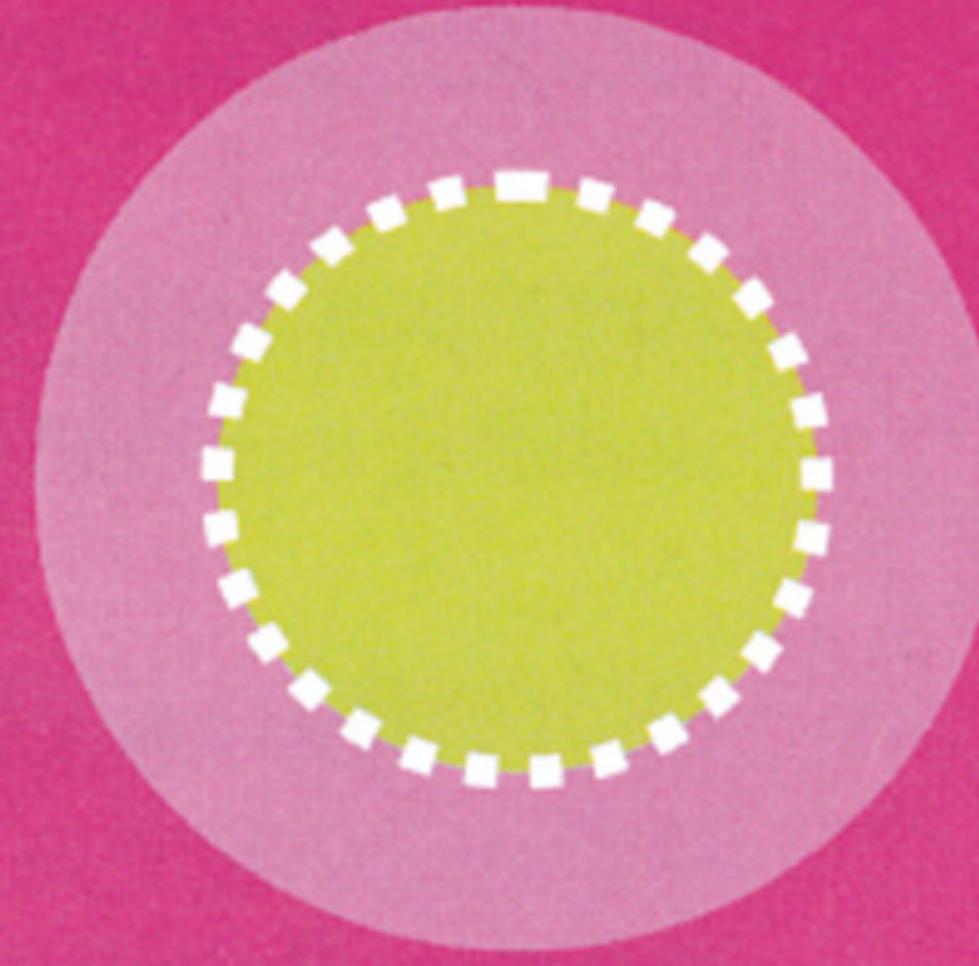
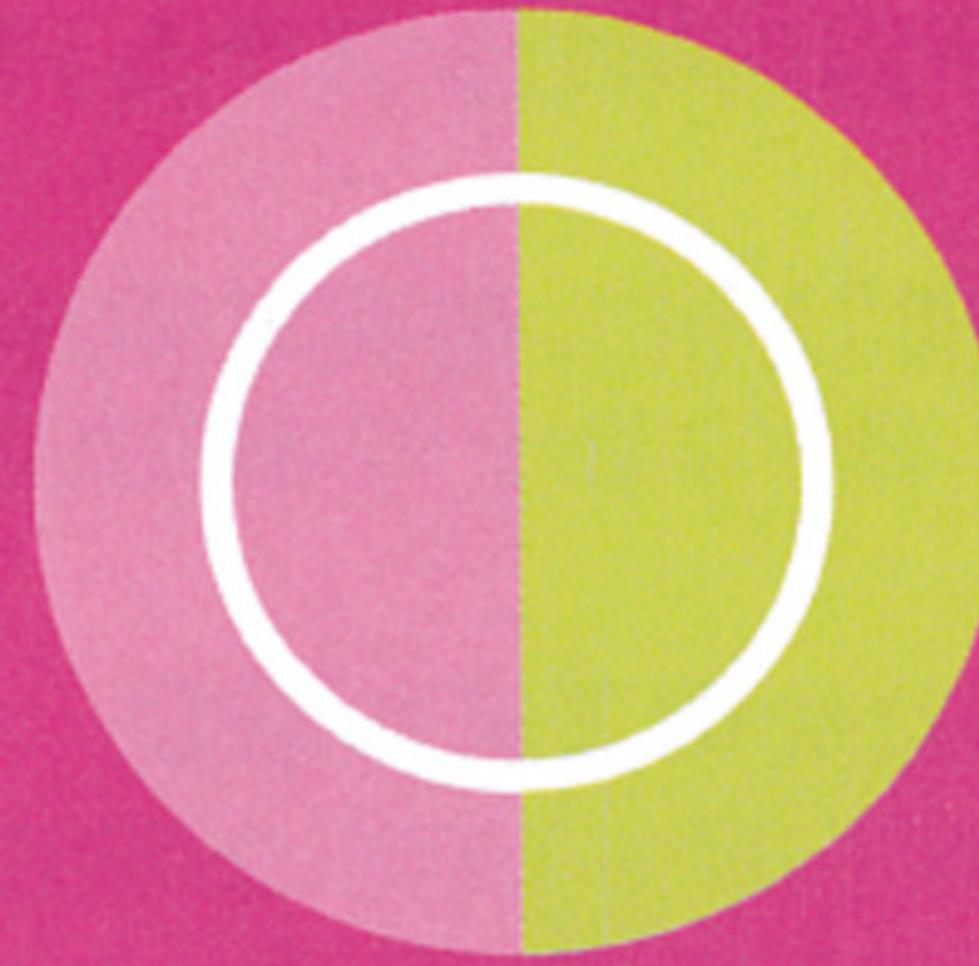
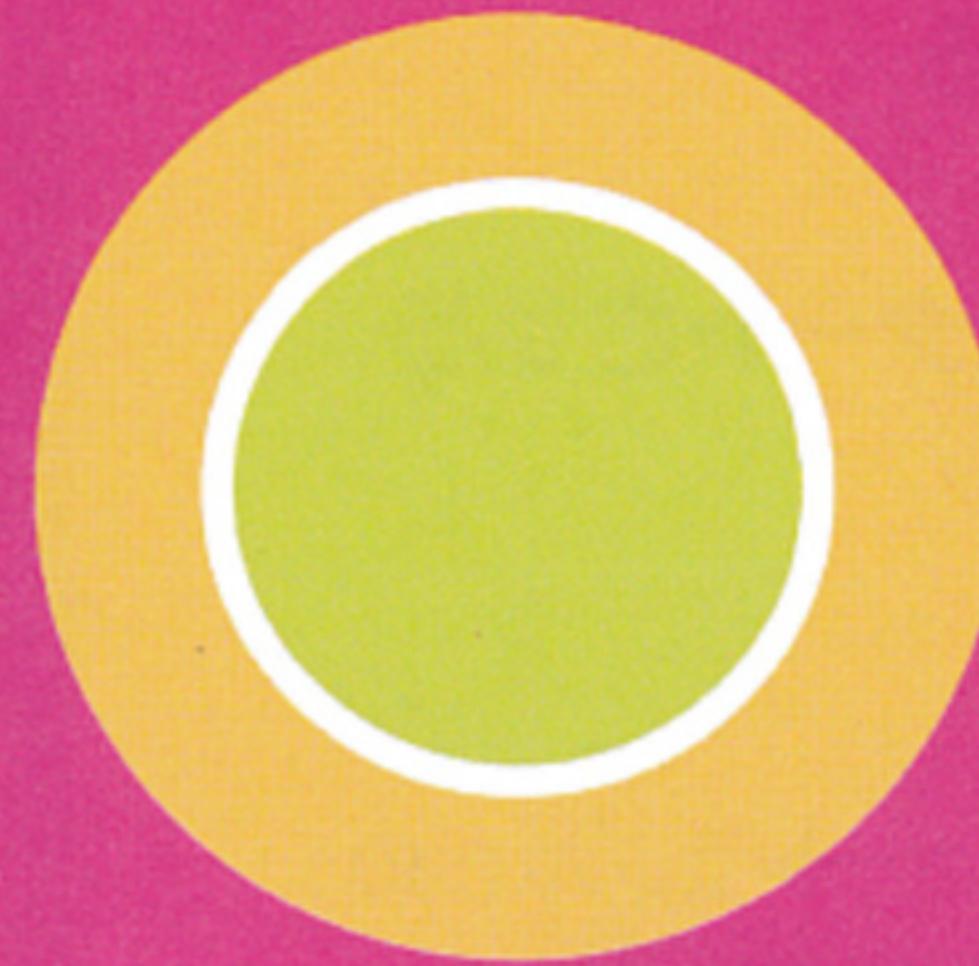
