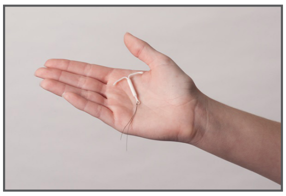
Fact Sheet - Lao

ຫ່ວງ IUD ແບບປ່ອຍຮໍໂມນ (MIRENA®)

The Hormone Releasing IUD (Mirena®)

ຫ່ວງ IUD ແບບປ່ອຍຮໍໂມນ ແມ່ນຫຍັງ?



ຫ່ວງ IUD ແບບປ່ອຍຮໍໂມນ ຊະນິດດຽວທີ່ມີຈຳໜ່າຍຢູ່ໃນອອສເຕຣເລັຍ ເອີ້ນວ່າ Mirena®. ມັນແມ່ນເຄື່ອງປລາສຕິກນ້ອຍໆອັນໜຶ່ງທີ່ມີຮູບຮ່າງຄ້າຍໂຕ 'T' ທີ່ມີຮໍໂມນຊະນິດໜຶ່ງເອີ້ນວ່າ ລີເວີໂນແຈສໂຕຣ ຢູ່ໃນກ້ານຂອງມັນ. ຫ່ວງຈະເອົາໃສ່ໄວ້ມົດລູກເພື່ອປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ຕັ້ງທ້ອງ. ມັນມີສາຍໄນລອນບາງໆຕິດຢູ່ແລະເມື່ອ IUD ຖືກໃສ່ເຂົ້າທີ່ແລ້ວ, ສາຍນັ້ນກໍຈະຍ່ອນອອກມາທາງປາກມົດລູກ (ບ່ອນສຸດຂອງມົດລູກ) ຜ່ານຊ່ອງຄອດ. ຫ່ວງ IUD ແບບປ່ອຍຮໍໂມນຈະຢູ່ໃນທີ່ຂອງມັນໄດ້ຮອດຫ້າປີ.

ຫ່ວງ IUD ແບບປ່ອຍຮໍໂມນ ເຮັດວຽກແບບໃດ?

ຮໍໂມນຈະເຮັດໃຫ້ນ້ຳເມືອກໃນປາກມົດລູກໜາຂຶ້ນ ສະນັ້ນ ຕົວເຊື້ອສະເປີມຈຶ່ງບໍ່ສາມາດເຂົ້າໄປທາງໃນມົດລູກໄດ້ແລະ ນອກນັ້ນມັນຈະເຮັດໃຫ້ຜະໜັງມົດລູກບາງລົງ. ບາງເທື່ອມັນກໍອາດເຮັດໃຫ້ຮວຍໄຂ່ຢຸດປ່ອຍໄຂ່ອອກມາ ເຊັ່ນກັນ.

ມັນໃຊ້ໄດ້ຜົນດີປານໃດ?

ຫ່ວງ IUD ແບບປ່ອຍຮໍໂມນ ແມ່ນວິທີໜຶ່ງທີ່ໄດ້ຜົນດີຫຼາຍໃນການປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ຕັ້ງທ້ອງ (ໄດ້ຜົນ 99.8%). ນີ້ໝາຍຄວາມວ່າ ມີແມ່ຍິງນ້ອຍກວ່າ ໜຶ່ງຄົນໃນຈຳນວນແມ່ຍິງແຕ່ລະຮ້ອຍຄົນທີ່ໃຊ້ວິທີຄຸມກຳເນີດແບບນີ້ ທີ່ຈະຕັ້ງທ້ອງ ໃນປີໜຶ່ງ.

ແມ່ນໃຜໃຊ້ ຫ່ວງ IUD ແບບປ່ອຍຮໍໂມນ ໄດ້?

