

## Biện pháp Tránh thai bằng Nội tiết tố và sử dụng các loại thuốc khác trong cùng thời gian

### Hormonal Contraception and using other medications at the same time

#### Biện pháp tránh thai bằng nội tiết tố là gì?

Các phương pháp tránh thai bằng nội tiết tố bao gồm:

- Thuốc uống tránh thai (thuốc tránh thai - the Pill)
- Miếng dán (Evra®)
- Thuốc ngừa thai dạng tiêm/chích (Depo-Provera®)
- Vòng tránh thai/Dụng cụ tử cung (Intrauterine device, IUD) (Mirena®, Kyleena™). Vòng tránh thai còn được gọi là biện pháp tránh thai trong tử cung (intrauterine contraception, IUC)
- Vòng âm đạo (NuvaRing™)
- Que cấy (Nexplanon®) - một que nhỏ được đưa vào dưới da cánh tay

Các biện pháp tránh thai bằng nội tiết tố sử dụng 1 hoặc 2 nội tiết tố tương tự như estrogen và progestin, mà cơ thể bạn tiết ra. Các biện pháp này có thể có nhiều công dụng lâm sàng bao gồm:

- Ngừa thai (tất cả các phương pháp)
- Chăm sóc trong quá trình chuyển đổi/khăng định giới tính (Thuốc tránh thai)
- Kiểm soát mụn (một số phương pháp)
- Ngăn ngừa chảy máu nhiều trong kỳ kinh nguyệt (vòng tránh thai)
- Những công dụng khác

Hãy nói chuyện với chuyên gia chăm sóc sức khỏe của bạn về phương pháp nào là phù hợp với bạn.

#### Biện pháp tránh thai bằng nội tiết tố có ảnh hưởng đến các loại thuốc khác của tôi không?

Biện pháp tránh thai bằng nội tiết tố có thể làm cho một số loại thuốc (hoặc thực phẩm chức năng là thảo dược) hoạt động kém hiệu quả hơn, chẳng hạn như thuốc chống động kinh.

Hãy hỏi chuyên gia chăm sóc sức khỏe của bạn về cách mà biện pháp tránh thai bằng nội tiết tố có thể ảnh hưởng đến các loại thuốc khác của bạn. Có thể có các biện pháp tránh thai phù hợp hơn với các loại thuốc bạn đang dùng. Chuyên gia chăm sóc sức khỏe của bạn cũng có thể đề nghị bạn thay đổi loại thuốc hoặc liều lượng.

#### Các loại thuốc khác có thể ảnh hưởng đến biện pháp tránh thai của tôi không?

Có. Một số loại thuốc có thể ảnh hưởng đến hiệu quả của biện pháp tránh thai bằng nội tiết tố. Một số có thể khiến các biện pháp này mất tác dụng hoàn toàn.

Những loại thuốc đó bao gồm, nhưng không giới hạn ở:

- Thuốc kháng sinh như rifampin
- Thuốc chống co giật hoặc thuốc chống động kinh như carbamazepine (Tegretol®), phenytoin (Dilantin®), oxcarbazepine (Trileptal®), primidone hoặc topiramate (Topamax®)
- Thuốc trị nấm như griseofulvin
- Thuốc kháng vi-rút retro như ritonavir

- Thuốc thảo dược như cây ban âu (St. John's wort)

Điều quan trọng là bạn phải nói chuyện với chuyên gia chăm sóc sức khỏe và dược sĩ của mình về bất kỳ loại thuốc, thực phẩm chức năng hoặc thuốc kích thích nào mà bạn đang sử dụng. Họ có thể thảo luận với bạn về các lựa chọn loại thuốc mà sẽ không ảnh hưởng đến biện pháp tránh thai của bạn.

## Ngừa Thai

### Biện pháp tránh thai bằng nội tiết tố ngừa thai như thế nào?

Việc mang thai xảy ra khi trứng được thụ tinh bởi tinh trùng. Trứng đã thụ tinh sẽ bám vào niêm mạc tử cung, ở đó nó sinh trưởng và phát triển thành thai nhi.

Nội tiết tố kiểm soát việc rụng trứng và chuẩn bị cho cơ thể để hỗ trợ sự phát triển của thai nhi.

Biện pháp tránh thai bằng nội tiết tố giúp ngừa thai bằng cách thực hiện một hoặc nhiều việc trong số những việc sau:

- Ngăn cản sự rụng trứng (tức là buồng trứng không sản sinh ra trứng)
- Làm đặc chất nhầy cổ tử cung, khiến tinh trùng khó vào tử cung
- Làm mỏng niêm mạc tử cung, trong trường hợp một người rụng trứng (như trong trường hợp họ quên uống thuốc tránh thai), khiến trứng khó bám vào

### Tôi làm thế nào đảm bảo mình không mang thai nếu tôi đang dùng những loại thuốc ảnh hưởng đến biện pháp tránh thai bằng nội tiết tố của tôi?

Hãy nói chuyện với chuyên gia chăm sóc sức khỏe về các lựa chọn của bạn. Bạn có thể cần

phải sử dụng một biện pháp sử dụng rào chắn cùng với biện pháp tránh thai bằng nội tiết tố của bạn. Những biện pháp này gồm có:

- Bao cao su
- Màng chắn
- Mũ chụp cổ tử cung

Các phương pháp này không bị ảnh hưởng bởi thuốc men. Bao cao su là biện pháp tránh thai duy nhất bảo vệ bạn khỏi các bệnh lây nhiễm qua đường tình dục (sexually transmitted infections - STI).

Một số loại thuốc chống co giật và các loại thuốc khác, chẳng hạn như isotretinoin (Accutane®) trị mụn, làm tăng đáng kể nguy cơ dị tật bẩm sinh. Điều quan trọng là sử dụng biện pháp tránh thai hiệu quả để ngừa thai và lên kế hoạch cẩn thận cho việc mang thai với sự tư vấn từ chuyên gia chăm sóc sức khỏe nếu bạn sử dụng những loại thuốc này.

Hãy nói chuyện với chuyên gia chăm sóc sức khỏe của bạn về khoảng thời gian cần sử dụng phương pháp rào chắn, ngay cả sau khi bạn ngừng dùng thuốc có ảnh hưởng đến biện pháp tránh thai bằng nội tiết tố.

### Để Biết thêm Thông tin

Để biết thêm thông tin về các biện pháp tránh thai và cách ngừa thai khi dùng thuốc hoặc thực phẩm chức năng là thảo dược, hãy nói chuyện với chuyên gia chăm sóc sức khỏe, dược sĩ hoặc y tá ở cơ quan y tế công cộng của bạn.

Để biết thông tin về các bệnh lây nhiễm qua đường tình dục, hãy xem [HealthLinkBC File #080 Ngăn ngừa Những Bệnh Lây truyền Qua đường Tình dục \(Sexually Transmitted Infections, STI\)](#).