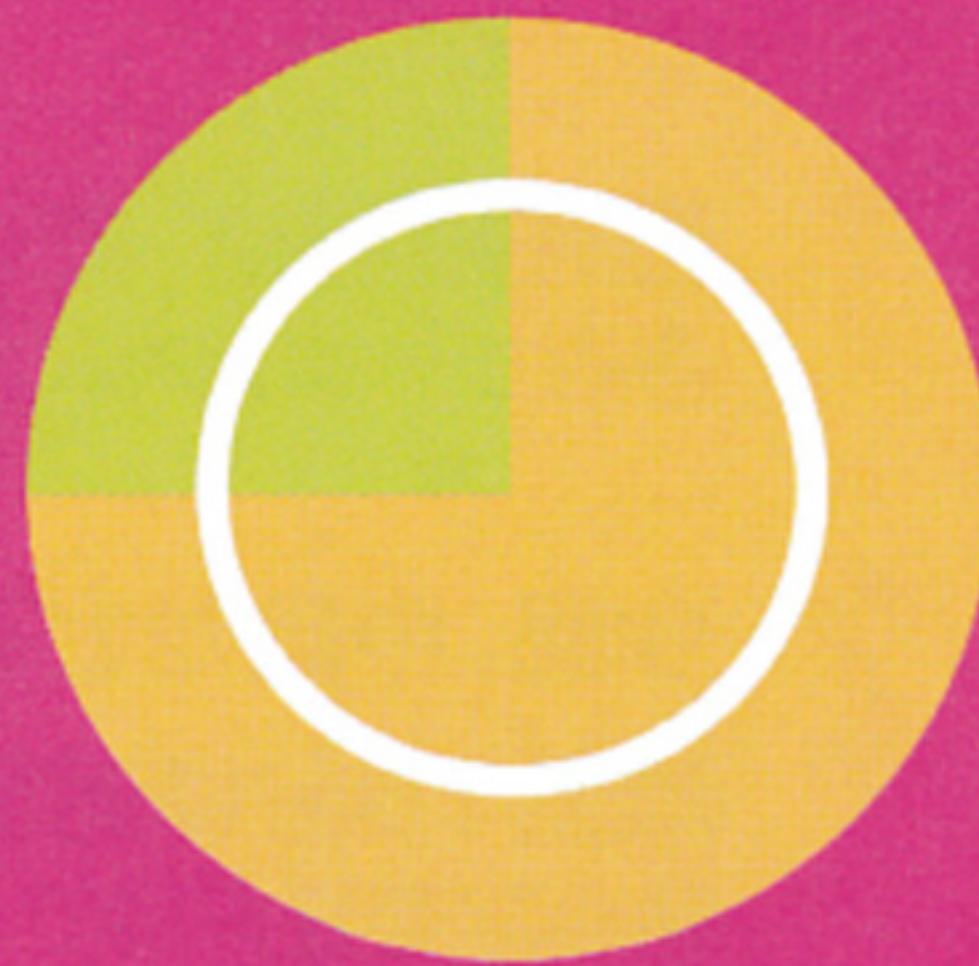
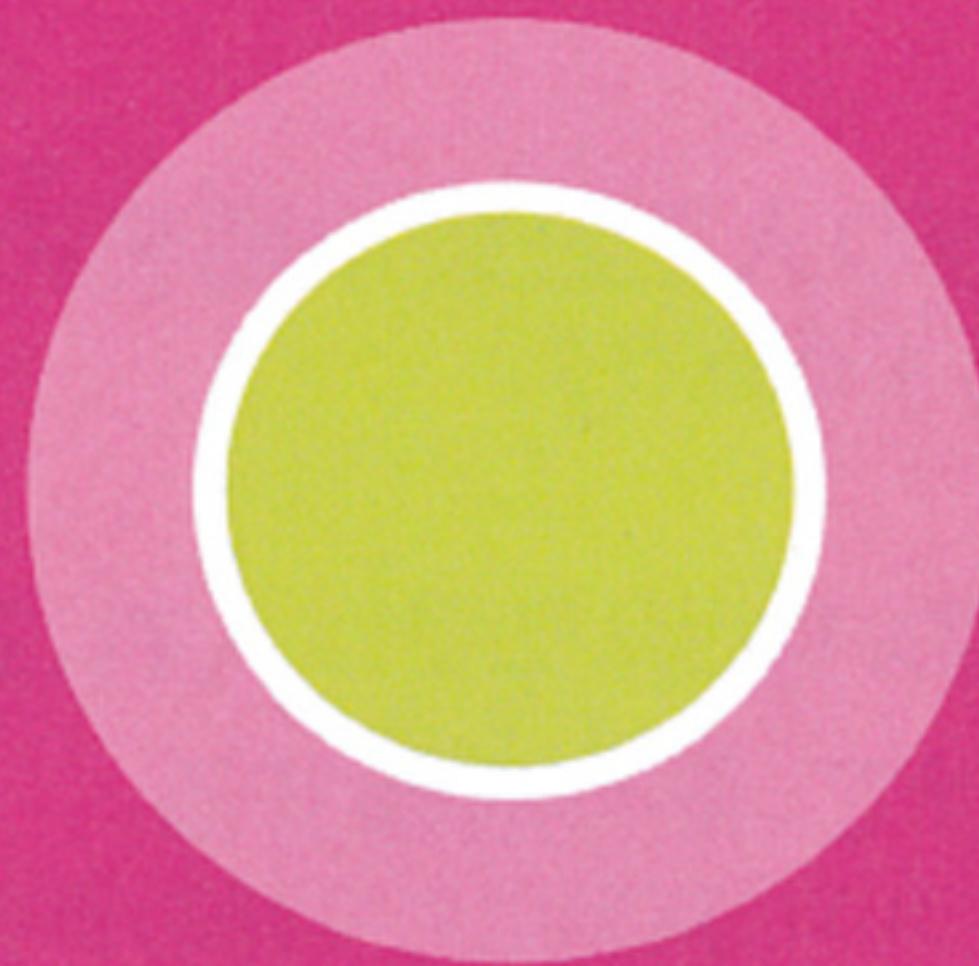
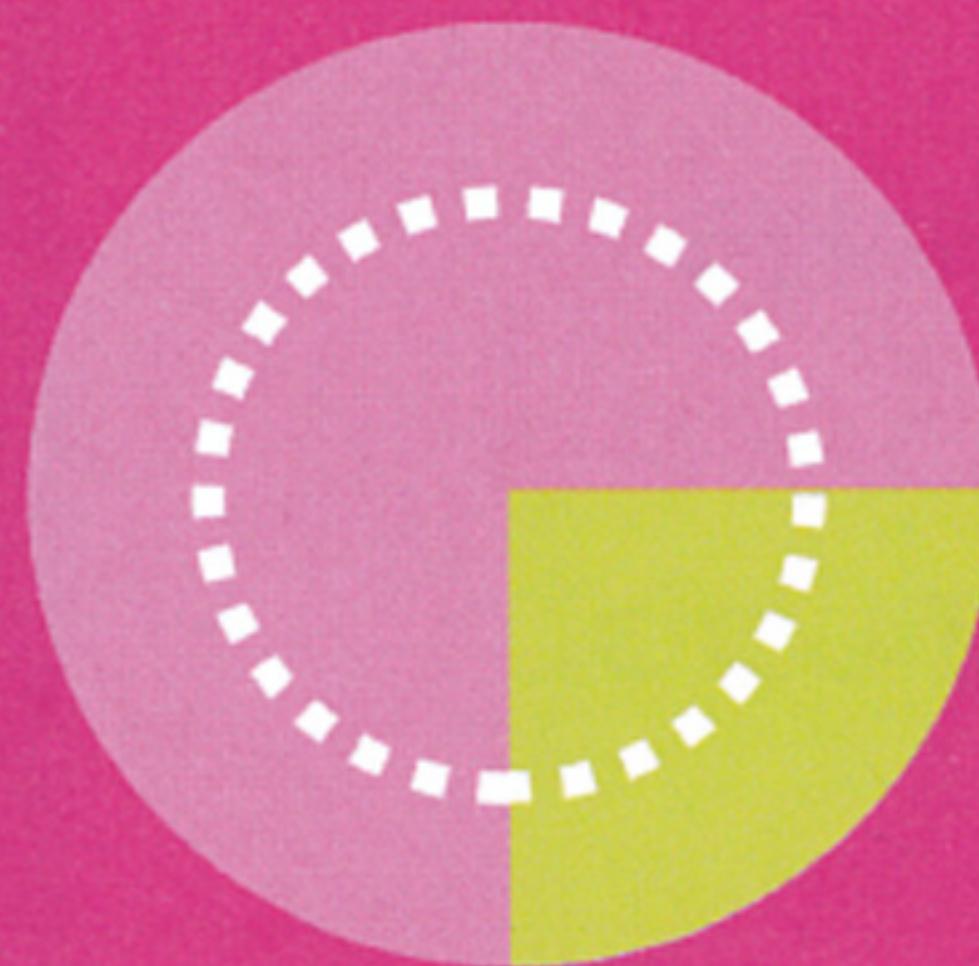