ແມ່ຍິງສ່ວນໃຫຍ່ສາມາດໃຊ້ IUD ໄດ້, ຮວມທັງແມ່ຍິງທີ່ບໍ່ເຄີຍມີລູກມາກ່ອນ, ແລະແມ່ຍິງທີ່ໃຫ້ລູກກິນນົມແມ່, ແຕ່ວ່າໃຫ້ຖາມທ່ານໝໍເບິ່ງ ວ່າມັນເໝາະສົມກັບທ່ານຫຼືບໍ່. ມັນຈະເປັນການດີເຊັ່ນກັນ ຕໍ່ແມ່ຍິງທີ່ປະຈຳເດືອນມາແຮງ ເພາະວ່າມັນມີແນວໂນ້ມວ່າຈະເຮັດໃຫ້ປະຈຳເດືອນສັ້ນລົງແລະເບົາຂຶ້ນ (ແລະສ່ວນໃຫຍ່ອາດເຮັດໃຫ້ປະຈຳເດືອນຢຸດໄປເລີຍ). ອັນນີ້ຈະບໍ່ເປັນອັນຕະລາຍ ຫຍັງຕໍ່ຮ່າງກາຍຂອງທ່ານ.

ແມ່ນໃຜບໍ່ຄວນໃຊ້ ຫ່ວງ IUD ຊະນິດນີ້?

ທ່ານບໍ່ຄວນໃຊ້ຫ່ວງນີ້ຖ້າທ່ານອາດຈະຕັ້ງທ້ອງແລ້ວ. ມີອາການທາງສຸຂະພາບບາງຢ່າງເຊິ່ງທ່ານມີທີ່ອາດເຮັດໃຫ້ທ່ານໃຊ້ຫ່ວງ IUD ໂປຣແຈສໂຕເຈີນບໍ່ໄດ້. ມັນເປັນສິ່ງສຳຄັນຫຼາຍທີ່ທ່ານຕ້ອງປຶກສາກັບທ່ານໝໍຂອງທ່ານເພື່ອໃຫ້ໝັ້ນໃຈວ່າເປັນການປອດໄພສຳລັບທ່ານທີ່ຈະໃຊ້ຫ່ວງນີ້.

ມີຜົນຂ້າງຄຽງຫຍັງບໍ?

ແມ່ຍິງອາດເປັນເລືອດບໍ່ສະໝ່ຳສະເໝີເປັນກະປິດກະປອຍໃນສາມສີ່ເດືອນທຳອິດຫຼັງຈາກໄດ້ສອດ IUD ແບບປ່ອຍຮໍໂມນນີ້. ຕາມປົກກະຕິ ການເປັນເລືອດແບບນີ້ຈະເຊົາແລະປະຈຳເດືອນກໍຈະສັ້ນລົງແລະເບົາຂຶ້ນແລະສ່ວນຫຼາຍ ປະຈຳເດືອນກໍຈະບໍ່ມາເລີຍ.
ແມ່ຍິງບາງຄົນອາດມີຜົນຂ້າງຄຽງທາງຮໍໂມນ, ເຊັ່ນທ້ອງອືດຫຼືຜິວພັນປ່ຽນແປງ, ແຕ່ວ່າອັນນີ້ບໍ່ຄ່ອຍເກີດຂຶ້ນເພາະວ່າປະລິມານຂອງຮໍໂມນນັ້ນມີນ້ອຍຫຼາຍ.
ມີເປີເຊັນເລັກນ້ອຍວ່າຈະເຮັດໃຫ້ເກີດການຕິດເຊື້ອແຖບກະໂທ້ຍໃນເວລາທີ່ສອດ IUD.
ທ່ານໝໍແລະພະຍາບານຈະອະທິບາຍໃຫ້ທ່ານຟັງກ່ຽວກັບຄວາມສ່ຽງຢ່າງອື່ນໃນການສອດ IUD.

ທ່ານຈະເອົາຫ່ວງ IUD ແບບປ່ອຍຮໍໂມນໄດ້ຢ່າງໃດ?

