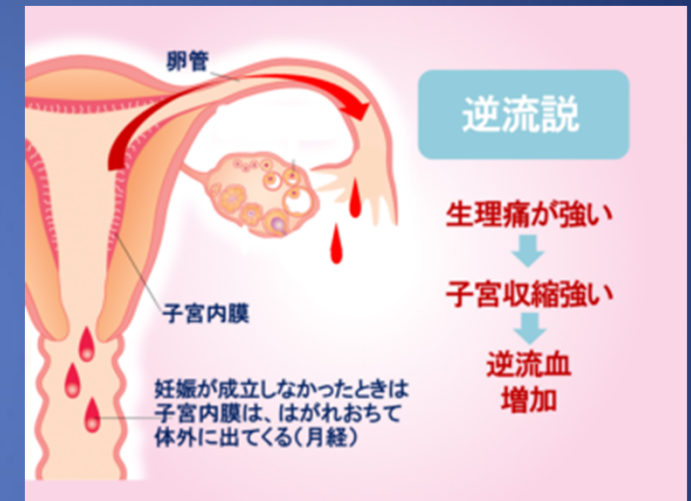


将来の妊娠のための低用量ピル

- 月経痛がある若年女性の7割に
微小内膜症がある。(Janssen EB et al.:Hum R19(5),570)
- 月経は妊娠のためには必要だが、
妊娠を希望しない時期は、**排卵を抑えたり、
月経回数を減らすことが
現代の女性には必要。**





現代女性は月経の回数が多すぎる!!

現代女性は昔に比べ出産回数が減ったために月経の回数が増え、月経のある期間が長くなったため、月経困難症や子宮内膜症などの病気が増えてきたと考えられています。現代女性の場合、月経が順調に来ていても、月経痛などのトラブルがある場合は、毎月の排卵を抑えたり月経回数を減らすなどの治療の検討も必要になります。

