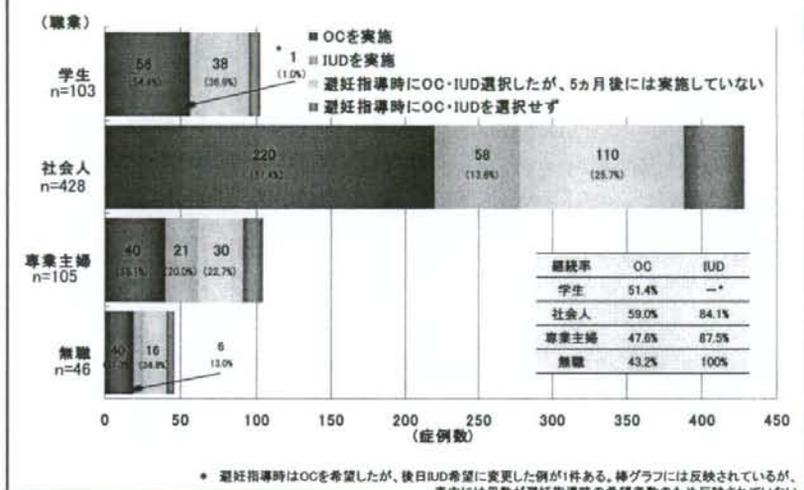


### 図5. 職業別OC・IUD継続率

—5か月後の追跡調査で避妊状況の確認がとれた696例—



### 図6. 結婚歴別OC・IUD継続率

—5か月後の追跡調査で避妊状況の確認がとれた696例—

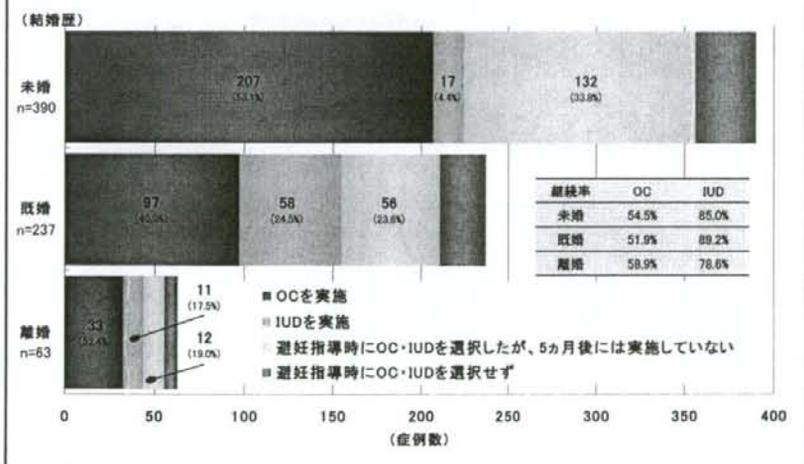


