

## ตอบข้อสงสัยแบบชัด ๆ ยาคุมฉุกเฉินต้องกินภายในกี่ชั่วโมง ?

นำเสนอเมื่อ : 30 มิ.ย. 2568

เมื่อพูดถึงการคุมกำเนิด “ยาคุมฉุกเฉิน” คือหนึ่งในทางเลือกที่ถูกใช้บ่อยที่สุดหลังการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่มีการป้องกัน หรือเมื่อวิธีคุมกำเนิดหลักเกิดผิดพลาด เช่น ถุงยางรั่ว หลุด หรือไม่ได้กินยาคุมปกติสม่ำเสมอ แต่สิ่งสำคัญที่สุดที่หลายคนยังไม่มั่นใจคือ “[ยาคุมฉุกเฉินต้องกินภายในกี่ชั่วโมง](#) ถึงจะได้ผลดีที่สุด ?” คำตอบคือ “ขึ้นอยู่กับชนิดของยาคุมฉุกเฉิน” และนี่คือรายละเอียดที่ควรรู้



## ยาคุมฉุกเฉินมีกี่ชนิด แต่ละชนิดต้องกินภายในกี่ชั่วโมง ?

ก่อนจะไปรู้ว่ายาคุมฉุกเฉินต้องกินภายในกี่ชั่วโมง สิ่งสำคัญคือต้องทำความรู้จักกับ “ประเภทของยาคุมฉุกเฉิน” เสียก่อน โดยในปัจจุบัน ยาคุมฉุกเฉินที่มีจำหน่ายในร้านยา มี 2 ประเภทหลัก ๆ ได้แก่

### 1. ยาคุมฉุกเฉินชนิด Levonorgestrel (LNG)

- เป็นแบบที่พบได้ทั่วไปในชื่อการค้าต่าง ๆ เช่น Postinor, Madonna ฯลฯ
- วิธีใช้: ทานเม็ดแรกให้เร็วที่สุดหลังมีเพศสัมพันธ์ และเม็ดที่สองห่างจากเม็ดแรก 12 ชั่วโมง (หรือตามที่ฉลากระบุ)

- กรอบเวลาที่ได้ผลดีที่สุด: ภายใน 72 ชั่วโมง
- ประสิทธิภาพลดลงเมื่อเวลาผ่านไป:
  - ภายใน 24 ชั่วโมงแรก: ได้ผลประมาณ 95%
  - ภายใน 48 ชั่วโมง: เหลือ 85%
  - ภายใน 72 ชั่วโมง: ประมาณ 58%
- เกิน 72 ชั่วโมงแล้วไม่แนะนำให้ใช้ เนื่องจากประสิทธิภาพลดลงอย่างชัดเจน

## 2. ยาคุมฉุกเฉินชนิด Ulipristal Acetate (UPA)

- พบในชื่อทางการค้าเช่น Ella หรือ EllaOne (ยังไม่แพร่หลายในไทยมากนัก)
- วิธีใช้: ทานครั้งเดียว 1 เม็ด
- สามารถใช้ได้ภายใน 120 ชั่วโมง (5 วัน)
- ประสิทธิภาพสูงกว่า Levonorgestrel โดยเฉพาะในวันที่ 3-5 หลังการมีเพศสัมพันธ์
- อย่างไรก็ตาม ควรปรึกษาแพทย์หรือเภสัชกรก่อนใช้ เนื่องจาก UPA อาจมีปฏิกิริยากับยาคุมแบบปกติหากต้องใช้ต่อ

## แล้วถ้ากินเลย 72 ชั่วโมงจะยังได้ผลไหม ?

หากคุณใช้ Levonorgestrel เกิน 72 ชั่วโมง โอกาสป้องกันการตั้งครรภ์จะลดลงอย่างมากจนแทบไม่มีประสิทธิภาพ โดยเฉพาะถ้าอยู่ในช่วงไข่ตก การรอเวลาไม่ใช้ทางเลือกที่ดี การรับประทานทันทีจึงเป็นสิ่งสำคัญที่สุด

ในกรณีที่เลยช่วงเวลา 72 ชั่วโมงมาแล้ว และยังไม่เกิน 120 ชั่วโมง อาจพิจารณาใช้ Ulipristal Acetate แทน — หากสามารถหาได้จากสถานพยาบาลหรือร้านขายยาที่มีจำหน่าย

## ทำไมถึงต้องรีบกิน ?

ยาคุมฉุกเฉินไม่ได้ยับยั้งการปฏิสนธิที่เกิดขึ้นไปแล้ว แต่จะยับยั้งหรือชะลอการตกไข่ และทำให้สภาพแวดล้อมในมดลูกไม่เหมาะสมต่อการฝังตัวของตัวอ่อน ดังนั้น หากมีการตกไข่และปฏิสนธิไปแล้วก่อนกินยา ยาจะไม่ได้ผลเลย

## อย่ารอจน “ฉุกเฉินเกินไป”

- ถ้าคุณมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ป้องกัน อย่ารอให้ครบวัน

ควรไปพบเภสัชกรหรือร้านขายยาให้เร็วที่สุด

- พกยาคุมฉุกเฉินติดบ้านไว้ล่วงหน้า เพื่อในสถานการณ์ไม่คาดฝัน (โดยเก็บให้ห่างความชื้นและแสงแดด)
- ใช้ยาคุมฉุกเฉินเป็น “แผนสำรอง” เท่านั้น ไม่ควรใช้เป็นประจำ เพราะประสิทธิภาพต่ำกว่ายาคุมรายเดือนและอาจทำให้ฮอร์โมนแปรปรวน

## สรุปชัด ๆ

- ยาคุมฉุกเฉินต้องกินภายในกี่ชั่วโมง  
ถ้าเป็นชนิด Levonorgestrel (แบบ 2 เม็ด):  
ต้องกินภายใน 72 ชั่วโมง ยิ่งเร็ว ยิ่งได้ผล
- ส่วน Ulipristal Acetate (แบบ 1 เม็ด)  
ใช้ได้ภายใน 120 ชั่วโมง  
แต่ประสิทธิภาพสูงสุดเมื่อใช้เร็ว
- ไม่ควรใช้เกินเวลาที่กำหนด  
เพราะยาจะไม่ได้ผล
- อย่าลืมติดตามประจำเดือน  
และหากประจำเดือนขาดเกิน 7 วัน  
ควรตรวจการตั้งครรภ์ทันที

หากยังมีข้อสงสัยเกี่ยวกับการใช้ยาคุมฉุกเฉิน

อกจากเรื่องยาคุมฉุกเฉินต้องกินภายในกี่ชั่วโมง  
หรือการเลือกวิธีคุมกำเนิดที่เหมาะสมกับคุณ  
อย่าลังเลที่จะปรึกษาเภสัชกรใกล้บ้าน  
เพราะเรื่อง “ป้องกันก่อน” ย่อมดีกว่า  
“แก้ไขทีหลัง” เสมอ