

Thuốc này là gì?

Thuốc viên ngừa thai, thường được gọi là “the Pill”, là loại thuốc viên quý vị dùng hàng ngày để ngừa thai. Thuốc này gồm các loại kích thích tố có tự nhiên trong cơ thể phụ nữ.

SỰ KIẾN: 85% phụ nữ Hoa Kỳ đã có dùng Thuốc Viên Ngừa Thai (“the Pill”) vào một lúc nào đó trong đời họ.

Bắt Đầu dùng “Thuốc Viên Ngừa Thai”

Quý vị sắp sửa dùng thuốc này như hàng triệu phụ nữ khác đã dùng Thuốc Viên Ngừa Thai an toàn! Hãy theo từng bước chỉ dẫn dưới đây để bắt đầu dùng Thuốc Viên Ngừa Thai thật an toàn mà không phải lo ngại gì:

- Đa số phụ nữ bắt đầu dùng Thuốc Viên Ngừa Thai vào tuần lễ đầu tiên của kinh kỳ, trừ phi kinh kỳ của họ không đều. Bác sĩ sẽ cho quý vị biết lúc nào là lúc tốt nhất để bắt đầu, tùy theo kinh kỳ của quý vị.
- Mỗi ngày dùng một viên, vào khoảng **cùng giờ** mỗi ngày (chênh lệch nhau từ 2 – 4 giờ).
- Mỗi ngày dùng một viên, **theo thứ tự mỗi ngày**, dù cho quý vị thấy có ra máu lấm thấm hoặc ra nhiều khi chưa đến kinh kỳ.
- Khi quý vị dùng xong một vỉ thuốc, bắt đầu dùng vỉ kế tiếp. Thí dụ, nếu quý vị dùng viên thuốc cuối cùng vào ngày Thứ Bảy, hãy bắt đầu dùng vỉ kế tiếp vào ngày Chủ Nhật.
- Trong 7 ngày đầu dùng thuốc, quý vị chưa ngừa thai được hoàn toàn. Quý vị cần dùng thêm một phương pháp khác như **bao cao su** trong thời gian này.

HƯỚNG DẪN: **Hãy chọn một công việc nào quý vị vẫn thường làm vào cùng giờ mỗi ngày, chẳng hạn như ăn trưa hoặc đánh răng, để giúp tạo thành thói quen dùng thuốc viên ngừa thai.**

Diễn Tiến Ra Sao: Các Tác Dụng Phụ Thông Thường

Quý vị có thể có các tác dụng phụ khi dùng Thuốc Viên Ngừa Thai. Thông thường, các tác dụng phụ này sẽ hết sau 2 – 6 tháng, khi cơ thể quý vị quen với Thuốc Viên Ngừa Thai. Một số các tác dụng phụ thông thường là:

- ra máu khi chưa đến kinh kỳ (“breakthrough bleeding”)
- đau vú
- nhức đầu
- cảm thấy đầy hơi
- buồn nôn (có thể ói mửa nhưng hiếm khi xảy ra trường hợp này)
- lên cân hoặc xuống cân
- tâm trạng thay đổi

Nếu quý vị cảm thấy các tác dụng phụ này gây khó khăn cho mình, **đừng** ngưng dùng Thuốc Viên Ngừa Thai. Hãy gọi cho bác sĩ hoặc y viện trước. Đôi khi, đổi sang một loại thuốc khác có thể đỡ hơn. Hiện nay có hơn **40** hiệu thuốc viên ngừa thai! Bác sĩ của quý vị có thể làm việc với quý vị để tìm loại thuốc viên ngừa thai thích hợp nhất cho **cơ thể quý vị**.

“Khi tôi bắt đầu dùng Thuốc Viên Ngừa Thai, tôi uống thuốc vào buổi sáng trước khi đi làm, và tôi cảm thấy đau bụng. Y tá nói tôi hãy thử dùng thuốc vào ban đêm, trước khi đi ngủ. Cách này có hiệu quả. Sau vài tháng, tôi không cảm thấy đau bụng nữa”

— Vanessa, 23 tuổi
thợ cắt tóc, một con

Khi Quý Vị Quên Dùng Thuốc...

Có thể có những lúc quý vị để lỡ giờ hoặc quên dùng thuốc. Bảng dưới đây sẽ giúp quý vị biết cách uống bù trong trường hợp này. Uống bù thuốc viên bị quên đôi khi có thể làm khó hiểu. Nếu quý vị không biết chắc là phải làm gì, hãy gọi cho bác sĩ hoặc y viện.