ທ່ານຕ້ອງໄປຫາທ່ານໝໍຫຼືໄປທີ່ຄລີນິກວາງແຜນຄອບຄົວ. ທ່ານອາດຖືກຂໍໃຫ້ໄປສອງເທື່ອ. ເທື່ອທຳອິດ ທ່ານໝໍຈະຖາມກ່ຽວກັບສຸຂພາບຂອງທ່ານແລະອະທິບາຍໃຫ້ທ່ານຟັງກ່ຽວກັບຫ່ວງ IUD. ທ່ານຈະໄດ້ຮັບການກວດຊ່ອງຄອດ/ກະໂທ້ຍ, ແລະອາດກວດເບິ່ງວ່າມີການຕິດເຊື້ອໃນຊ່ອງຄອດ ຫຼືບໍ່. ຄັ້ງທີສອງເພິ່ນຈະສອດ IUD ໃຫ້. ທ່ານໝໍຫຼືພະຍາບານຈະອະທິບາຍຂັ້ນຕອນການສອດນີ້ແກ່ທ່ານ. ຈະໃຊ້ເວລາປະມານ 10 ນາທີແລະແມ່ຍິງບາງຄົນອາດຮູ້ສຶກບໍ່ສະບາຍໃນຂະນະທີ່ບາງຄົນອາດຮູ້ສຶກເຈັບ. ເປັນການດີທີ່ຈະກິນຢາແກ້ປວດແບບທຳມະດາກ່ອນເຮັດການສອດ. ທ່ານບໍ່ຈຳເປັນຕ້ອງອົດອາຫານກ່ອນເຮັດການສອດ IUD, ຄວາມຈິງແລ້ວແມ່ນເປັນການດີທີ່ຈະກິນກ່ອນໜ້ານັ້ນ. ທ່ານອາດຮູ້ສຶກເປັນວິນໃນລະຫວ່າງທີ່ສອດໃສ່ຫຼືຫຼັງຈາກນັ້ນແລະທ່ານຈະຕ້ອງພັກຜ່ອນລະຍະໜຶ່ງກ່ອນອອກຈາກຄລີນິກ. ທ່ານຄວນກະເວລາໄວ້ປະມານຊົ່ວໂມງໜຶ່ງຢູ່ຄລີນິກ.

ຫ່ວງ IUD ແບບປ່ອຍຮໍໂມນຖືກເອົາອອກແບບໃດ?

ທ່ານຕ້ອງໄປຫາໝໍຫຼືຄລີນິກວາງແຜນຄອບຄົວເພື່ອເອົາອອກ. ທ່ານໝໍຈະໃຊ້ເຄື່ອງມືພິເສດເພື່ອເອົາຫ່ວງ IUD ອອກ ໂດຍດຶງສາຍເຊືອກຄ່ອຍໆ. ອັນນີ້ຈະໃຊ້ເວລາແຕ່ພຽງສອງສາມນາທີ. ແມ່ຍິງບາງຄົນອາດຮູ້ສຶກບໍ່ສະບາຍແຕ່ບາງຄົນກໍບໍ່ຮູ້ສຶກ ຫຍັງເລີຍ.

ພະແນກວາງແຜນຄອບຄົວ ຣັດ NSW ແມ່ນອົງການທີ່ບໍ່ຫວັງຜົນກຳໄລ ໄດ້ຮັບການອຸປະຖຳໂດຍກະຊວງສາທາຣະນະສຸກ ຣັດ NSW.

ຂໍ້ມູນຢູ່ໃນເຈັ້ຍຂໍ້ມູນນີ້ແມ່ນສະໜອງເພື່ອຈຸດປະສົງດ້ານການສຶກສາເທົ່ານັ້ນ. FNPNSW ໄດ້ພະຍາຍາມສຸດຄວາມສາມາດເພື່ອຮັບປະກັນວ່າຂໍ້ມູນນີ້ຖືກຕ້ອງແລະທັນກັບເຫດການ ໃນເວລາພິມ. ທ່ານໃດທີ່ມີຄວາມກັງວົນກ່ຽວກັບການລະບົບສືບພັນ ສ່ວນຕົວຫຼືມີບັນຫາສຸຂະພາບທາງເພດ ເຮົາຂໍແນະນຳໃຫ້ໄປຂໍຄຳປຶກສາແລະຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອຈາກແພດຮັກສາສຸຂະພາບຂອງຕົນຫຼືໄປທີ່ຄລີນິກວາງແຜນຄອບຄົວ.

ທົບທວນ: ມິຖຸນາ 2014 | FPNSW 06/14

family planning nsw
Reproductive & Sexual Health

ສິ່ງທີ່ຄວນຈຳ

ໃຫ້ຄຳເບິ່ງທາງໃນຊ່ອງຄອດດ້ວຍນິ້ວມືເພື່ອກວດເບິ່ງເຊືອກຫູກໆເດືອນ ຫຼັງປະຈຳເດືອນຢຸດ ເພື່ອໃຫ້ໝັ້ນໃຈວ່າ IUD ຍັງຢູ່ຄືເກົ່າ.

