

# 口服避孕藥

## Pil Kontrasepsi Oral

### • 避孕原理：

#### Prinsip kontrasepsi:

主作用是抑制卵巢排卵、其它還有阻礙精卵結合與胚胎著床來達到避孕的效果。

Fungsi utama adalah menghambat terjadinya ovulasi, selain itu juga berfungsi menghalangi pertemuan sel sperma dengan sel telur serta mencegah sel telur yang dibuahi tertanam di dalam rahim, dengan demikian tercapailah tujuan mencegah kehamilan.

### • 避孕效果：

#### Keefektifan kontrasepsi:

完全正確使用，效果為99.7%

Apabila digunakan secara benar, keefektifannya mencapai 99.7%.

1. 一般婦女：月經來潮的第五天開始服用(視品牌不同而不同，有些口服避孕藥是自月經來潮當天就需開始服用)  
Wanita pada umumnya: Mulai minum pada hari kelima menstruasi (berbeda-beda tergantung jenis/merek pil kontrasepsi, aturan pemakaian beberapa pil kontrasepsi ada juga yang harus diminum pada hari pertama menstruasi)
2. 產後婦女：未哺乳母乳者可於產後三週開始服用，最遲不可超過產後28天。  
Wanita pasca melahirkan: Untuk ibu yang tidak menyusui ASI, 3 minggu setelah melahirkan boleh mulai minum, paling lambat tidak boleh melebihi 28 hari setelah melahirkan.
3. 流產或人工流產婦女：於流產或人工流產之後第五天開始服用。  
Wanita yang keguguran spontan atau keguguran artifisial: Mulai minum pada hari kelima setelah keguguran spontan atau keguguran artifisial.
4. 新婚婦女：結婚前一個月之月經來潮第五天開始服用。  
Wanita yang baru menikah: Mulai minum sebulan sebelum menikah pada hari kelima menstruasi.



# 口服避孕藥

## Pil Kontrasepsi Oral

### • 注意事項：

#### Hal yang harus diperhatikan:

1. 口服避孕藥屬於固醇類荷爾蒙，服用之前必須先經醫師診察，處方才可領用。  
Pil kontrasepsi oral mengandung hormon steroid. Sebelum meminumnya anda perlu memeriksa ke dokter, dan pil ini hanya dapat diperoleh berdasarkan resep dokter.
2. 服藥期間應每半年定期請醫師檢查。  
Saat sedang dalam masa meminum pil kontrasepsi, setiap 6 bulan harus periksa ke dokter secara rutin.
3. 有下列情況的婦女絕不可服用：35歲以上的抽菸婦女，心臟病、重度高血壓、重度糖尿病、懷孕中、哺餵母乳、肝病、有凝血疾病、乳癌患者、偏頭痛。  
Bagi wanita yang mempunyai pengalaman berikut tidak diperbolehkan meminum pil kontrasepsi: wanita berusia 35 tahun keatas dan merokok, menderita penyakit jantung, hipertensi berat, diabetes berat, hamil, menyusui ASI, penyakit liver, gangguan pembekuan darah, penderita kanker payudara, migrain.

# 口服避孕藥

## Pil Kontrasepsi Oral

### • 優點：Kelebihan:

1. 正確使用，避孕效果佳  
Jika digunakan secara benar, keefektifan kontrasepsi sangat bagus.
2. 可降低月經量，改善貧血  
Mengurangi jumlah darah menstruasi, memperbaiki anemia
3. 可減輕痛經  
Mengurangi rasa nyeri saat menstruasi
4. 可預防卵巢癌的發生  
Mencegah terjadinya kanker ovarium
5. 某些避孕藥可減輕經前症候群  
Terdapat beberapa macam pil kontrasepsi yang mampu mengurangi sindrom pra menstruasi
6. 某些避孕藥可治療青春痘  
Terdapat beberapa macam pil kontrasepsi yang mampu mengobati jerawat.

### • 缺點：Kekurangan:

1. 需每日服用，不能遺忘，若忘記服用則會影響效果  
Harus diminum setiap hari, tidak boleh lupa. Jika lupa maka akan mempengaruhi hasil keefektifannya.
2. 部分婦女可能會有少許的副作用，例如：噁心、嘔吐、乳房脹痛、頭暈的感覺，但不久就會消失  
Mungkin saja terdapat sedikit efek samping terhadap sebagian wanita, misalnya: rasa mual, muntah, nyeri di payudara, pusing kepala, tapi gejala berikut di atas tidak akan berlangsung lama.
3. 某些避孕藥可能會導致體重增加，心情低落，嗜睡  
Terdapat beberapa macam pil kontrasepsi yang mungkin saja mengakibatkan kenaikan berat badan, depresi, gejala mengantuk.



# 口服避孕藥

## Pil Kontrasepsi Oral

- **單靠口服避孕藥無法預防性傳染疾病及愛滋病，建議搭配保險套使用**

**Dengan hanya mengandalkan pil kontrasepsi oral, tidaklah mampu mencegah penularan penyakit kelamin dan AIDS. Karena itu anda juga disarankan untuk menggunakan kondom.**

- **資料來源：衛生福利部國民健康署  
Disusun oleh: Badan Kesehatan Nasional Kementerian Kesehatan dan Kesejahteraan**
- **感謝台灣婦產科醫學會協助修正  
Terima kasih atas bantuan dari Asosiasi Obstetri dan Ginekologi Taiwan dalam pengoreksian naskah ini.**