図7. 妊娠回数別OC・IUD継続率  
—5か月後の追跡調査で避妊状況の確認がとれた696例—

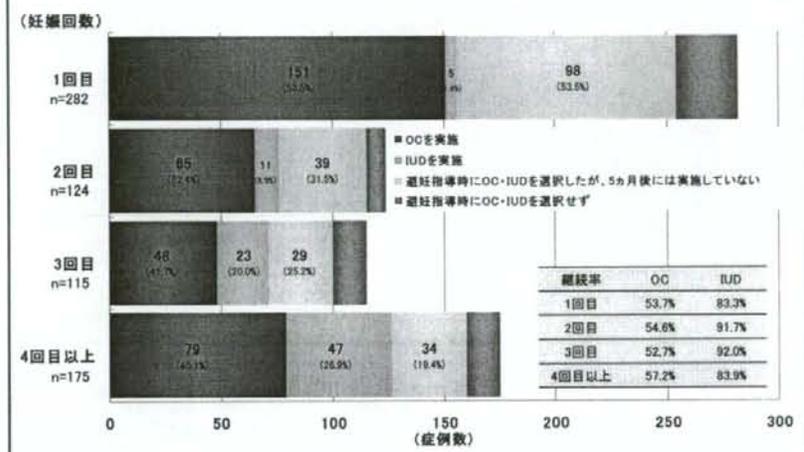
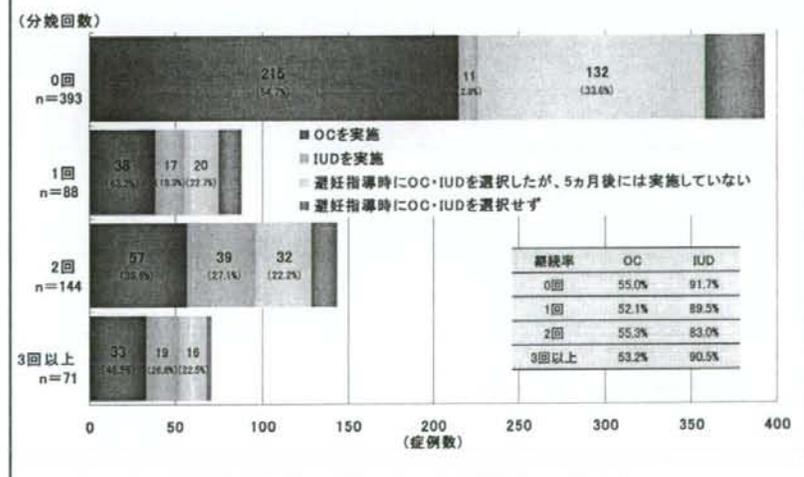
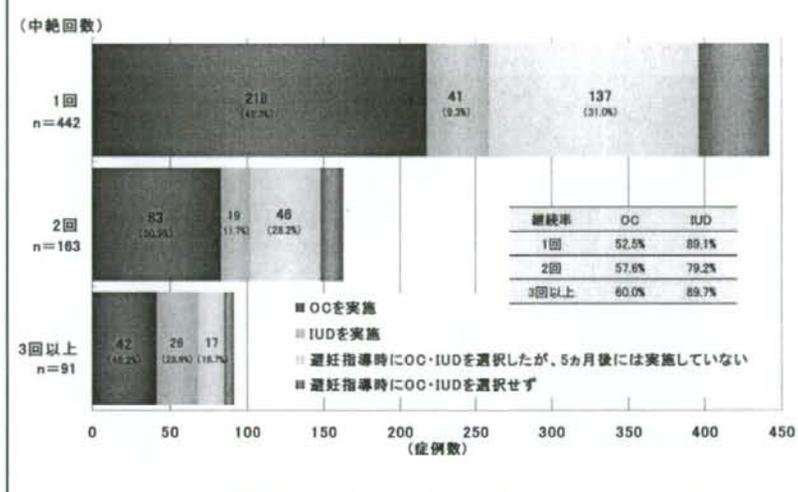