| | |
|--|--|
| Nếu quý vị để lỡ giờ hoặc quên dùng... 1 viên thuốc | Thì hãy làm 3 việc sau: <ul style="list-style-type: none">• Ngay khi nhớ ra thì hãy uống thuốc bù cho viên bị lỡ giờ• Dùng viên kế vào giờ thường lệ• Vẫn uống mỗi ngày 1 viên như thường |
| Nếu quý vị để lỡ giờ hoặc quên dùng... 2 viên liên tục trong 2 tuần lễ đầu tiên của vỉ thuốc | Thì hãy làm 4 việc sau: <ul style="list-style-type: none">• Dùng 2 viên ngay khi quý vị nhớ ra• Dùng thêm 2 viên nữa vào giờ thường lệ ngày hôm sau• Trở lại dùng 1 viên mỗi ngày• QUAN TRỌNG: Hãy dùng thêm một cách ngừa thai khác như bao cao su trong 7 ngày |
| Nếu quý vị để lỡ giờ hoặc quên dùng... 2 viên liên tục trong tuần lễ thứ 3 của vỉ thuốc HOẶC từ 3 viên trở lên bất cứ khi nào | Thì hãy làm 3 việc sau: <ul style="list-style-type: none">• Gọi cho bác sĩ hoặc y viện càng sớm càng tốt – quý vị có thể cần ngừa thai khẩn cấp• Lúc chưa đến được bác sĩ, vẫn tiếp tục dùng 1 viên mỗi ngày và dùng thêm phương pháp ngừa thai khác như bao cao su mỗi khi quý vị làm tình!• Nếu đến lúc dùng các viên thuốc của “tuần kinh kỳ” (các viên thuốc trong tuần thứ 4 của vỉ thuốc), hãy vắt đi và bắt đầu dùng vỉ thuốc mới |

Lỡ giờ hoặc quên dùng thuốc có thể làm quý vị ra máu lấm thấm hoặc ra nhiều khi chưa đến kinh kỳ.
Ngừa Thai Khẩn Cấp: Đừng Quên Ngừa Thai Khẩn Cấp (EC)! Nếu quý vị quên nhiều hơn 2 viên, và quý vị làm tình mà không dùng biện pháp bảo vệ, EC có thể giúp quý vị ngừa thai.

SỰ KIẾN: Quý vị không phải là người duy nhất để lỡ giờ hoặc quên dùng thuốc!

Các Lợi Ích Khi Dùng Thuốc Viên Ngừa Thai

Phụ nữ chọn Thuốc Viên Ngừa Thai vì loại thuốc này an toàn, dễ dàng, và có hiệu quả. Nhưng quý vị có biết rằng Thuốc Viên Ngừa Thai cũng giúp được nhiều phụ nữ:

- Có kinh kỳ đều đặn
- Ra kinh ít hơn, bớt đau và đau bụng
- Xương cứng chắc hơn
- Không có kinh trong một dịp quan trọng mà lúc thông thường ắt phải có (chẳng hạn như kỳ trăng mật, thi cử)
- Bớt mụn

SỰ KIẾN: Kết quả khảo cứu cho thấy là thuốc viên ngừa thai bảo vệ chống: ung thư buồng trứng và tử cung, khối u trong buồng trứng, và khối u không phải là ung thư trong vú.

Một Số Điểm Thất Lợi: Những Điều Quý Vị Nên Biết

Tuy nhiều phụ nữ vẫn chuộng Thuốc Viên Ngừa Thai, không phải người nào cũng thích hợp với loại thuốc này. Danh sách dưới đây sẽ giúp quý vị hiểu tại sao Thuốc Viên Ngừa Thai có thể không thích hợp cho một số phụ nữ:

- Quý vị phải nhớ dùng Thuốc Viên Ngừa Thai mỗi ngày, vào khoảng cùng giờ mỗi ngày
- Thuốc Viên Ngừa Thai không bảo vệ được quý vị đối với HIV hoặc các bệnh phong tình khác (STDs). Quý vị cần phải dùng **bao cao su** chung với Thuốc Viên Ngừa Thai nếu quý vị nghĩ là mình cần được bảo vệ
- Vỉ thuốc của quý vị để làm cho người khác biết — một số phụ nữ muốn dùng phương pháp nào mà không ai biết
- Một số phụ nữ không thể dùng estrogen (một loại kích thích tố có trong nhiều hiệu Thuốc Viên Ngừa Thai)

Phải Làm Gì Nếu Quý Vị Bị Vấn Đề

Thuốc Viên Ngừa Thai là một trong các phương pháp ngừa thai an toàn nhất cho quý vị. **Hiếm lắm mới** xảy ra các vấn đề nghiêm trọng. Vấn đề nghiêm trọng nhất là máu có thể bị đóng cục. Thông thường sẽ có các dấu hiệu “báo trước” về một vấn đề nghiêm trọng. Hãy tìm biết các dấu hiệu này, và liên lạc với bác sĩ, y viện, hoặc phòng cấp cứu nếu quý vị bị bất cứ trường hợp nào sau đây:

- Đau bụng dữ dội
- Đau ngực dữ dội hoặc hụt hơi
- Đau nhức nhiều hoặc tấy đỏ ở chân
- Nhức đầu dữ dội
- Các vấn đề ở mắt, chẳng hạn như hoa mắt, thấy xẹt nhoáng trước mắt hoặc không nhìn thấy.

