

## リプロダクティブヘルス/ライツ (性と生殖の健康/権利)

リプロダクティブヘルス (reproductive health) とは、人間の生殖システム、その機能と(活動)過程のすべての側面において、単に疾病、障害がないというばかりでなく、身体的、精神的、社会的に完全に良好な状態にあることを指す。したがって、リプロダクティブヘルスは、人々が安全で満ち足りた性生活をいとなむことができ、生殖能力をもち、子どもを産むか産まないか、いつ産むか、何人産むかを決める自由をもつことを意味する。

(1994年 カイロ国際人口・開発会議「行動計画」より抜粋)

ここで、リプロダクティブヘルスという言葉について、理解しておきましょう。

1994年にカイロで行われた国際人口開発会議で示されたもので、「人間の生殖システムすべての側面において、単に疾病、障害がないというばかりでなく、身体的、精神的、社会的に完全に良好な状態」を言います。

(DVD では動画)

## リプロダクティブヘルス/ライツ (性と生殖の健康/権利)

リプロダクティブライツは、国内法、人権に関する国際文書、ならびに国連で合意したその他関連文書ですでに認められた人権の一部をなす。これらの権利は、すべてのカップルと個人が自分たちの子どもの数、出産間隔、ならびに出産する時を責任を持って自由に決定でき、そのための情報と手段を得ることができるという基本的権利、ならびに最高水準の性に関する健康およびリプロダクティブヘルスを獲得する権利を認めることにより成立している。その権利には人権に関する文書にうたわれているように、差別、強制、暴力を受けることなく、生殖に関する決定を行なえる権利も含まれている。

(1994年 カイロ国際人口・開発会議「行動計画」より抜粋)

つまり、人々が安全で満ち足りた性生活を営むことができ、子供を産むか産まないか、いつ産むか、何人産むかを決める自由をもっているということを意味します。

(DVD では動画)

**赤ちゃんを育てる準備ができていないときは**

産み、育てられる年齢になるまで  
性交しない


正しく、しっかり避妊する

(DVD では動画)

もし、赤ちゃんを育てる準備ができていないときは、性交をしないか、しっかり避妊をするか、良く考えて行動しましょう。

**避妊の方法**


**男性用コンドーム**



コンビニ、薬局、自動販売機で買えます

失敗率 **2 ~ 15%**

**低用量経口避妊薬(ピル)**



医師から処方してもらう

失敗率 **0.3 ~ 8%**

(DVD では動画)

避妊の方法には、コンドームやピルなどがありますが、正しい使い方であれば十分な効果を発揮することはできません。コンドームをつけることは性感染症を防ぐ効果も期待できます。

## 緊急避妊法

女性ホルモン剤(錠剤)を  
性交後72時間以内に飲む

注意

産婦人科を受診する  
あくまで「最後の避妊手段」  
「人口妊娠中絶」ではない

万一、犯罪被害にあった時や避妊に失敗したときなどに、内服薬で緊急的に避妊する方法があります。

性交から服薬まで、72時間を超えないようにしなくてはなりません。産婦人科を受診しましょう。

(DVD では動画)

## 性感染症を防ぐ2つの方法

性交またはそれに近い行為をしない

コンドームをつける

性行為は、自分と相手の両方の  
健康に責任を持つ心がまえが必要

ところで、性的な行為によって相手にうつる病気を性感染症といいます。

感染しないこと、感染させないことが第一で、防ぐ方法は、「性交又はそれに近い行為をしない」、あるいは、「コンドームをつける」のふたつです。

自分とパートナーの両方の健康に責任を持つ心構えが必要です。

(DVD ではイメージ画像もあり)

## 性感染症は自然に治りません

- うつつたあと、ほとんどの人は気づかない
- 他の性感染症にも弱くなる
- 気づかないうちに、人にうつす危険がある
- 母子感染もある

性感染症は、病原体が原因で起こる病気ですから、自然には治りません。

性感染症にかかると、他の性感染症にも感染しやすくなります。また、男女とも不妊症の原因になるばかりでなく、女性では妊娠・出産時に赤ちゃんにうつる(母子感染)の危険性もあります。

## 性感染症かも……のサイン

- 性器やそのまわりがはれたり、水ぶくれやブツブツができた
- 性器やそのまわりがとてもかゆい・痛い
- おしっこをすると痛い
- おしっこに血やウミが混じる
- おりものの色が異常、ひどくにおう、急に増えた

サインのない場合もある!

気になるときは急いで産婦人科・泌尿器科・皮膚科・性病科へ!