図8. 分娩回数別OC・IUD継続率  
—5か月後の追跡調査で避妊状況の確認がとれた696例—



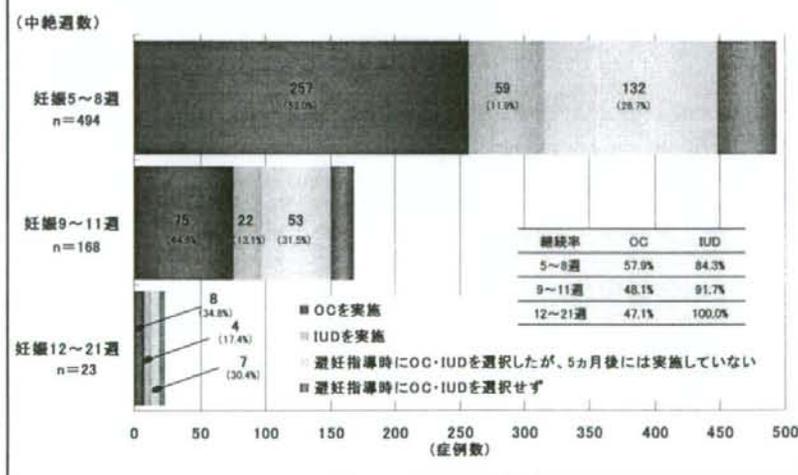
### 図9. 中絶回数別OC・IUD継続率

—5カ月後の追跡調査で避妊状況の確認がとれた696例—



### 図10. 中絶週数別OC・IUD継続率

—5カ月後の追跡調査で避妊状況の確認がとれた696例—

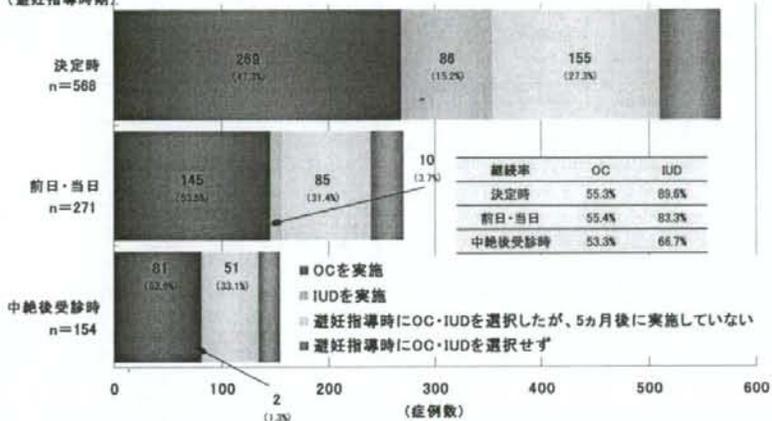


## 図11. 避妊指導時期別OC・IUD継続率

—5ヵ月後の追跡調査で避妊状況の確認がとれた696例—

単純集計

(避妊指導時期)



## 図12. 避妊指導時期別OC・IUD継続率

—5ヵ月後の追跡調査で避妊状況の確認がとれた696例—

内訳

(避妊指導時期)

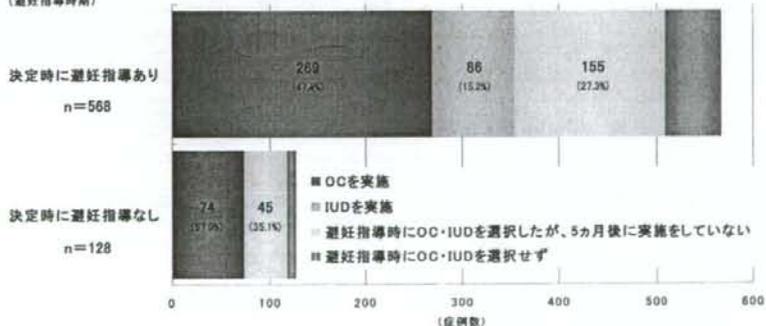


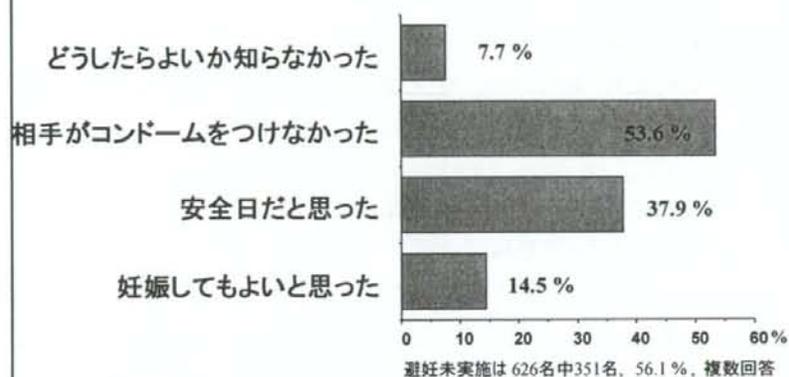
表15. IUDを挿入した10代

	年齢	職業	結婚	妊娠回数	分娩回数	中絶回数	中絶週数	妊娠時の避妊法	避妊指導時の希望
①	16	無職	未婚	1	0	1	21	無し	IUD
②	17	社会人	未婚	2	0	2	8	陰外	IUD
③	17	学生	未婚	1	0	1	7	コンドーム(途中)	OC→IUD
④	18	社会人	離婚	3	1	2	17	無し	IUD
⑤	19	社会人	未婚	3	0	3	8	コンドーム(不確実)	IUD
⑥	19	専業主婦	既婚	2	1	1	9	コンドーム(不確実)	IUD