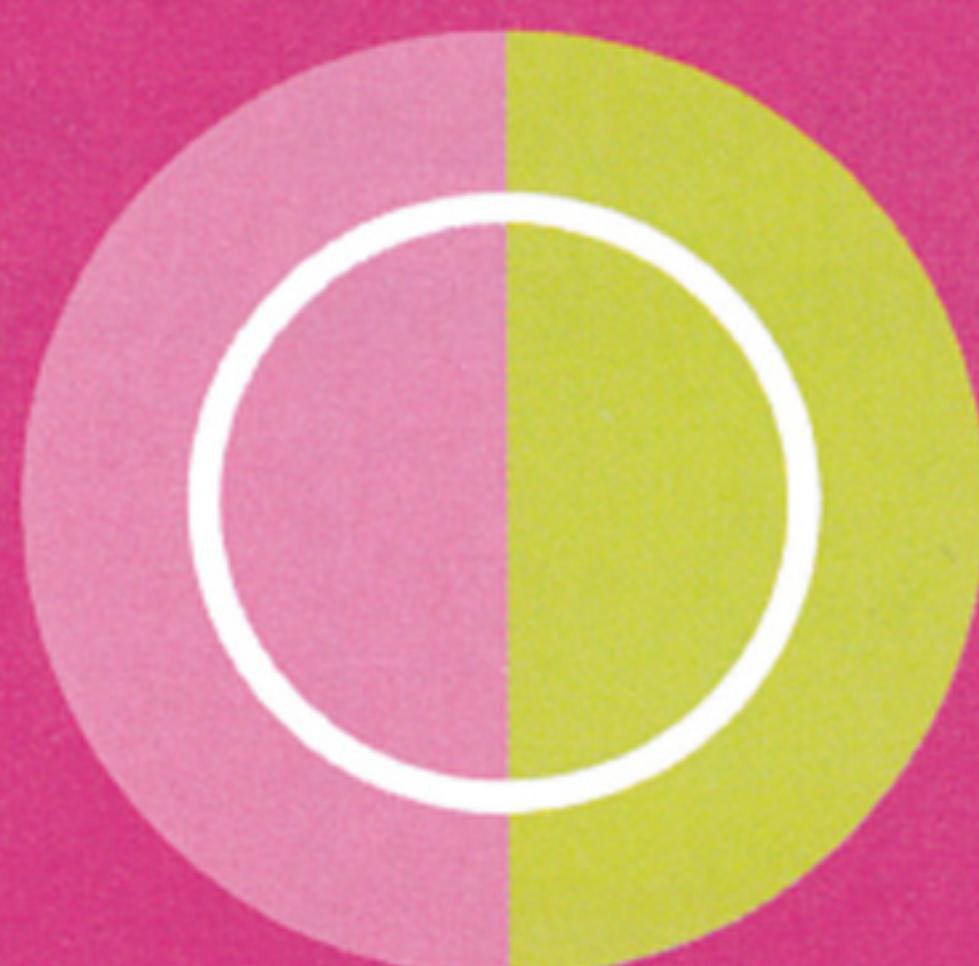
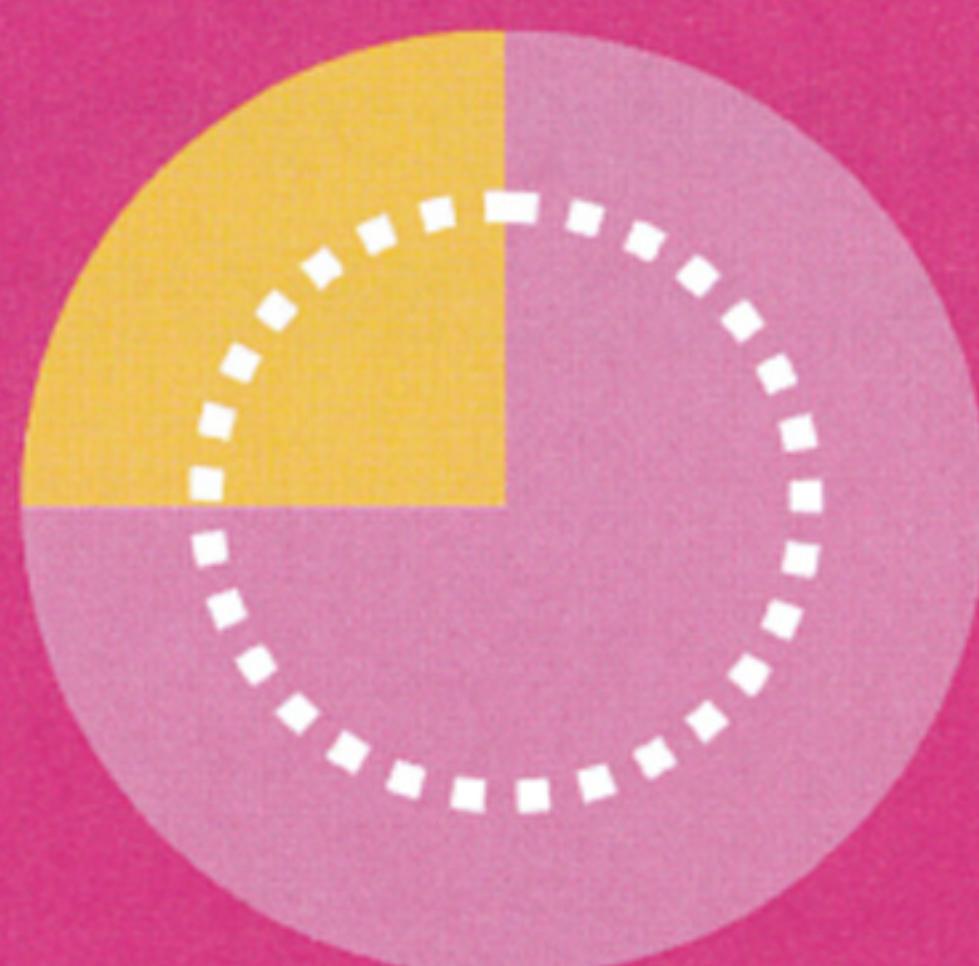
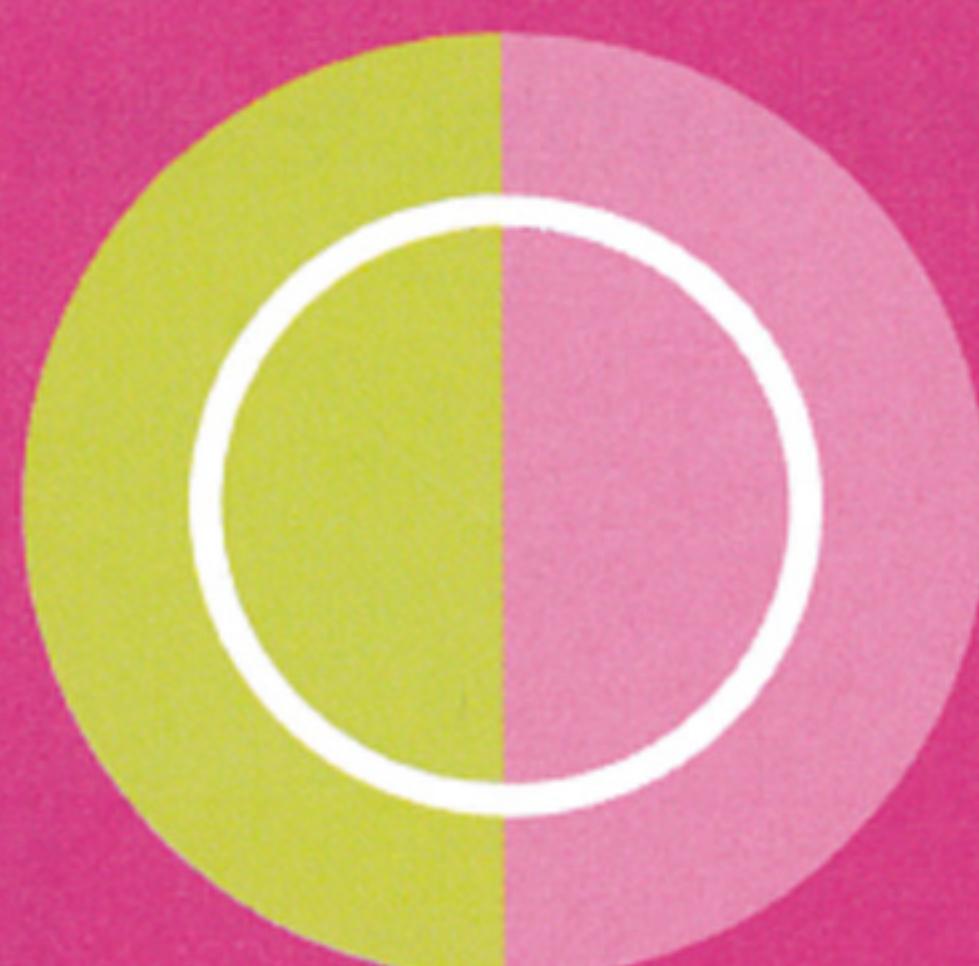


