



避妊について

● 避妊の方法

- 避妊にはさまざまな方法があります。コンドーム以外でよく用いられるのは、低用量ピルと子宮内避妊器具です。人により向き不向きがあります。

	向いている方	正しく使い続けた時の失敗率 (妊娠率)	不適切な時も含めた失敗率 (妊娠率)
コンドーム	誰でも可	2.0%	15.0%
ピル	若年者 妊娠経験のない方 月経痛や周期異常のある方	0.3%	8.0%
子宮内避妊器具	出産経験のある方	0.1~0.6%	0.1~0.8%
女性の避妊手術	帝王切開など産婦人科手術を受ける予定のある方 永久避妊を希望する方	0.5%	0.5%
男性の避妊手術	永久避妊を希望する方	0.1%	0.15%

- どれも100%の避妊効果はありません。妊娠が疑われる場合は受診してください。
- コンドーム以外の方法では、性感染症の予防効果はありません。

● 低用量経口避妊薬 (ピル)

- **エストロゲン** (卵胞ホルモン) と **プロゲステロン** (黄体ホルモン) という2種類のホルモンを含む錠剤です。さまざまな種類があり、いずれも1シート2,100~3,000円です。
- 月経初日~5日目から毎日1錠ずつ服用します。1か月分が1シートになっており、のみ終わる頃に少量の軽い月経が起こります。服用中は排卵が止まり、子宮内膜が着床しづらい状態に変化し、頸管粘液が減少して精子が侵入しづらくなります。のみ忘れさえなければ、避妊効果は99%以上です。
- 中止すると3か月以内に排卵が始まり、元の月経周期に戻ります。
- 避妊以外にも副効用があり、下記の疾患の予防や治療に有効です。

月経困難症・過多月経、子宮内膜症、卵巣がん、良性卵巣腫瘍、子宮体がん、大腸がん、骨粗鬆症、にきび、関節リウマチなど

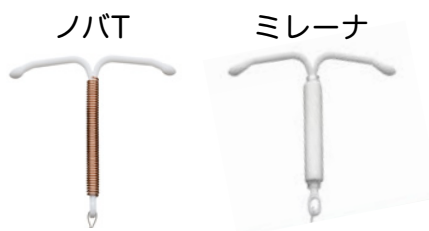
- 血栓症のリスクがあるため、問診票でリスクをチェックし、血圧と体重を測定してから処方します。下記に該当する方にはピルをお勧めできません。

- 分娩後1か月以内または授乳中
- 肥満：BMIが30以上の方
- 喫煙：35歳以上で1日15本以上
- 既往歴：高血圧、片頭痛、乳癌、合併症のある糖尿病、心血管疾患、深部静脈血栓症、虚血性心疾患、脳卒中、心弁膜疾患、肝硬変・肝腫瘍など
- 長期の安静臥床を要する手術を受ける予定のある方

- 服用中は副作用の有無を確認するため、半年に1回は血液検査を行います。

● 子宮内避妊具 (intrauterine device : IUD)

- 子宮内に装着する避妊器具です。排卵は起こりますが、受精卵の子宮内膜への着床を妨げて避妊効果を発揮します。
- 数種類のIUDがあり、通常は銅線が巻き付けられたIUD (ノバT®) を使用します。プロゲステン放出避妊システム (IUS ; ミレーナ®) は避妊効果が高く、過多月経にも有効です。装着時に35,000円 (ミレーナは40,000円)、抜去時に5,000円かかります。
- 通常は月経開始後10日以内に装着します。分娩から2か月以降、中絶・流産手術時にも装着できます。以下に該当する方は使用できません。



- 骨盤内の炎症（感染）があるか、治療から2か月未満
- 大きな子宮筋腫、子宮奇形、頸管無力症、性器悪性腫瘍の疑い
- 出血性素因

- 装着した後は、初回月経後、6か月後、1年後、その後は1年ごとに検診を行います。初回月経までの間に自然脱出することがあります。避妊を確実にするために、装着後1か月間はコンドームを併用してください。
- 抜去困難や感染を防止するために、通常は3～5年ごとに交換します。
- 不正出血、腹痛、過多～過長月経などが持続する場合や、閉経後は抜去します。

● 卵管結紮術

- 卵管を縛って切断する永久避妊法です。卵管は精子と卵子の通り道で、受精する場所でもあります。この通り道を塞ぐことで妊娠を妨げます。
- 再び子供が欲しくなった場合は、卵管再建手術や体外受精が必要になります。したがって、将来的に妊娠を希望する可能性がない場合にしか行いません。
- 帝王切開など手術の際に同時に行った場合の費用は43,500円です。腹腔鏡下手術で行った場合は188,100円かかります。