表16. 今回の中絶後に再妊娠・再中絶となった6例

	年齢	職業	結婚型	妊娠回数	分娩回数	中絶回数	中絶後の避妊法の希望→再妊娠に至った避妊法→再中絶後の避妊法
①	22歳	社会人	未婚	2回→3回	0回	2回→3回	OC→コンドーム(不測)→不明 2回目の中絶施行。1か月間のみOC服用するも、その後コンドームに変更。コンドーム(不測)により再度妊娠。前回中絶より5か月後に中絶施行したが、術後検診にも来ず、現在の避妊法は不明。
②	34歳	専業主婦	既婚	4回→5回	2回	2回→3回	OC→BBT→IUD 2回目の中絶施行。避妊指導時にOCを希望したが、その後BBTにより再度妊娠。前回中絶より7か月後に中絶施行。IUDを挿入。
③	20歳	無職	未婚	1回→2回	0回	1回→2回	コンドーム→陰外射精→OC 初めての妊娠。避妊指導時にOCを拒否し、コンドームを希望していたが、陰外射精により再度妊娠。前回中絶より3か月後に中絶を希望したが自然流産→OC服用に至る。
④	18歳	学生	未婚	2回→3回	0回	2回→3回	避妊拒否→無し→不明 2回目の中絶施行。初めての妊娠OC服用したが、その後服用をやめ、避妊なく再度妊娠。2回目の中絶に至る。2回にわたる避妊指導でOCを勧めたが避妊を拒否。再度妊娠し、前回(2回目)中絶より2か月後に中絶施行したが、術後検診にも来ない。
⑤	19歳	無職	未婚	1回→2回	0回	1回→2回	OC→無し→無し 初めての妊娠。OCを数日間服用したが、嘔気により服用をやめる。再度妊娠し、前回中絶より4か月後に中絶施行。OCを一時服用したが、体調を崩し、現在は服用していない。
⑥	25歳	社会人	既婚	4回→5回	1回	3回→4回	OC→無し→不明 3回目の中絶施行。次回月経時からOC予定であったが、術後検診に来ず、電話呼び出し、中絶より1か月後に来院。1か月間のみOC服用の予定であったが継続できず、避妊なく再度妊娠。前回中絶より5か月後に中絶施行。連絡したが術後検診にも来ない。

表17. 今回妊娠時避妊をしなかった理由



日本産婦人科医会「10代の人工妊娠中絶について」のアンケート調査, 2003

厚生労働科学研究費補助金子ども家庭総合研究事業

「反復人工妊娠中絶の防止に関する研究」

第一回 班会議 議事抄録

日時 : 平成20年10月29日(水) 16:00~18:00

場所 : 母子愛育会 研修部4階 演習室

出席者 : 安達 知子、北村 邦夫、中村 好一、古賀 詔子、野口 まゆみ、蓮尾 豊、

[敬称略] 小川 麻子、金子 法子、土井 智恵子(旧姓田中)、佐藤 佑季(旧姓星野)

議事 : ① 人工妊娠中絶患者への避妊指導に関する調査結果について

資料 スライド原稿

② パンフレット「中絶を繰り返さないための避妊指導の実践書」案の検討

③ その他

.....

1. 人工妊娠中絶患者への避妊指導に関する調査結果概要について

- ・ 登録患者の内、中絶後5ヵ月時点での調査は、692症例に行われている。
- ・ 中絶時にOCまたはIUDを避妊法として選択した患者は全体の80.4%、5ヵ月後にもOCもしくはIUDを使用している患者は全体の49.3%である。
- ・ 中絶時にOCもしくはIUDを選択した患者の61.3%が5ヵ月後にも同方法を継続している
- ・ まだ、5ヵ月後の調査結果を送っていただけていない施設があるので、データはもう少し変わる可能性がある。

2. サブ解析について

- ・ 現在、妊娠回数別、分娩回数別、結婚歴別、年齢別、指導者別、指導時期別、避妊法実施時期別、などでサブ解析を行ってみたが、資料に中間解析の結果を示した。
- ・ 中間解析では、中絶回数の多い方が、確実な避妊法の選択率は高くなり、実施・継続率に対しては、特に3回目以降が高くなるが、これは、3回目以降は既婚者が多くなることによりIUDの選択率が高くなったためと考えられた。
- ・ 指導者別では少数派であるが、一部のベテランのコメディカルのみの指導の方がOC選択率や継続率は高い傾向がある。ただし、IUDは医師が指導者に入っていないと、選択率・実施率は低下する。
- ・ 中絶手術後次回月経時からの避妊法実施予定は、少数であって、統計的有意差については不明であるが、確実な避妊法の実施率は低下する。

3. 性交を持たないための避妊拒否の扱い

- ・ 性交を全く持たない予定で避妊拒否した症例がある。5ヵ月後も性交を持っていないのならば、最も確実な避妊であるが、確実な避妊として分類に入れるべきか？5ヵ月間での実施状況なので、確実な避妊とせず、避妊拒否に入れることとする。