中絶を繰り返さないための 避妊指導の実践書

—確実な避妊のための Q&A —



PROLOGUE

はじめに

2006～2008年度の3年間にわたり、厚生労働科学研究費補助金（子ども家庭総合研究事業）「全国的実態調査に基づいた人工妊娠中絶の減少に向けた包括的研究」の分担研究「反復人工妊娠中絶の防止に関する研究」を行いました。初年度、人工妊娠中絶患者の実態調査を目的に、(社)日本産婦人科医会の定点モニター1,060施設でアンケート調査を行いました（有効回答55.6%）。その結果、反復中絶が36.4%（1,413/3,888例）を占めることがわかりました。2年目以降は、避妊指導に熱心な医師8名と助産師1名により、中絶患者876名に対する避妊指導を通して、中絶をくり返さないための避妊指導のノウハウと、確実な避妊法を継続していくためのコツをまとめ、Q&A形式にし、最後に避妊指導に役立つ資料を付けた冊子を作りました。確実な避妊法を実施していただくために、ぜひご活用ください。

人工妊娠中絶患者への避妊指導

5つのポイント

- 1 避妊指導は、できるかぎり人工妊娠中絶を決めた時に行う**
患者が一番真剣に避妊を考える時です。
- 2 今回、中絶せざるを得ない状況を受け入れ、共感を示しつつ、**
最低15分は時間をかけて、熱く指導する
熱心な避妊指導で、避妊について真剣に考え始めます。
- 3 出産未経験者へはOC、出産経験者へは**
OCまたはIUD/IUS(子宮内避妊システム)を勧める
- 4 中絶手術の当日～1週間以内に、確実な避妊法をスタートさせる**
中絶手術から時間が経つと、確実な避妊への意識が薄れます。
- 5 OCの場合、継続させるための工夫が重要**
手術当日のOC処方、術後検診時の更なる処方、服用当初のマイナートラブルへのきめ細やかな対応や指導が重要です（コメディカルによる指導の充実など）。

こんな質問にどう答えますか？

次に妊娠したら、産んでよいといわれているから

避妊は必要ない

親が
反対するから
OCは使わない

人工妊娠中絶時の 避妊指導の際に OCを勧めるコツ

Q & A

コンドームを
確実にするから、
他は使用したくない

OCは副作用
(太る、がんになるリスクが高いなど)
があるから
いやだ

OCは
お金が高いから
無理

もう彼とは
別れたから
避妊は必要ない

Q1

OCはお金がかかるから無理という女性には?