もし、気になる、あるいは症状がある時は、必ずパートナーと一緒に検査・治療を受けましょう。

パートナーが感染している場合は、一緒に治療を受けることが大切です。

どちらか一人だけが治療しても、パートナーから再び感染する可能性があるからです。

(DVD ではイメージ画像もあり)

### 男性用コンドームの使い方

- 自分で買う
- コンドームを傷つけないように開ける
- どんな性行為にも最初から最後まで

コンドームの性感染症予防効果を落とさないためには、正しい装着方法を覚え、正しいはずし方を実行しましょう。

コンドームを傷つけないように取扱うことにも気をつけてください。

男性・女性ともに  
妊娠・出産には適した  
年代があります

(DVD ではイメージ画像もあり)

(DVDでは学生のインタビューと内科医からのメッセージあり)

若い男女が結婚を少し後回しにする理由にはいろいろな社会的要因が関与していると言われています。

たとえば、結婚前に仕事に打ち込みたいと考えたり、結婚に縛られない自由な生き方を好んだり、結婚生活に関わる経済的な不安、などです。

しかし、妊娠・出産に適した年代があることも事実です。

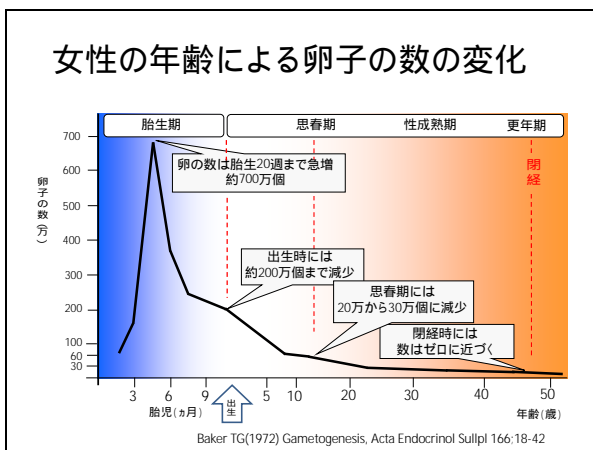
世界保健機構 (World Health Organization:WHO)  
「不妊症は、2年間の不妊期間を持つ者」

妊娠を考える夫婦の年齢が比較的高い米国の生殖医学会では、不妊期間1年以上を不妊症と提唱

結婚年齢が高くなった日本でも、1年以上妊娠しない場合は不妊症の可能性を考え、検査と治療を開始した方が良いという考えが一般化

原因は、男性側24%、女性側41%、両方24%、原因不明11%と言われています。

世界保健機構によれば、不妊症は、「2年間の不妊期間を持つ者」としています。結婚年齢が高くなった日本では、1年以上妊娠しない場合に不妊症の検査をした方がよいと考えられています。妊娠が成立するためには、卵子と精子が出会い、受精して着床する過程で、多くの条件が整う必要があります。いずれの障害でも不妊症は起こりえます。ふたりの問題として、考えていく必要があります。



(DVD では動画)

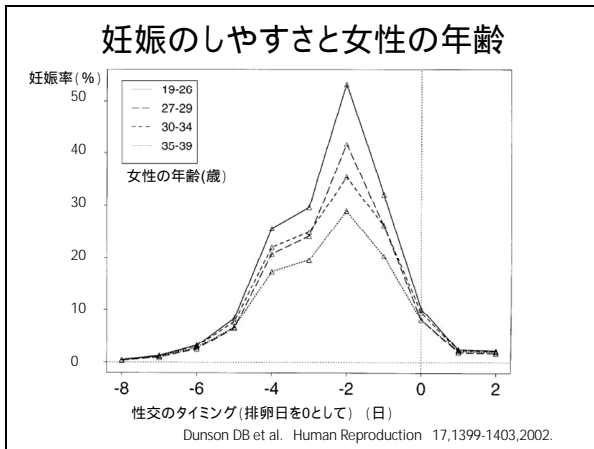
卵子は女性の卵巣から排卵されることを説明しましたが、この卵子は排卵のたびに新しく作られているわけではありません。

