



月経の移動について

● 月経の移動

- 試験、旅行、大切な行事などに月経がぶつかりそうな場合、**中用量ピル**を服用して月経開始日を早めたり遅らせたりすることができます。診療は保険適用外です。
- 手術前の1か月間はピルの服用を控えなくてはならない場合があります。月経が手術にぶつからないようにする場合は、その前の月経を移動したほうがよいでしょう。

● **最後の月経が始まった日**： _____ 月 _____ 日

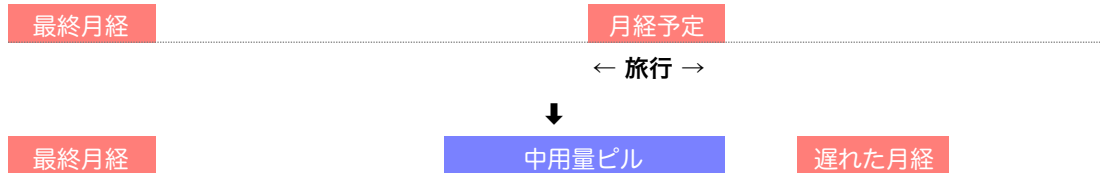
● **次回月経が始まる予定日**： _____ 月 _____ 日頃

● **月経を止めてほしい期間**： _____ 月 _____ 日 ~ _____ 月 _____ 日

ピルを服用する期間： _____ 月 _____ 日 ~ _____ 月 _____ 日

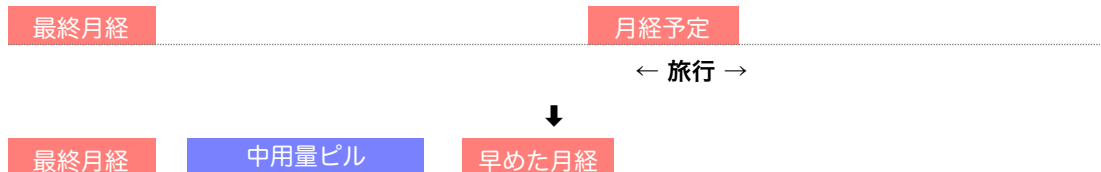
● 月経を遅らせる

- 月経が始まるまで5日以上あれば、ほぼ確実に遅らせることができます。
- 月経開始予定日の1週間前 (遅くとも3日前) から月経を止めたい期間の最終日まで中用量ピルを1日1錠服用します。ピルを終了して2~7日後に月経が開始します。
- 妊娠していても胎児に影響はありませんが、妊娠の可能性があればお勧めしません。



● 月経を早める

- 月経が始まって間もない時期であれば、次回の月経を早めることができます。
- 月経周期の3~7日目から10~14日間、中用量ピルを1日1錠服用します。
- ピルを終了して2~7日後に月経が始まりますが、開始が遅れることもあるため「月経を遅らせる」方法よりも不確実です。



● 低用量ピルを服用している場合

- 1相性のピルであれば、休薬期間なし (1シート28錠の場合は偽薬なし) で次のシートを開始すると、月経を約3週間遅らせることができます。
- 3相性のピルを服用している場合は、個別に調整が必要です。