ຖ້າທ່ານມີອາການຜິດປົກກະຕິໃດໆ ຮວມທັງມີນ້ຳລິງຂາວອອກຈາກຊ່ອງຄອດ, ເຈັບທ້ອງນ້ອຍຫຼືເຈັບໃນລະຫວ່າງຮ່ວມເພດ, ໃຫ້ໄປຫາໝໍຂອງທ່ານທັນທີ.

ຖ້າທ່ານກັງວົນວ່າທ່ານອາດຕັ້ງທ້ອງແລ້ວ, ໃຫ້ໄປຫາທ່ານໝໍຫຼືຄລີນິກວາງແຜນຄອບຄົວເພື່ອກວດເບິ່ງວ່າໄດ້ຕັ້ງທ້ອງຫຼືບໍ່. ແຕ່ວ່າຂໍໃຫ້ຈຳໄວ້ວ່າ, ປະຈຳເດືອນທ່ານອາດບໍ່ມາເມື່ອທ່ານໃຊ້ IUD ແບບປ່ອຍຮໍໂມນ.

ຖ້າທ່ານ, ຫຼືຄູ່ຄອງຂອງທ່ານ, ເຄີຍມີເຊັກສ໌ແບບຊົ່ວຄັ້ງຊົ່ວຄາວ, ຫຼືວ່າທ່ານໄດ້ຄູ່ນອນຄົນໃໝ່, ຕ້ອງໃຊ້ຖົງອະນາໄມທຸກຄັ້ງ ຈົນກວ່າທັງສອງຄົນໄດ້ຮັບການກວດຫາເຊື້ອກາມະໂຣກ (STIs)ແລ້ວ.

ໃຫ້ຂຽນບັນທຶກວັນທີ່ຕ້ອງປ່ຽນຫ່ວງເພາະວ່າຫ່ວງ IUD ບໍ່ຄວນຖືກປະໄວ້ເກີນກວ່າເວລາທີ່ແນະນຳ.

ຖ້າຕ້ອງການຂໍ້ມູນເພີ້ມເຕີມ

- *ໃຫ້ຕິດຕໍ່ສາຍສົນທະນາຂອງພະແນກວາງແຜນຄອບຄົວແຫ່ງລັດ NSW ທີ່ເລກໂທ 1300 658 886 ຫຼືເຂົ້າໄປເບິ່ງ www.fpnsw.org.au/talkline*
- *NRS (ສຳລັບຄົນພິການຫູ) 133 677*
- *ຫຼືໄປທີ່ຄລີນິກວາງແຜນຄອບຄົວໃກ້ບ້ານທ່ານ*

ພະແນກວາງແຜນຄອບຄົວ ຣັດ NSW ແມ່ນອົງການທີ່ບໍ່ຫວັງຜົນກຳໄລ ໄດ້ຮັບການອຸປະຖຳໂດຍກະຊວງສາທາຣະນະສຸກ ຣັດ NSW.

ຂໍ້ມູນຢູ່ໃນເຈ້ຍຂໍ້ມູນນີ້ແມ່ນສະໜອງເພື່ອຈຸດປະສົງດ້ານການສຶກສາເທົ່ານັ້ນ. FNPNSW ໄດ້ພະຍາຍາມສຸດຄວາມສາມາດເພື່ອຮັບປະກັນວ່າຂໍ້ມູນນີ້ຖືກຕ້ອງແລະທັນກັບເຫດການ ໃນເວລາພິມ. ທານໃດທີ່ມີຄວາມກັງວົນກຽວກັບການລະບົບສືບພັນ ສວນຕົວຫຼືມີບັນຫາສຸຂະພາບທາງເພດ ເຮົາຂໍແນະນຳໃຫ້ໄປຂໍຄຳປຶກສາແລະຂໍຄວາມຊວຍເຫຼືອຈາກແພດຮັກສາສຸຂະພາບຂອງຕົນຫຼືໄປທີ່ຄລີນິກວາງແຜນຄອບຄົວ.

ທົບທວນ: ມິຖຸນາ 2014 | FPNSW 06/14

Fact Sheet - English

THE HORMONE-RELEASING IUD (MIRENA®)

What Is The Hormone-releasing IUD?

