要照時間規則服用。當身體適應了避孕藥後不正常出血情形會停止（約3個服藥週期），若依然不規則出血超過 3 個月或是出血量大於原有的月經血量，則需要再諮詢醫師做適當處理。

六、口服避孕藥的副作用

現今的口服避孕藥經過改良，副作用已減低不少，少部分因為黃體素的作用，會有水分滯留，體重增加的問題；另外雌激素造成常見的短期副作用包括：噁心嘔吐感，乳房腫痛，頭痛，血壓升高，血糖上升，青春痘，神經質，色素沉著……等等，第一次服用口服避孕藥的女性，最好選用雌激素含量較低的產品，以及新一代口服避孕藥。新一代口服避孕藥的黃體素無雄激素活性，這樣就避免了老一代口服避孕藥對痤瘡和體重的影響，甚至還可以對痤瘡有改善作用。上述可能產生的症狀表明身體正在適應這種外源性的激素水平，只要堅持繼續服用，大部分人 3 個月以後這些症狀便可消失，也可以藉由補充維他命 B6，維他命 B2，維他

命C 來降低不適感。

七、口服避孕藥的絕對禁忌

如果女性已有或曾有下列症狀，則不應使用口服避孕藥：

1. 年齡 > 35 歲且每天抽煙 > 20 支
2. 血壓：收縮壓 > 160 mmHg ，舒張壓 > 100 mmHg
3. 有血液循環上的疾病，特別是深部靜脈栓塞或肺栓塞病史
4. 複雜性心瓣膜疾病（合併心房纖維顫動、肺循環高血壓、細菌性心內膜炎）
5. 缺血性心臟病病史（心肌梗塞的徵兆）
6. 高血壓合併血管疾病
7. 出現或曾有中風徵兆
8. 嚴重頭痛合併局部神經症狀
9. 糖尿病合併神經病變、視網膜病變、腎病變或血管病變
10. 病毒性肝炎、嚴重肝硬化、良性或惡性肝腫瘤
11. 黃疸或嚴重的肝病
12. 患乳癌或骨盆器官癌症
13. 需長期臥床休息的重大手術
14. 懷孕
15. 產後 < 6 週且餵食母乳者
16. 對口服避孕藥的任一成分過敏

八、長期使用口服避孕藥

避孕藥是給年輕、健康女性長期服用的藥物。在選擇長期服用口服避孕藥前，可以先做健康檢查，若患有血栓病、心血管病、肝功能不好的女性則不應服用；哺乳期的女性，不應選擇含有雌激素

的複合型避孕藥(同時有雌激素和黃體素)，但可以選擇單純黃體素口服避孕藥；三、四十歲的抽煙女性以及中老年女性，患心血管疾病的機率更高，也不適合服用口服避孕藥。

此外，不用擔心口服避孕藥會造成永久性的不孕，也不會影響日後的懷孕，因口服避孕藥內含的女性荷爾蒙及黃體素含量非常少，在體內留存的時間不會超過一星期，因此停用口服避孕藥後，若月經正常表示可以立即懷孕。但有些人長期服用口服避孕藥可能有短暫不排卵現象，可以在預計要懷孕的前半年停藥。

備註：每年修訂或審閱乙次。

警語：所有衛教資訊內容僅供參考使用，無法取代醫師診斷與相關建議，若有身體不適，請您儘速就醫，以免延誤病情。