



低用量ピルの処方

淀川キリスト教病院
産婦人科 柴田綾子



セクシュアルヘルス委員会

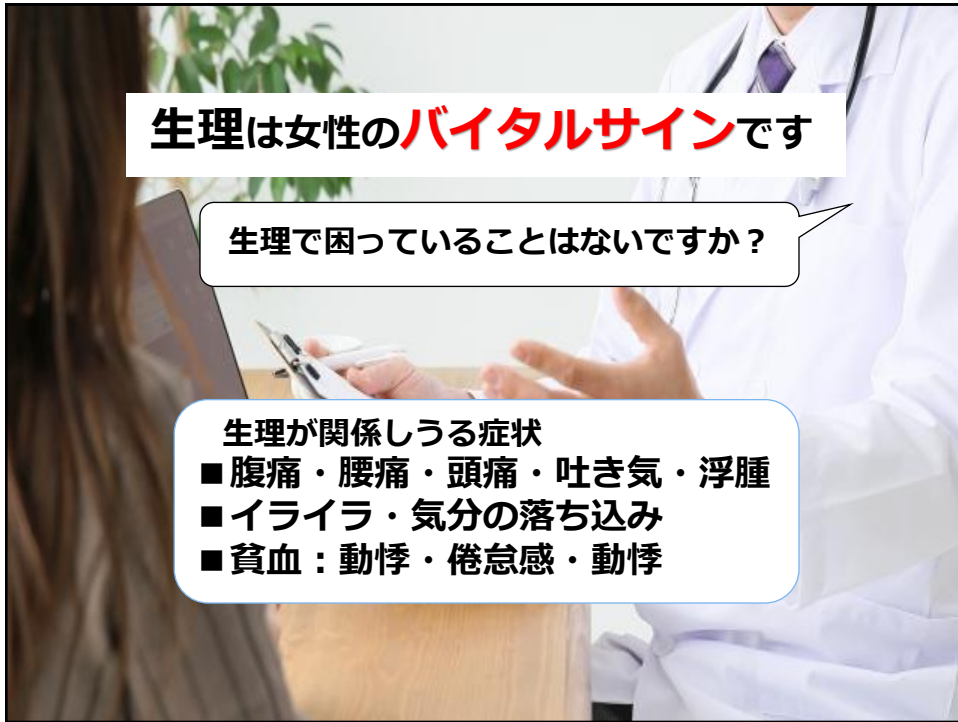
「全ての人々がそれぞれの性に応じて
生涯にわたり健康な生活を送ることができる」

を実現するために、

プライマリ・ケアの実践を支援する



日本プライマリ・ケア連合学会HP



生理は女性の**バイタルサイン**です

生理で困っていることはないですか？

生理が関係しうる症状

- 腹痛・腰痛・頭痛・吐き気・浮腫
- イライラ・気分の落ち込み
- 貧血：動悸・倦怠感・動悸

標準的な月経とは？

月経持続日数：	● 日以下
月経周期	： ▲▲ ~ ■■ 日
月経量	： 20 ~ 140 ml
痛み	： 無し~軽度

日本産科婦人科学会雑誌第71巻第6号2019年

標準的な月経とは？

月経持続日数：	8日以下
月経周期	： 24 ～ 38 日
月経量	： 20 ～ 140 ml
痛み	： 無し～軽度

*日本では月経周期を25～38日としている例もある

日本産科婦人科学会雑誌第71巻第6号2019年

月経困難症のサインは？

月経中に

1. 腹痛がある
2. 痛み止めを使う
3. 腰痛がある
4. 仕事や学校に遅刻する・休む
5. 頭痛がある

過多月経のサインは？

1. 血のかたまりがでる
2. ナプキンが2時間もたない
3. ナプキン+タンポンが必要
3. 夜用ナプキンでもあふれてしまう
4. 貧血がある

* 過多月経: 1回の月経で140ml以上の出血があるもの

生理痛をやわらげる

◆漢方

- 68 芍薬甘草湯 (シャクヤクカンゾウトウ)
- 23 当归芍薬散 (トウキシャクヤクサン)
- 24 加味逍遥散 (カミショウヨウサン)
- 25 桂枝茯苓丸 (ケイシブクリョウガン)

■ブスコパン®

子宮収縮を和らげる

◆お腹を温める

ホッカイロなど

ピルは何才から？

初経（初めての生理）以降に使えます

* 添付文章の禁忌 *

骨成長が終了していない可能性がある患者
[骨端の早期閉鎖を来すおそれがある。]