#### 4. パンフレット案について

- ・ Q&Aを引き続き作成する。今までに集まったものについても意見を出していただき、より実践に即したガイドラインにする。

#### 5. その他

- ・ 次回は2009年1月に最終の会議を行う。

厚生労働科学研究費補助金子ども家庭総合研究事業

「反復人工妊娠中絶の防止に関する研究」

第二回 班会議 議事抄録

- 日時 : 平成21年1月21日(水) 16:00~18:00  
場所 : 母子愛育会 研修部4階 演習室  
出席者 : 安達 知子、中村 好一、野口 まゆみ、蓮尾 豊、小川 麻子、金子 法子、  
土井 智恵子(旧姓田中)、佐藤 佑季(旧姓星野) [敬称略]  
議事 : ① 分担研究報告書作成について(平成20年度、平成18年~20年度)  
② 人工妊娠中絶患者への避妊指導に関する調査結果について  
③ パンフレット「中絶を繰り返さないための避妊指導の実践書」案の検討について  
④ その他
- .....

1. 分担研究報告書作成について(平成20年度、平成18年~20年度)

本年度は、最終年度になるため、2種類の報告書(平成20年度、平成18年~20年度)を作成・提出する。3年間の研究内容をふまえ、安達分担研究者が報告書を作成する。

2. 人工妊娠中絶患者への避妊指導に関する調査結果について

【用語の使い方について】

- ・ 本研究班において、『(各種避妊法を)選択した』とは、中絶前後の避妊指導時に患者本人が今後の避妊法について何を希望したかを意味し、『選択率』は分母に[総中絶患者]、分子に[患者が希望した各種避妊法ごとの人数]として求める。
- ・ 本研究班において、『(各種避妊法を)実施している』とは、中絶後5ヵ月時点で実践している避妊法について意味する。『継続率』は分母に[5ヵ月時点で避妊状況の確認がとれた症例で、避妊法ごとにはじめに選択した症例数]、分子に[5ヵ月後に実践している各種避妊法ごとの症例数]として求める。
- ・ 5ヵ月後の避妊状況については、クリニックに来院しピルを処方している患者についてはカルテよりOCを使用していることが確認でき、またそれを以てOCによる避妊を実施していると判断している(この場合は電話連絡を行っていない)。よって、5ヵ月後に『連絡がとれた』という文言は使用せず、『確認がとれた』とする。≪但し、来院していない場合は、電話連絡等、本人が希望する方法により避妊状況を確認している≫
- ・ 中絶後5ヵ月時点でOC・IUD/IUSを実施していない場合は、当初『脱落』という用

語を使用していたが、IUDの自然抜去などの誤解を生じやすいので、今後は使用しない。

#### 【スライド内容について】

- ・ 中絶後5ヵ月時点で追跡調査ができた876症例中、6症例は当期間中(今回の中絶から5ヵ月以内)における反復人工妊娠中絶症例であった。分担研究報告書には6症例の背景について記載し、パンフレットにはその割合を記載する。また、この6症例の裏には、再度避妊に失敗し他のクリニックで中絶手術を行っている症例も存在するだろうから、最低限の数字であることも考慮に入れる。
- ・ 分担研究報告書には、中絶手術1,060例について検討する必要性はなく、5ヵ月後の追跡調査876例について分析をすればよい。
- ・ 回答に重複がある場合は、症例数で割合を求め、合計100%になるようにする。
- ・ 表5.年齢の棒グラフに、標準偏差を追記する。
- ・ 表11.避妊指導者別のOC避妊実施率の表を分かりやすく記載する。