中絶手術の概算(10~40万円程度)を提示し、1年間にかかるOCの費用(30,000~36,000円)と比較させ、自分の身体への投資を勧める(13頁参照)。また、中絶のデメリットを詳しく説明すると同時に、OCの安全性と身体へのメリットを強調し、OCの導入を勧める。

●コメント例

- OC代月2,500円は高いよね。でも携帯電話代にいくら使っているのかな?
その分を少しOCにまわして、自分の身体を守ろう。

●携帯電話代は親が直接支払っている場合:

月経痛がひどいので、婦人科の先生に勧められた、あるいは月経不順なので勧められたと言ってみたらどうかな。その分、携帯電話代を減らすという約束で親からお金を出してもらようにしては?

彼と折半するという方法をとる人もいるようですが、それは、STD予防のためのコンドームを使わない言い訳になる可能性があるうえ、彼がOC服用に同意しなければならないので、あまりお勧めできません。

OCは(さまざまなもので)無理という女性には?

今回の中絶を正面から受け止めたくないために、「OCは必要ない」と思い込もうとしている言動の1つではないかと思われる。無意識に閉じ込めようとしている後ろめたい気持ちを感じ取ったら、理論的にきちんと説明すると同時に、「今回の中絶という選択は今のあなたにとっては最良の選択であった」と患者の気持ちを受け止め、辛い選択であったことも理解し、OCの服用は中絶を繰り返さないための最良の方法であると話す。ただし、これは相手をよくみてから。あまり言い過ぎると逆効果になるときも…。

●コメント例

●忘れやすくて毎日きちんと飲めないからOCは無理

あなたはご飯を食べるのを忘れる事はある? きっとないでしょう。そのとき一緒に飲めばいいのよ。携帯にアラーム設定をしておくとか。そして何より、もう二度と辛い思いはしたくないでしょう。

[日常的に必ず行うことを例に挙げるとよいでしょう:歯ブラシの横に置いておく、など]

●お腹をこわしやすいので、OCは無理

お腹をこわしやすいといつても、毎日ひどい下痢が続くほどでなければ大丈夫。反対に、OCを飲んでお腹をこわす事はあまり考えられないですよ。

●いろいろな薬を飲んでいるから、OCは無理

OCと飲み合わせのよくない薬は少ないのですが、もし気になることがあれば、医療スタッフに相談してください。

Q2

OCの副作用を気にする女性には？

本人が具体的に心配している項目があれば、それについて正しい情報を伝える。現実的には、副作用は飲み始めの数日間にわずかな吐き気が起こる可能性があるものの、ほとんどの場合は数日間で消失し、トラブルになることはないこと、その他には心配すべき副作用はないことを説明する。

また、OC開始時の不正出血に関しては、中絶手術では術後に出血があるため、気にしなくてもよいことを説明する。

吐き気の副作用を心配する場合は、OCを夕食後に内服するように指導する。あるいは、制吐剤（プリンペラン[®]10mg1錠など）を最初の数日間、1日3回併用する。

●コメント例

- 日本ではOCというと副作用が多いと思われてしまうけど、欧米では多くの女性がOCを服用しているんだよ。たとえば、ドイツでは女性の半数がOCを服用しているんだよ。これだけ大勢の女性が飲んでいるのに、どうして副作用が多いと思うの？
- あなたはOCを飲んでも、まったく心配のない身体ですよ。

上記以外に、実際の数値データを示すことも重要でしょう（14頁参照）。

Q3

薬や器具はいやだという女性には？

薬や器具以外の本人が希望する避妊法を確認する。現実的には、コンドームを使用する以外に方法はない。しかし、コンドームを確実に使用しても失敗率は高い（12頁参照）。今までの避妊方法で失敗して、今回妊娠してしまったことを再検証する。

そして、多くの人がOCまたはIUDを選択しており、決してリスクは高くないこと、OCやIUDを使用したくなった場合には、いつでも開始できることを説明し、避妊についての相談は隨時可能であることを伝える。

●コメント例

- 薬や器具を使いたくないという気持ちはよくわかるよ。でも確実な避妊のためにはOCやIUDは必要なことなんだ。しかも、OCは避妊以外にたくさんのメリットがあるんだよ。
- 一番辛い時期に言いにくいけど、苦しい思いをする中絶をもう受けてほしくないんだよ。だから今、OCによる避妊を選択して欲しいんだ。

●子宮の中に入れるIUDは、恐いから使いたくない

確かに怖い氣がするのはわかります。自分では見えないしね。でも、入れるときはほとんど痛くないですよ。中絶手術時に入れれば痛みはないし、入れてしまえば、まったく違和感ないです。除去するときは少し痛みを感じるかもしないけど、子宮体がん検査の時とほとんど同じ位だと思います。

Q4

彼と別れるから、避妊の必要はないという女性には？

今は彼と別れる辛さで、今後の避妊については考えたくない、との思いがあるかもしない。しかし、必ず次のパートナーができる事、その時にはまた避妊が必要になることを確認する。

そして、「この機会にぜひ、女性主体の避妊法を体験してほしい」と説得する。今回妊娠するにあたり、有効な避妊をしなかったのは男女双方の責任ではあるが、結果として中絶手術を受けるのは女性。だからこそ避妊は女性が自らの身を守るためにしなくてはならない。それでは男性の方がずるい、という思いもあるかも知れないが、現実を考えると女性が自分の身を守るのは絶対に必要。

そのために、彼と別れてしまったとしても、今後のためにOCサイクルでの生活を経験するのは女性にとって有益である。まずは3ヵ月間、OCを服用して生活し、自分がOCを使えるのだ、ということを実感させる。そうすれば、また避妊が必要になつたときに、いつでも気軽にOCを選択することができる。

今後、妊娠の心配がないよう、手術後に避妊を開始することが可能であり、彼との別れをきっかけにOCを服用する人や、IUDを入れる人もいることを説明する。

●コメント例

●「こんな時に避妊の話、特にOCのことなんか聞きたくないかもしれない、でも大事なことだから聞いて欲しい」という態度をまず伝える。

●今はとても辛いと思うけど、あなたみたいにすてきな人には、すぐ彼ができるよ。避妊は彼ができてから考えるのでは遅いですよ。中絶手術を受けるのは女性のあなたなのです。自分を守るためにあなた自身が確実な避妊をしてほしいんだ。