母親自身が胎児の時に、すでに卵子は卵巣で作られているのです。

胎児期20週におよそ700万個まで増加しますが、その後は減少し出生時はおよそ200万個になっています。

卵子は、出生後も新しくつくられることはなく、質・量ともに減少し、50歳ごろの閉経期にはほとんどゼロに近づきます。

加齢とともに妊娠しづらくなったり、妊娠の異常がおきやすくなったりするのは、そのためです。



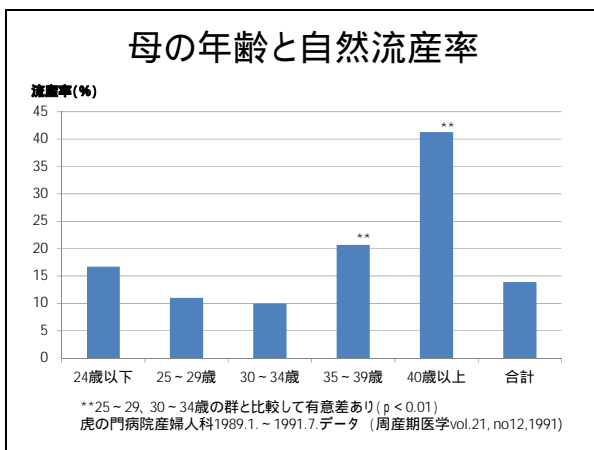
健康な男女が、子供を欲しいと思って、妊娠に適したタイミングで性交渉を持ったとしても、その妊娠率は男女の年齢によって変わります。

このグラフは性交渉を持った日と妊娠率の関係を示しています。

一番大きな山は、女性が19歳から26歳の妊娠率のグラフです。一番小さい山は女性が35歳から39歳の妊娠率のグラフです。

年齢が上がるとともに、妊娠率が低下していることがわかります。

また、男性の年齢が上がると妊娠率が低下することもわかっています。

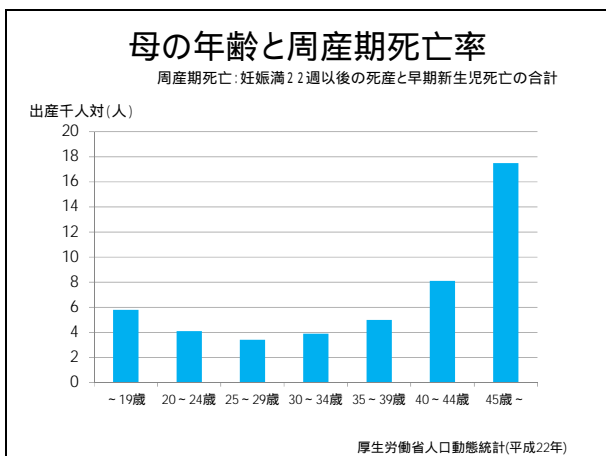


これは、妊婦の年齢と、その自然流産率をグラフで示したものです。

25歳から34歳の年代に比べると、35歳以上では、その頻度が倍増しています。

さらに、40歳以上ではおよそ4倍にもなっています。

(DVD では動画)

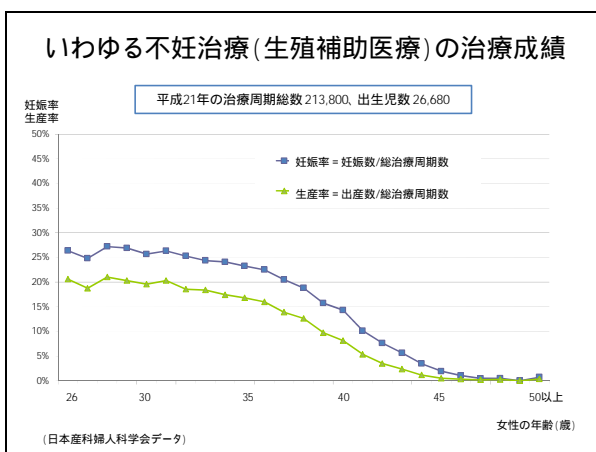


(DVD では動画)

このグラフは、妊婦の年齢とその子供の周産期死亡率を示しています。

周産期死亡とは、妊娠満22週以降の死産と早期新生児死亡の合計です。周産期死亡率は、20代後半が最も低く、10代、30代後半は上昇傾向となります。40歳を超えるとさらに増加し、40代後半では二桁となります。

どんな妊娠・出産にも危険は伴うものですが、年齢によってこれほどにも危険率が違うことはあまり知られていないようです。



(DVD では動画)

(DVD ではイメージ画像もあり)

近年は、不妊治療を受けるカップルも増えてきています。

この図は、不妊治療の1つである、不妊外来での治療を行った場合の成績です。

治療をした回数のうち妊娠した割合を、青線で、出産にまで至った割合を緑色の線で示しています。女性の年齢が上がるにしたがって、低くなるのがわかります。いずれの線もその傾きが下降するのは35歳を過ぎたところであることがわかります。

いつ子どもを産むかは、人生のなかで自分で決めるものです。

正しい情報を知ったうえで、パートナーと一緒に考え、あなたらしい人生を楽しんでほしいと思います。