

เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับ

วิธีการใช้ฮอร์โมนทดแทน

ในสตรีวัยทอง



วิธีการใช้ฮอร์โมนทดแทนในสตรีวัยทอง

ปัจจุบันการใช้ฮอร์โมนทดแทนสำหรับสตรีวัยทองมีหลายวิธี ในที่นี้จะกล่าวเฉพาะยาฮอร์โมนทดแทนชนิดรับประทานซึ่งเป็นรูปแบบที่นิยมกันมากที่สุด

การเลือกใช้ฮอร์โมนทดแทนแบบไหนขึ้นกับลักษณะของแต่ละบุคคล โดยมีหลักการเลือกใช้ ดังนี้

- 1 สตรีที่ได้รับการผ่าตัดมดลูกและรังไข่ออกทั้งสองข้างแล้ว นิยมใช้ฮอร์โมนที่เป็นเอสโตรเจนแต่เพียงอย่างเดียว
- 2 สตรีที่ยังมีมดลูกอยู่จะต้องได้รับยาฮอร์โมนทดแทนรวม ซึ่งประกอบด้วยฮอร์โมนเอสโตรเจนและฮอร์โมนโปรเจสเตอโรเจน เพื่อป้องกันเยื่อบุโพรงมดลูกหนาตัว ซึ่งถ้าเยื่อบุโพรงมดลูกหนาตัวแล้วจะมีความเสี่ยงที่จะเกิดมะเร็งของเยื่อบุโพรงมดลูกได้

วิธีการรับประทานยาฮอร์โมนทดแทน

สำหรับสตรีที่ผ่าตัดมดลูกออกแล้ว

ไม่จำเป็นต้องได้รับฮอร์โมนโปรเจสเตอโรเจน เนื่องจากไม่ต้องกังวลเกี่ยวกับการหนาตัวของเยื่อบุโพรงมดลูก ดังนั้นการรับประทานฮอร์โมนทดแทนจึงทานแต่ฮอร์โมนเอสโตรเจนแต่เพียงอย่างเดียวทุกวัน เวลาที่แนะนำการรับประทานยาฮอร์โมนคือ หลังอาหารเช้า หรือ ก่อนนอน

ในกรณีที่มีอาการขาชาวม้วน เมื่อนึกขึ้นได้ให้ทานยาต่อไปตามปกติ ไม่จำเป็นต้องรับประทานยาของวันที่ลืมควบกินยาที่ต้องทานตามปกติ ในกรณีที่ยาฮอร์โมนอยู่ในแผงหรือตลับสำเร็จรูป ก็ให้ทานยาเดินหน้าต่อไปตามปกติไม่ต้องข้ามเม็ด เนื่องจากเม็ดยาทุกเม็ดมีตัวยาฮอร์โมนเอสโตรเจนเหมือนกันทุกเม็ด



สำหรับสตรีที่ยังมีมดลูกอยู่ จะมีวิธีใช้ยาอย่างสามแบบ ขึ้นกับคำแนะนำของแพทย์

1 แบบที่รับประทานยาฮอร์โมน 21 วัน หยุด 7 วัน มีเลือดประจำเดือนออกเป็นรอบ

แบบนี้สตรีจะได้รับฮอร์โมนเอสโตรเจนเป็นเวลา 21 วัน ต่อเดือน และได้รับฮอร์โมนโปรเจสเตอโรเจน ในช่วง 10 วันสุดท้าย

จากนั้นก็หยุดยาทั้งสองชนิดพร้อมกันเป็นเวลา 7 วัน หรือได้รับยาฮอร์โมนเอสโตรเจนเป็นเวลา 25 วันต่อเดือน และได้รับฮอร์โมนโปรเจสเตอโรเจน 12-14 วันต่อเดือนแล้วจึงหยุดยาทั้งสองชนิด

ภายหลังที่หยุดยาทั้งสองชนิด มากกว่าร้อยละ 90 ของสตรีที่ยังมีมดลูกอยู่จะมีเลือดประจำเดือนออกมา เมื่อครบ 7 วันแล้ว ให้เริ่มยาในรอบต่อไปได้เลย โดยไม่ต้องรอให้เลือดประจำเดือนหยุดแต่อย่างใด เมื่อใช้ยาวิธีนี้ไปนานๆ เลือดประจำเดือนอาจมีปริมาณน้อยลง หรือหมดลงได้ในที่สุด

การรับประทานยาแบบนี้เมื่อลืมทานยาชาวม้วน ให้รับประทานยาของวันที่ลืมเมื่อนึกขึ้นได้ต่อไป ส่วนยาที่จะต้องทานตามปกติในแต่ละวันให้เลื่อนไปรับประทานในวันถัดไป



2 แบบที่รับประทานยาฮอร์โมน 28 วัน มีเลือดประจำเดือนออกเป็นรอบ

แบบนี้สตรีจะได้รับฮอร์โมนเอสโตรเจนเป็นเวลา 28 วันต่อเดือน และได้รับฮอร์โมนโปรเจสเตอโรเจน เป็นช่วงเวลา 10 ถึง 14 วัน ซึ่งคล้ายกับแบบที่หนึ่ง โดยสตรีที่มีมดลูกอยู่จะมีประจำเดือนออกมาเป็นรอบ การใช้อาแบบนี้ แตกต่างจาก