●今後のために、OCサイクルで生活することを経験してください。まずは、3ヵ月間、自分はOCを問題なく使えることを実感してほしい。そうすれば、いつでも確実な避妊法であるOCを選択できるから。月経トラブルにもOCは効果があるんだよ。ほかにもOC服用によって日常生活が快適になることが多いんだ。

●もう二度とセックスしないから避妊は必要ないという女性に：

今は中絶という辛い体験をしたばかりなので、そう思うかもしれないけれど、人を好きになる気持ちは止められないし、そんな人に出会ったらまたセックスしたくなると思うよ。出会ってからOCのことを考え始めたのでは、間に合わないかもしれない。もう二度と辛い思いはさせたくないと私（医師）は思っているよ。

Q5

OCが必要と思われる中学・高校生へは？

中学生であっても避妊の知識、ことにOCの知識は必要である。そして、中学生へはOCを勧めるより、セックスのない男女交際を勧めるのが望ましいと思われる。問題は、中絶を受けた中学生は当然セックスの経験があり、再び妊娠の危険にさらされやすく、中絶を繰り返す可能性があること。パートナーも同年代のことが多く、当然避妊の知識に乏しく、避妊の実行も不十分である。そのため、まずは3ヵ月間のOC服用を勧め、その間に中学生としての男女交際について話し合うことが重要ではないだろうか。

高校生の場合は、その性交経験率の高さなどから、中絶後はOCを勧めることが必要と思われる。中絶を契機として彼と別れるといった場合でも、比較的早期に新しいパートナーができるが多く、中絶後にOC服用を始めるのが望ましい。

中学・高校生のパートナーには、「自分がちゃんと避妊するからピルは飲んで欲しくない」という発言もよくきかれるが、コンドームによる避妊は不確実である（12頁参照）。パートナーにも、OCの避妊効果と安全性、彼女の月経痛改善効果などのメリット（13頁参照）を説明する。

また、本人が望んだセックスではなく、彼に嫌われたくないばかりに避妊をしないセックスに応じて妊娠・中絶に至った場合には、彼と本当にセックスがしたいと思うまでは応じる必要はなく、はっきり「No」と言ってかまわぬことを伝える。

●コメント例

- セックスして、どんなふうに感じた？ 嬉しかった、好きな人と結ばれてよかったです、と思ってる？ セックスすることは妊娠するということだからね。でも中学生（高校生）のあなたが今、妊娠したら困るよね。子育てのことも考えないといけないのよ。（今も彼とセックスしたいなら、確実な避妊をしよう。OCが一番確実で、月経痛を軽くしたり、肌もきれいになったり、試験の時に月経にならないようにできるし、メリットがたくさんあるのよ）
- セックスに応じないからといってあなたから離れるのならば（セックスを強要するのなら）、それだけの相手なのよ。
- 確実な避妊は、不妊手術をしない限り、男性にはできないのよ。あなたはOCで確実な避妊を、彼はコンドームで性感染症予防をしましょうね。

Q6

OC服用を親やパートナーから反対されている女性には?

親にも避妊指導に参加してもらい、今後の避妊の必要性を理解してもらう。一度セックスを知った若者が、セックスなしの付き合いに戻ることが可能かどうか。それを実行できる意志の強いカップルもいるが、それはむしろ特別な関係であり、多くの場合には、お互いが好きであれば、またセックスの関係を持つであろうことは親も理解できるはず。それを前提として、避妊方法を選択させる。確実な避妊は、OCであることを親にも説明し、一緒に考えてもらう。

親が「付き合いをやめなさい」の一点張りの場合には、OCによる避妊を親に知られずに行えることを本人に話す。OCは保険適用外であり、OCをもらいに病院に来ても、親に知られる心配はないこと。そしてOCの購入とコンドームの購入は同じ行為であり、避妊のために必要なもの、という意識で購入すればいいことを説明する。

親が心配するのは、今後また望まない妊娠が起こることだろう。そして親が望んでいるのは、わが子(患者)の幸せである。そのためには、確実な避妊は必須である。でも親はOCの安全性や確実性を知らないために反対している可能性がある。その場合は、「お母さん、ゴメン。お母さんが知っているよりも、もっと安全な方法で避妊をしたいから、私はOCを飲むことにすると」とOCの服用を始めることは、決して親に対する裏切りではないことを理解させる。

「彼がピルに反対」という場合も同様。彼も、パートナーの幸せを願っているはずだが、OCの安全性や確実性を知らないために反対していることが多い。これからも彼と付き合っていくためには、確実な避妊方法を選択する必要がある。

●コメント例

●避妊に失敗して、また辛い思いをするのはあなた自身ですよ。自分の子供が辛い思いをすることを望む親はいないと思うけど、親がOCに反対しているからと、避妊に失敗しても親のせいにできないでしょう。

●親やパートナーに対しては、

1.今の低用量ピル(OC)は以前のピルと比べて格段に安全。あなたのお嬢さんにはまず問題となる副作用は起きない(100%と断言できないが)という説明をしっかりとすること。親年代の多くがOCは副作用が多いとの誤解を持っているので。

2.男性がコンドームを使うか使わないかで、女性の中絶が決まるのはおかしい。避妊はあくまで女性が主体でなければならない。OCは女性が主体であり、しかも最も安全で確実な避妊法なので、是非OCを考えて欲しい。

彼が同席の場合には「どんな時も、最初から最後までちゃんとコンドームを着ける自信が本当にあるの? 安全日なんて考えたらだめなんだからね」と話すと、ほとんど「自信はありません」との返答がある。「だからOCなんだよ。でもOCでは性感染症(STD)は予防できないことも覚えておいてね」と付け加える。もし「自信がある」と返答した場合は、各種避妊法のパール指数(12頁参照)を示し、確実にコンドームを使用しても失敗率が高いことを説明する。

●OCを服用することを親やパートナーにあえて言う必要はないですよ。あなた自身が決めることですから。

Q7

コンドーム信奉者には?

性感染症(STD)の予防には、あくまでコンドームが必要だが、コンドームの最大の問題点は、避妊が不確実であること(12頁参照)。さらに、その場の雰囲気でコンドームを使うかどうかに左右されてしまうことだ。

OCやIUDの利点は、セックスのその場での不確実性がないことである。また、避妊効果もコンドームの比ではない。

もし、OCやIUDを使うことで、彼がコンドームを使ってくれない、との不安があるのなら、彼にはOCやIUDのことを言わなくてもいいことを説明する。

最終的に妊娠をするのは女性であり、中絶手術を受けるのも女性であるから、避妊は女性が主体になって行なうことが望ましい。OCやIUDは、個人情報であり、彼にも秘密にして構わないものである。

●コメント例

- 避妊はOCが一番です。コンドームは確実に避妊できる方法ではありません。確実に使った時でも失敗率は2%、普通に使用していると失敗率は15%、6人に1人と高率なのですよ。
- 私(医師)たちの調査でも、中絶手術を受けた人の4人に1人はコンドームを使用していたという結果がでています。
- 男性が使用するコンドームによって避妊が左右されてしまうのはおかしいと思いませんか? 避妊はあなた(女性)が主体であって欲しいですね。
- 「月経トラブル解消のためにもOCを飲んでみたい」と彼に話してみてはどうですか?
- 性感染症は彼がコンドームで、避妊はあなたがOCで、今後は2人で安全なセックスをしてほしいですね。

彼に対しては、「彼女の月経を軽くできるOCを反対するようでは、彼になる資格はないよ」などの言葉も有効。性教育の中でも、男性が女性の月経を理解することを強調している。



Q8

腔外射精を選択する人には?