### 3. パンフレット「中絶を繰り返さないための避妊指導の実践書」案の検討について

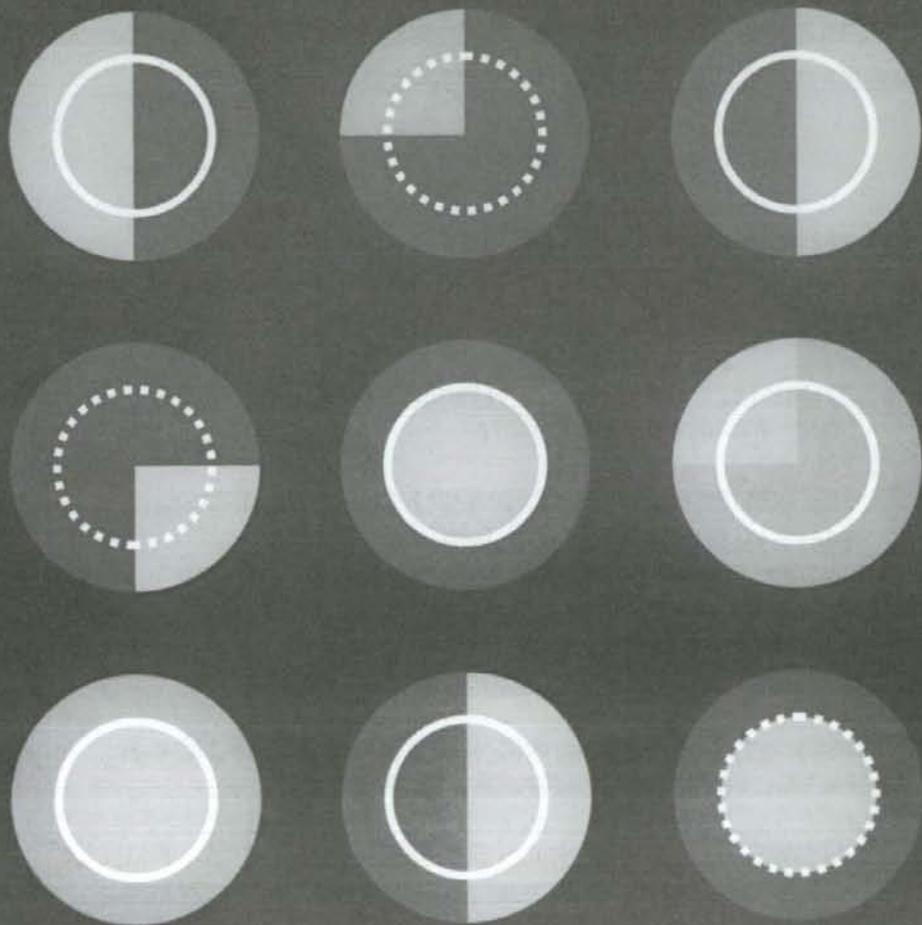
(詳細な訂正は省略)

- ・ 【表紙】 右上に **指導者用** と記載する
- ・ 【裏表紙】 本研究班のメンバーの所属の後に、都道府県名を記載する
- ・ 【1ページ】 5つのポイントの2. 括弧内を(今回、中絶せざるを得なかった状況を受け入れ共感を示しつつ、熱意のこもった避妊指導を行うことで、真剣に避妊を考え始めます)とする
- ・ 【1ページ】 5つのポイントの5. タイトルを『OCの場合、継続させるための工夫が重要』とし、括弧内を(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極め細やかな対応と指導が重要で、コメディカルによる指導を充実させる、など)
- ・ 【2ページ】 矢印部分に、『人工妊娠中絶時の』避妊指導の際に…とする
- ・ 【3ページ以降】 コメントサンプル→コメント例 とする
- ・ 【10ページ】 吹出しの診療費未払い部分はカットする
- ・ 【10ページ】 コラムは11ページに移行する
- ・ 【11ページ】 Q9 本文2行目 術後数日ないし1週間以内→術後1週間以内 とする。ひとこと欄は、1. マイナートラブルにきめ細やかに対応する、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(生理痛が軽くなったでしょう？ 生理がくるのがわかって楽でしょう？ 肌がきれいになったでしょう？ など) とする。

- ・【11 ページ】 Q10 本文2行目 方もいるので、一方もいます。 とする。
- ・【11 ページ】 Q11はカットし、10 ページのコラムを移行する。タイトルを『人工妊娠中絶をした知的障害者へは？誰に何を話すか？』とする。本文は、…
- ・【全体的に】 ヶ月→ヵ月とする
- ・【全体的に】 Qのフォントが異なるので、大きいフォントに統一する

# 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）「全国の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。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うようにしては？

彼と折半するという方法をとる人もいますが、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ぬので、あまりお勧めできません。

## OCは(さまざまな理由で)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ことはある？ きつくないでしょう。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っても、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、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を使用しなくなった場合には、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随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

確かに怖い気がするのわかります。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、まったく違和感はないです。除去するときは少し痛みを感じるかもしれないけど、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れない。しかし、必ず次のパートナーができること、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するい、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ったときに、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体験してください。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も多いんだ。

### ●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ことが多く、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」と言ってかまわないことを伝える。

### ●コメント例

- セックスして、どんなふう感じた？ 嬉しかった、好きな人と結ばれてよかった、と思ってる？ セックスするということは妊娠することだからね。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おう。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事が可能かどうか。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の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はできないでしょう。

### ●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、その場の雰囲気でもコンドームを使うかどうか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」と彼に話してみてもどうですか？

●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。