The only Hormone-releasing IUD available in Australia is called Mirena®. It is a small plastic device in the shape of a 'T' with a hormone called levonorgestrel in its stem. It is placed inside the uterus to prevent pregnancy. It has a fine nylon string attached and when the IUD is in place, the string comes out through the cervix (the end of the uterus) into the vagina. The Hormone-releasing IUD can stay in place for up to five years.

How Does Hormone-releasing IUD Work?

The hormone makes the mucus in the cervix thicker so that sperm cannot get into the uterus and it also thins the lining of the uterus.. It can also sometimes stop your ovaries from releasing an egg.

How Well Does It Work?

The hormone-releasing IUD is a very effective method of preventing a pregnancy (99.8% effective). This means that fewer than one woman in every hundred using this method of contraception for a year would become pregnant.

Who Can Use Hormone-releasing IUD?

Most women are able to use an IUD, including women who haven't had a baby before, and women who are breastfeeding, but ask your doctor if it is suitable for you. It is also useful for women who have heavy periods because it tends to make periods shorter and lighter (and can often stop periods altogether). This is not harmful in any way to your body.

Who Should Not Use This Type Of IUD?

You should not use it if you could be pregnant. There are some medical conditions that you may have which could prevent you from using the Progestogen IUD. It is very important to talk with your doctor to be sure it is safe for you to use it.

Are there any side effects

Women may have irregular bleeding and spotting in the first few months after the hormone-releasing IUD is inserted. Bleeding usually settles down and periods become shorter and lighter and often women will have no periods at all.

Some women may experience hormonal side effects, such as bloating or skin changes, but this is uncommon because the dose of hormone is so small.

There is a small chance of getting a pelvic infection at the time of the IUD insertion.

The doctor or nurse will tell you about other risks of having the IUD inserted.

How Do You Get The Hormone-releasing IUD?

You need to go to a doctor or Family Planning Clinic. You may be asked to make two visits. On the first visit the doctor asks questions about your health and tells you about the IUD. You will have a vaginal/pelvic examination, and possibly a test for vaginal infection. On the second visit the IUD is inserted. Your doctor or nurse will explain the procedure to you. It takes about 10 minutes and some women may find the experience uncomfortable while others may find it quite painful. It is a good idea to take simple pain tablets before the procedure. You do not have to fast before having the IUD put in, in fact it is a good idea to eat beforehand. You may feel faint during or after the insertion and you will probably need to rest for a while before you leave the clinic. You should allow about an hour to be at the clinic.

Family Planning NSW is a not-for-profit organisation funded by the NSW Ministry of Health

The information in this Fact Sheet has been provided for educational purposes only. FNPNSW has taken every care to ensure that the information is accurate and up-to-date at the time of publication. Individuals concerned about any personal reproductive or sexual health issue are encouraged to seek advice and assistance from their health care provider or visit a Family Planning Clinic.

Reviewed May 2014/FPNSW 05/14

family planning nsw

Reproductive & Sexual Health

How Is The Hormone-releasing IUD Taken Out?

You need to go to a doctor or Family Planning Clinic to have it taken out. The doctor uses a special instrument to remove the IUD by gently pulling on the string. This only takes a couple of minutes. Some women find it a little uncomfortable and some don't feel much at all.

Things To Remember

Feel inside your vagina with your finger to check for the string each month after a period to be sure the IUD is in place.

If you have any unusual symptoms including a discharge from your vagina, pain low in your abdomen or deep pain during intercourse, see your doctor straight away.

If you are concerned that you could be pregnant, see your doctor or clinic for a pregnancy test. But remember, you can miss periods with the hormone-releasing IUD.

If you, or your partner, ever have casual sex, or if you have a new sexual partner, use a condom every time until you both have been checked for sexually transmissible infections (STIs).

Keep a record of the date for replacement because an IUD should not stay in for longer than the recommended time.

For Further Information

- Contact the Family Planning NSW Talkline on 1300 658 886 or go to www.fpnsw.org.au/talkline
- NRS (for deaf) 133 677
- Or visit your nearest Family Planning clinic

Reviewed: June 2014 | FPNSW 06/14

The information in this Factsheet has been provided for educational purposes only. Family Planning NSW has taken every care to ensure that the information is accurate and up-to-date at the time of publication. Individuals concerned about any personal reproductive or sexual health issue are encouraged to seek advice and assistance from their health care provider or visit an Family Planning NSW clinic.