腔外射精は極めて不確実な方法であり、妊娠したら子どもを産もうと思っている人が選択する方法であることを説明する。

腔外射精を選択する人は、費用が問題なら、OCもIUDも、低コストであることを理解させる。実は、腔外射精の方が結果的には費用はかかるのである（13頁参照）。身体に有害ではないか、との心配をしている場合には、OCもIUDも、身体に害はないこと、何より望まない妊娠・中絶の方がはるかに身体に負担がかかることを理解させる。「何となく身体に悪そう」というイメージだけで、望まない妊娠の危険に身をさらすことの方が、避けるべきことである。

●コメント例

- 「腔外射精は避妊とはいえないよ」という一言が大切

Q9

次回は妊娠継続・出産するという女性には?

現段階で妊娠すべきではなく、3ヵ月間は避妊の必要がある。その間にも妊娠する可能性はあるので、少なくとも今回の中絶後、精神的・身体的に落ち着くまでは確実な避妊をする必要がある。3ヵ月間は安全かつ有効な方法であるOCを使用する。また、中絶後不妊症になるのでは、という不安を取り除くことも大切である。

●コメント例

- 今回なぜ、中絶を選択したのか思い出してみて。その理由がこの数ヵ月で解決できるのですか？
- 10代で出産すること、それは罪でも何でもない、でも育てられないことは罪だと思うよ。次回は本当に育てられる自信はあるの？
- 身体も心も落ち着くまで、確実な避妊をしましょう。避妊しないと、1年以内に85%の人が再妊娠する可能性があるんですよ。
- かつては、中絶後に不妊症になる女性も多かったが、現在はそんなことはない。むしろあなたは今回不妊症ではないことを証明されたんだ。だから、ちゃんとした避妊を実行しなければ、それこそ、すぐにでも妊娠するよ。
- 彼との将来設計を考えてお互い納得した上で、次回は出産するつもりなのかな？もし、彼との話し合いがまだなら、話し合ってほしいな。少なくとも、あなたの身体のためには、すぐに妊娠するのは良くないから、3ヵ月間はOCを飲んでみよう。OCを飲んでから、2人の将来を考えても遅くはないでしょう。

再受診
させるためには

その他の 対処法

避妊継続
のコツは

Q10

OC継続のために確実に再受診させるには？

術後、なるべく早期に受診させることが有効と思われる。具体的には、まだ術後の出血や腹痛が多少なりとも持続している時期として、術後1週間以内が望ましい。手術日にOCの1シート目の処方、術後1週間目に2シート目の処方をするなどの工夫が有効。

コミュニケーションの中で、自分の身体を大切にすること、そのためのサポートを提供することは産婦人科医の役割であること、さらにいつでも安心して相談できることを伝える。

●ひとこと

OCの必要性をいかに認識させるかにかかっていると思われるが、以下のようないくつかの工夫も必要かもしれない。

1. マイナートラブルへのきめ細やかな対応。
2. OC専用の受診カードなどを作成し、受診忘れを予防する。
3. OC服用によって得られたメリットを強調する
(月経痛が軽くなって良かったね。月経の日がわかって楽だよね。
肌がきれいになったでしょう。)

Q11

より効果的な避妊継続のための受診間隔は？

OCを長期服用している方をみると、毎月受診の人もいれば、半年分まとめて、まれには1年分まとめての人もいます。その女性の状況や、地域の交通事情にもよるのと、一概に決めるることは困難だと思います。月経トラブルなどが全くなくても、その女性の職業や趣味、日常生活などの話からOC服用のメリットを探ることが重要。

COLUMN

人工妊娠中絶をした知的障害者へは？誰に何を話すか？

本人の理解度を確認し、その範囲内で避妊について説明する。本人との意思疎通が可能であれば、本人にも「IUDが必要であり、中絶手術の際に挿入するので心配ない」旨を説明する。自分で避妊のことを考えられない人には、保護者あるいは施設の職員など、意思決定ができる人に話をして、できる限りIUDを入れるように指導する。

中絶手術中に、全身麻酔下で挿入してしまうので、本人が何もしなくても避妊ができる、という利点がある。これは知的障害者の、反復中絶を避けるためには有効かつ必要なことと思われる。

DATA

各種避妊法の避妊効果の比較

(Trussel J, et al: Contraceptive Technology. 2004.)

ピル (OC)	0.3~8人
不妊手術 (男性)	0.1人
不妊手術 (女性)	0.5人
子宮内避妊用具:IUD(銅付加タイプIUD) . . .	0.6~2(0.6-0.8)人
子宮内避妊システム (IUS)	0.1~0.2人
コンドーム	2~15人
リズム法	1~25人
殺精子剤	6~26人
避妊しなかった場合	85人

100人の女性が使用開始1年間で何人避妊に失敗(妊娠)するか=パール指数

日本で承認されていない黄体ホルモン単剤のピル(ミニピル)を含むため高い数値になっている。1999年の日本の治験データでは、0.2~0.5程度。

中絶に至った人は、避妊をしていたのでしょうか?

本調査(2007~2008年度)によると、今回中絶に至った妊娠は、

- 避妊なし 52.0%
- 腔外射精 19.8%
- コンドーム 26.2%

と、全体の98.0%が避妊をしていないか、不確実な方法を行っていました。

コンドームはとかく不確実になりやすいのですが、「確実に使用していた」にもかかわらず妊娠し、中絶に至った症例は全体の約6%を占めました。

データ

中絶時の避妊の有無と方法一年齢階層別一覧

(2007~2008年度、876名の中絶患者への調査より)

年齢 人数 避妊法	14~19歳 133名	20~24歳 249名	25~29歳 191名	30~34歳 145名	35~39歳 108名	40~47歳 50名	全年齢 876名
避妊無し	51.9%	51.0%	51.8%	55.2%	50.5%	52.0%	52.0%
腔外射精	14.3%	21.1%	20.9%	20.7%	23.9%	12.0%	19.8%
コンドーム(総数)	32.3%	25.9%	25.7%	20.0%	23.9%	36.0%	26.2%
内 訳	確 実	5.3%	6.4%	5.2%	4.8%	6.4%	6.0%
	不 測	3.0%	5.2%	2.1%	0%	1.8%	2.0%
	途 中	9.0%	4.8%	7.9%	11.7%	9.2%	16.0%
	不確実	15.0%	9.6%	10.5%	3.4%	6.4%	12.0%
OC	0%	0.4%	0%	0.7%	0%	0%	0.2%
IUD	0%	0%	0%	0.7%	0.9%	0%	0.2%
その他	1.5%	1.6%	1.6%	2.8%	0.9%	0%	1.6%
合計	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

【コンドームの内訳について】 確実… 性行為の最初から最後まで装着していた場合 不測… 破裂・脱落など不測の事態が起きた場合
途中… 性行為の途中から装着した場合 不確実…コンドームを使用したりしなかったり、使用の有無を忘れた場合

12

DATA

OCを避妊法として患者に勧める場合は、避妊以外の副効用を強調しましょう。

OC服用によるメリット(下記の頻度が下がります)