Mức Hiệu Quả

Nếu 100 phụ nữ dùng Thuốc Viên Ngừa Thai đúng cách (khoảng cùng giờ mỗi ngày) trong một năm, thì chỉ có 1 người có thai. Thuốc Viên Ngừa Thai là một trong các phương pháp ngừa thai hiệu quả nhất nếu quý vị dùng thuốc đúng cách.

HÃY NHỚ: Dùng Thuốc Viên Ngừa Thai đúng cách có nghĩa là dùng thuốc vào khoảng cùng giờ (chênh lệch nhau từ 2 – 4 giờ) mỗi ngày.

Có Thai và Thuốc Viên Ngừa Thai

Nếu quý vị muốn có thai, cứ dùng cho hết vỉ thuốc đang dùng, và sau đó ngưng dùng Thuốc Viên Ngừa Thai. Dùng một phương pháp ngừa thai khác, chẳng hạn như bao cao su, cho đến khi quý vị đã qua 1 – 2 kỳ kinh. Và bắt đầu dùng thuốc bổ có folic acid (thuốc bổ tiền sản). Đó là một trong những cách tốt nhất quý vị có thể làm cho con.

SỰ KIẾN: Dùng Thuốc Viên Ngừa Thai sẽ không ảnh hưởng đến khả năng có con trong tương lai.

Các Thắc Mắc Thông Thường Tại sao tôi phải dùng Thuốc Viên Ngừa Thai vào khoảng cùng giờ (chênh lệch nhau từ 2 – 4 giờ) mỗi ngày?

Khi quý vị dùng thuốc vào khoảng cùng giờ mỗi ngày, quý vị giúp giữ cho các kích thích tố của Thuốc Viên Ngừa Thai ở **mức tốt nhất để ngừa thai**. Quý vị cũng giúp ngừa những trường hợp như ra máu lấm thấm hoặc ra nhiều khi chưa đến kinh kỳ. Do đó nên dùng thuốc vào khoảng cùng giờ mỗi ngày.

Nếu tôi mất một kỳ kinh thì sao?

Nếu quý vị quên dùng một hoặc nhiều viên... Hãy gọi cho y viện để hẹn thử thai và **vẫn tiếp tục dùng thuốc viên ngừa thai**.

Nếu quý vị dùng thuốc đúng giờ mà không quên viên nào... Vẫn tiếp tục dùng thuốc viên ngừa thai. Nếu quý vị mất một kỳ kinh, hãy gọi cho y viện.

Nếu tôi đang dùng thuốc trụ sinh thì có thay đổi tác dụng của Thuốc Viên Ngừa Thai hay không?

Đa số bác sĩ đều đề nghị nên dùng thêm một cách ngừa thai khác, chẳng hạn như bao cao su, nếu quý vị phải dùng thuốc trụ sinh. Nếu quý vị mất một kỳ kinh, hãy gọi cho y viện.

Nếu tôi không còn quan hệ với người bạn tình nữa hoặc ngưng làm tình thì tôi có nên ngưng dùng thuốc viên ngừa thai hay không?

Ngưng dùng rồi dùng lại Thuốc Viên Ngừa Thai có thể làm tăng thêm các tác dụng phụ như ra máu khi chưa đến kinh kỳ (“breakthrough bleeding”) và đau vú. Đây là một lý do tại sao các bác sĩ đề nghị nên tiếp tục dùng Thuốc Viên Ngừa Thai, dù **sau khi** không còn quan hệ với người bạn tình nữa hoặc quyết định ngưng làm tình. Cũng nên nhớ là Thuốc Viên Ngừa Thai đem lại các lợi ích khác cho quý vị về sức khỏe, chẳng hạn như bớt mụn, và **bớt đau khi có kinh**.

Muốn biết thêm về các phương pháp ngừa thai khác có thể ngưng dùng:

Hãy xem các tài liệu của chúng tôi về:

Depo Provera (“Thuốc Tiêm”)

Ngừa Thai Khẩn Cấp (“EC”)

Bao Cao Su

Hãy đến website của chúng tôi tại:

www.metrokc.gov/health/famplan

Muốn tìm một Nơi Phục Vụ về Kế Hoạch Gia Đình gần quý vị:

Hãy gọi cho Đường Dây Hotline Kế Hoạch Gia Đình

1-800-770-4334 **HOẶC** TTY 1-800-848-5429

Để được thông tin và giới thiệu kín đáo

Muốn ngừa thai sau khi làm tình không dùng biện pháp bảo vệ, hoặc sau khi phương pháp ngừa thai của quý vị không có hiệu quả:

Hãy gọi cho Đường Dây Hotline Ngừa Thai Khẩn Cấp:

1-888-NOT-2-LATE (1-888-668-2528)

hoặc đến website Ngừa Thai Khẩn Cấp:

www.not-2-late.com để tìm y viện hoặc nhà thuốc tây gần quý vị.



khí quý vị chọn

thuốc viên ngừa thai