昔の女性と現代の女性の
月経期間の比較

昔の女性

20代

30代

40代



生涯の月経回数*

約50回

現代の女性

20代

30代

40代



約450回

月経のある期間

*Short RV: Proc R Soc Lond B Biol Sci. 1976; 195(1118): 3-24. より算出

晩婚化・晩産化

生涯月経回数が増加

授乳期間短縮

少産化

月経困難症

子宮内膜症

痛み・QOL低下
生産性低下

産科合併症

卵巣癌

不妊

外科療法・
薬物療法による
ホルモン抑制

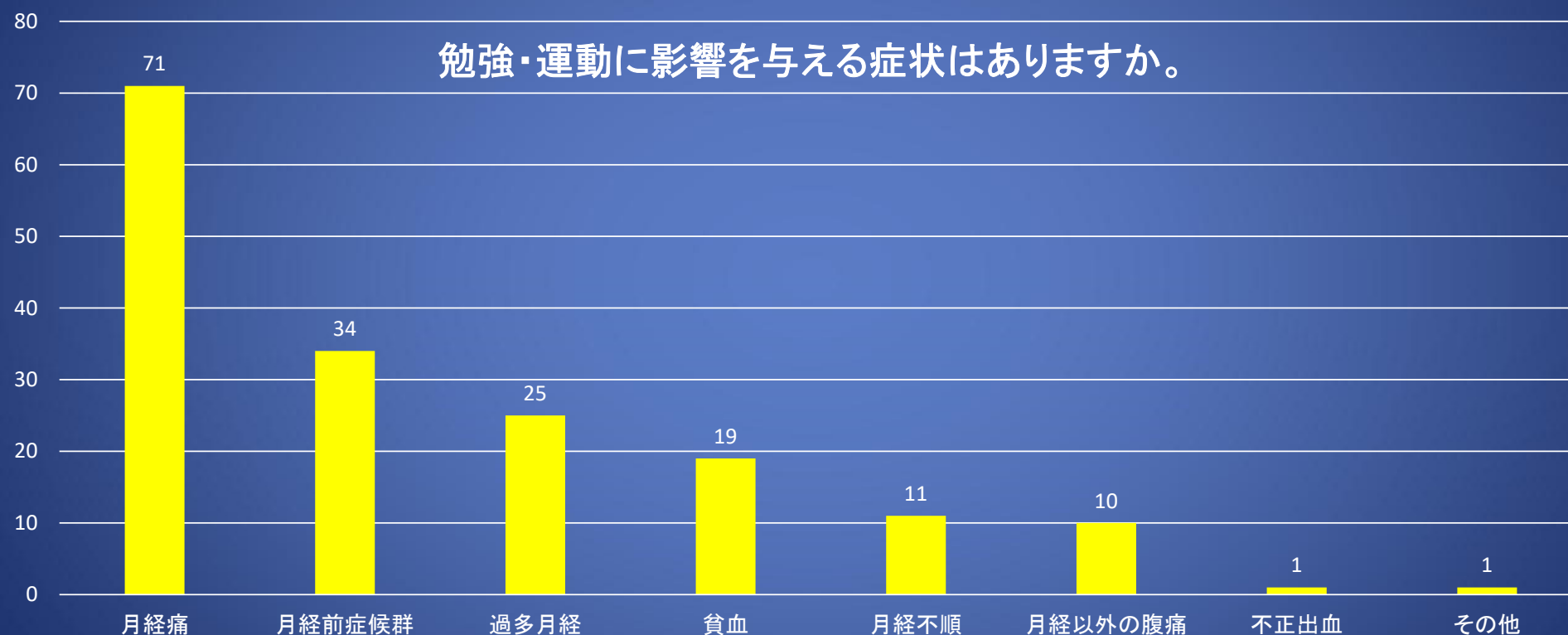
サイトカイン
産生亢進
血管内皮機能の低下

心血管系疾患

非ホジキンリンパ腫
子宮内膜癌
不安障害・うつ

骨粗鬆症

中高生女子の月経が勉強・運動に与える影響



平成28年度 スポーツ長委託事業「子供の体力向上課題対策プロジェクト」
日本子宮内膜症啓発会議により中学校高校女子生徒の女性特有疾患の現状調査

生活改善薬としての低用量ピル

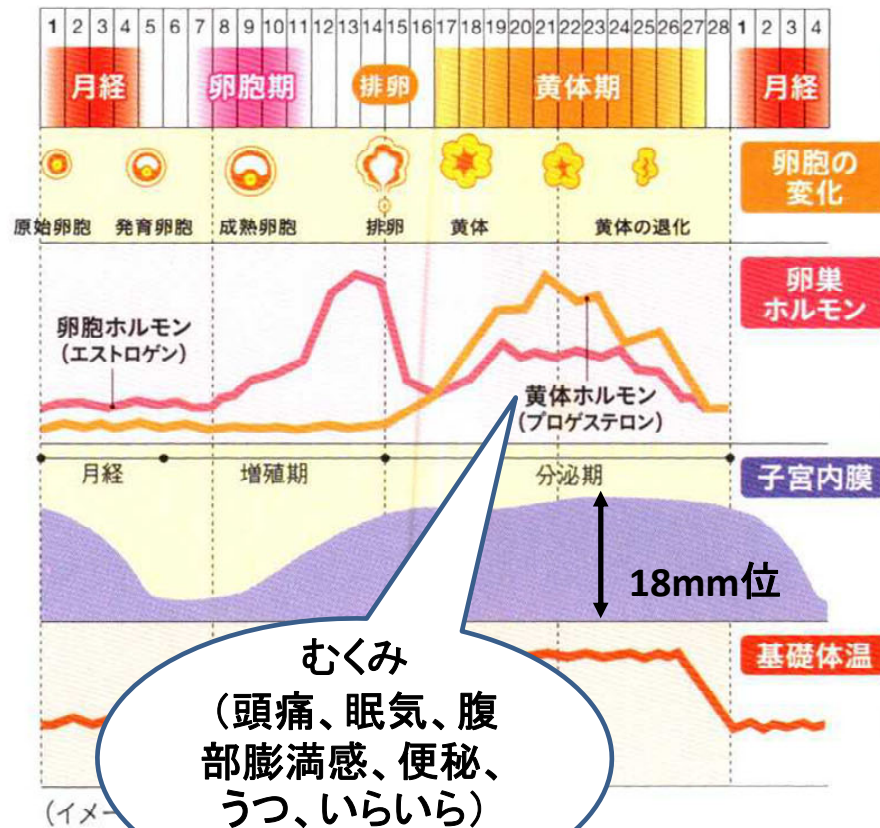
- 低用量ピル内服によって**月経痛の改善**。
- **月経の回数、時期をコントロール**。
- 勉強、スポーツ、仕事など
何事もあきらめない人生のために。
- がんばっている中高生、大学生、社会人
若年女性に伝えたい。



◎EP配合剤の服用による子宮内膜等の変化

EP配合剤 非服用時

個人差がありますが、約1カ月の周期でホルモンが変動し、排卵・月経が起こっています。



むくみ
(頭痛、眠気、腹部膨満感、便秘、うつ、いらいら)
にきび、内膜肥厚

EP配合剤服用時

ホルモンの量・変動が抑えられ排卵を抑制するため子宮内膜が厚くならず出血量が減少します。



②PMS, PMDD

①避妊

③月経量減少

連続投与の説明

- **諸外国**では治療としてピルを使用する場合、**連続で使用**する。
- **連続**で使用するにより、休薬期間の腹痛、腰痛、腹部膨満感頭痛などの**症状が軽減**する。
- 『24日以上内服。3日間出血が続いたら休薬』と書いてあるが、出血を認めても**必ずしも休薬しなくてもいい**。
- 拭くにつく、おりもののシート位、ナプキン1日1,2枚の出血は**出血とカウントしない**。
- 休薬する出血とは、**月経様の出血で、日に日に多くなるもの**。



月経を止めても体に影響ないんですか。

- 内膜は妊娠するときは赤ちゃんのベッドとしてふわふわ。
- 月経はいらないふわふわベッドをはがす現象。
- 低用量ピルの作用は『**排卵を抑えて、内膜を薄くする。**』
- **内膜が薄ければ、内膜をはがす必要はない。**

→不要なものを身体にため込んでいるわけではない。



低用量ピルを開始した方の喜びの声

- こんなに楽になるんだったら、もっと早く始めていればよかった。
- 生理痛で学校を休んだり早退することがなくなりました。
- 試験や試合に生理が当たったらどうしよう。
と心配になったり 休むことがなくなった。
- 高校入試、大学入試を無事乗り切り、
希望の学校に行くことができました！！
- 月経前のイライラがなくなり、自分も楽し、
家族や友達、彼氏など周囲の人とのあつれきがなくなりました。



まとめ

【生活改善薬としての低用量ピル】

- 勉強、部活、仕事。どれも**あきらめない**。
- 女性が**自分の力を発揮**して、自分らしく輝くために、**月経をコントロール**することが必要。



【将来の妊娠を考えた時の低用量ピル】

- **月経痛をがまん**することが、**内膜症や将来の不妊**につながる。

【連続の有用性と説明】

- できるだけ**休薬期間を短く**して、**連続**で飲むことが**生活の質を上げる**ことにつながる。

わたしたちはなんだってできる！！

あたしたちに限界なんかない。

「男の子はこう。」「女の子はこう。」
なんて押しつけはまっぴら。

あたしたちは、なんだってできるんだから。

『わたしは無敵の女の子』より