出典:低用量経口避妊薬の使用に関するガイドライン
日本産科婦人科学会2006

月経困難症

過多月経

子宮内膜症

貧血

良性乳房疾患

子宮外妊娠

機能性卵巣嚢胞

良性卵巣腫瘍

子宮体がん

卵巣がん

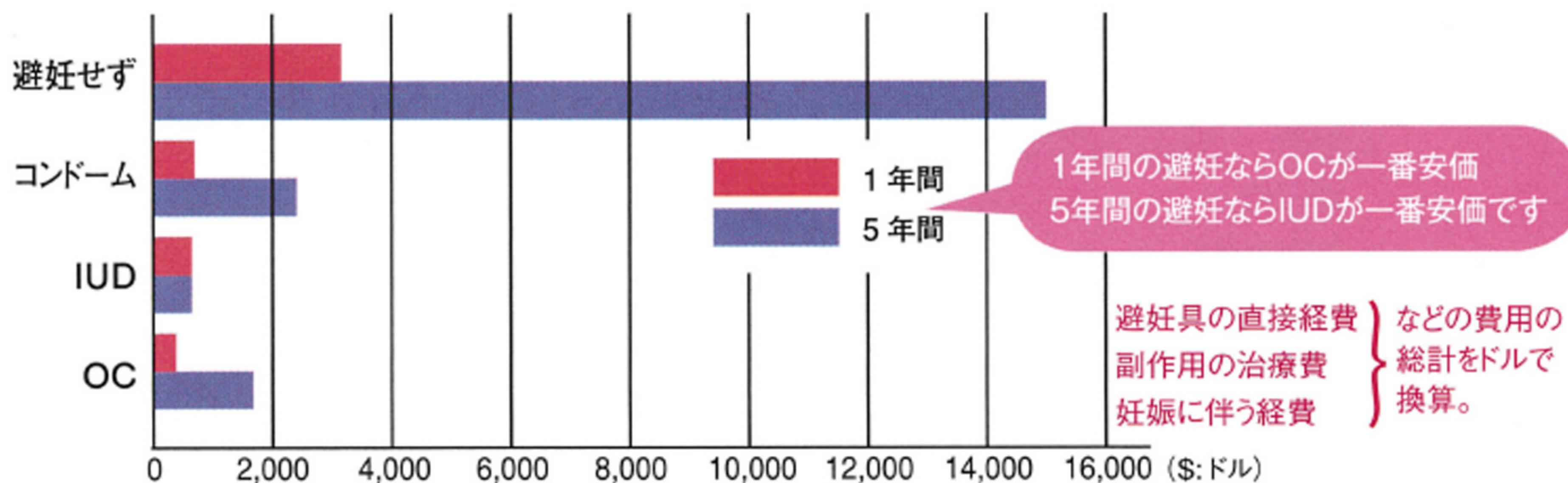
大腸がん

骨粗鬆症

尋常性ざ瘡(にきび)

関節リウマチ

各種避妊法の経費の比較(\$) (Trussel J, et al: Am J Public Health. 1995.)



13

IUDまたはIUSとOCの使い分け

	IUDまたはIUS(子宮内避妊システム)	OC(低用量経口避妊薬)
適した女性	出産経験のある女性 子供を生み終えた女性	出産経験の有無に関係なく、 比較的若い女性 避妊以外の副効用を望む女性
避妊期間	1度挿入してしまえば、 2~5年にわたり効果がある	毎日、正しく服用している間は 期限なく効果がある
メリット	長期の避妊が可能 授乳中でも使用可能 毎日、避妊で煩わされない IUSでは、経血量の減少、月経痛の緩和	経血量の減少、月経痛の緩和、月経周期が規則的、子宮内膜症の予防、ニキビが軽快、など
デメリット	IUDでは、経血量が増えることがある	服用初期に吐き気や頭痛などの マイナートラブルの可能性がある 授乳中は使用を控える

OCの副作用について

●体重増加について (日本の治験データ, 1999)

体重増加は起こりにくいといわれていますが、1kg程度の増加が0.8~2.2%の人々に見られるようです。(98~99%には体重増加なし)

●がんの増加について (英国の大規模調査データ, 2007)

がん全体からみるとOC非服用者に比較して、約12%減少しています。

乳がん	0.98倍
子宮体がん	0.58倍
卵巣がん	0.54倍
大腸・小腸がん	0.72倍
子宮頸がん(浸潤性)	1.33倍

— OC服用中止後も
予防効果が期待できます
— 定期的ながん検診で予防可能です

確実な避妊法でも、患者によっては使用することが不適切な場合があります。
避妊指導時に適切な判断が必要となります。以下を参考にしてください。

OCの適さない女性

●乳がん患者

●血栓症関連 ①動脈血栓症またはその既往

(心筋梗塞・狭心症、動脈系の心血管疾患のリスクのあるもの、脳卒中、深部静脈血栓症、肺塞栓症、抗リン脂質抗体症候群など)

②長期安静臥床が必要な手術患者 (大手術前4週間、後2週間)

●35歳以上の喫煙者 (15本以上は禁忌)

●高血圧 (収縮期高血圧160≤、または拡張期血圧100≤は禁忌)

●肝酵素に影響を及ぼす薬剤 (抗生素、抗痙攣剤) 服用

●肝硬変 (非代償性では禁忌)

●DM (血管障害合併は禁忌)

●片頭痛 (35歳以上は適さない、年齢に拘わらず巣症状あれば禁忌)

●分娩後6ヶ月までの授乳婦

(授乳にかかわらず21日以内の褥婦、産褥6週間以内の授乳婦は禁忌)

●思春期前の女性、妊婦

IUDまたはIUSの適さない女性

●妊娠または妊娠の恐れ

●活動性の子宮頸管または子宮内膜の感染

●子宮奇形

●子宮粘膜下筋腫 (IUD脱出の頻度↑)

厚生労働科学研究費補助金（子ども家庭総合研究事業）
「全国的実態調査に基づいた人工妊娠中絶の減少に向けた包括的研究」
「反復人工妊娠中絶の防止に関する研究」
(平成18~20年度)

研究分担者および研究協力者

◎安達 知子	母子愛育会愛育病院 産婦人科部長 [東京]
北村 邦夫	日本家族計画協会クリニック 所長 [東京]
新野 由子	医療経済研究・社会保険福祉協会 医療経済研究機構 研究部副部長 [東京]
中村 好一	自治医科大学医学部公衆衛生学 教授 [栃木]
渡辺 晃紀	自治医科大学医学部公衆衛生学 助教 [栃木]
古賀 詔子	日本産婦人科医会女性保健部会、婦人科クリニック 古賀 院長 [宮城]
野口 まゆみ	日本産婦人科医会女性保健部会、西口クリニック 婦人科 院長 [福島]
蓮尾 豊	弘前女性クリニック 院長 [青森]
木内 敦夫	きうち産婦人科医院 理事長 [栃木]
小川 麻子	ごきそレディスクリニック 院長 [愛知]
谷口 武	谷口病院 院長 [大阪]
金子 法子	針間産婦人科 理事長 [山口]
貞永 明美	貞永産婦人科医院 院長 [大分]
土井 智恵子	高石市立母子健康センター 助産師 [大阪]
佐藤 佑季	母子愛育会愛育病院 [東京]