https://w-health.jp/femaleathletes/document/pdf/180829_dysmenorrhea.pdf

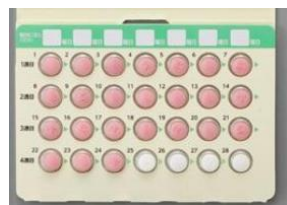
低用量ピル

1. 女性ホルモン

- ・ エストロゲン
- ・ プロゲステロン

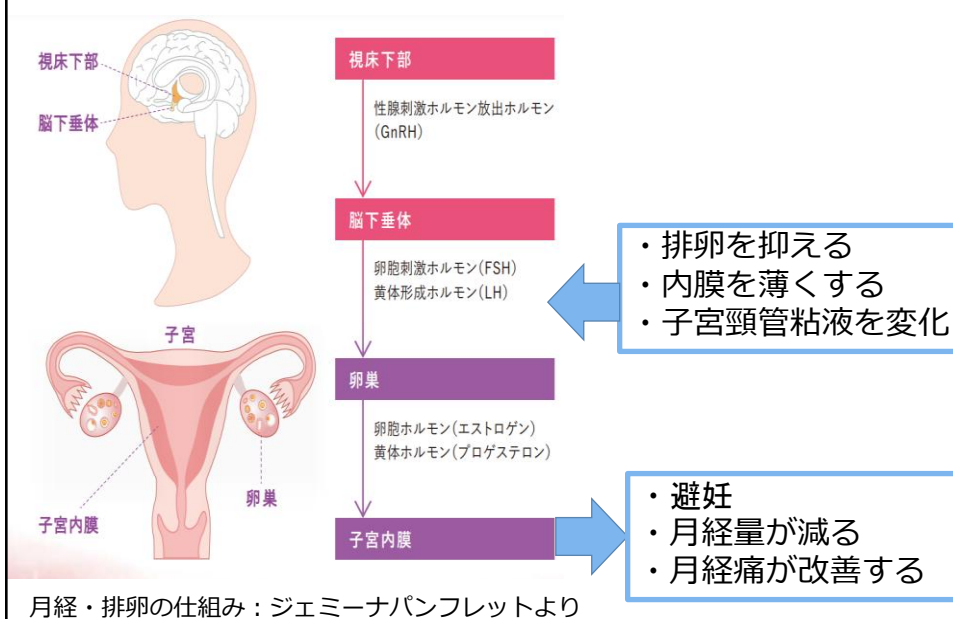
2. 仕組み

- ・ 排卵を抑える
- ・ 内膜を薄くする
- ・ 子宮頸管粘液を変化させる



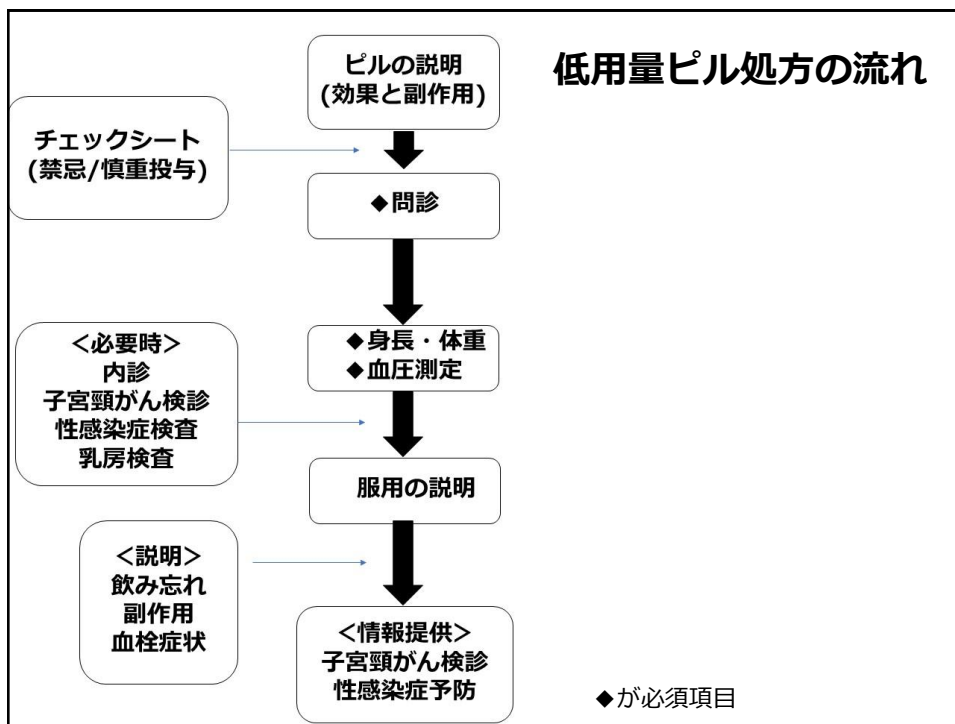
フリウエル®
ドロエチ®
約800-900円/月

低用量ピルの仕組み



低用量ピルの良い点 8コ

1. 生理痛 ↓
2. 生理の量 ↓
3. 確実な避妊
4. 生理の移動
5. ニキビの改善
6. 月経不順の治療
7. 月経前症候群 ↓
8. 卵巣癌リスク ↓



- ### 低用量ピルの禁忌
1. 乳がん・子宮内膜癌
子宮頸がん(その疑い)
 2. 血栓リスク
50歳以上
35才以上で喫煙1日15本以上
血栓塞栓症・冠動脈疾患の既往
手術前～術後2週間
前兆のある片頭痛
重症の高血圧・糖尿病
 3. 高度な肝障害

【巻末資料③】低用量ピル処方前チェックシート (日本産科婦人科学会「OC/LEPガイドライン」より)

記入日 西暦 _____ 年 _____ 月 _____ 日 年齢 _____ 歳

氏名 _____

身長 _____ cm 体重 _____ kg 血圧 _____ / _____ mmHg

- 最後に月経があったのはいつですか？ 西暦 _____ 年 _____ 月 _____ 日から _____ 日間
- 不正性器出血がありますか？ はい いいえ
- 妊娠中または妊娠している可能性がありますか？ はい いいえ
- 現在授乳中ですか？ はい いいえ
- 喫煙しますか？ はい (1日 _____ 本) いいえ
- 激しい頭痛や片頭痛、目がかすむことがありますか？ はい いいえ
「はい」の場合 前兆を伴わない 前兆 (目がちかちかするなど) を伴う
- ふくらはぎの痛み、むくみ、突然の息切れ、胸の痛み、激しい頭痛、失神、目のかすみ、舌のもつれなど
ありますか？ はい いいえ
- 現在、医師の治療を受けていますか？ はい→病名は何ですか？ (_____) いいえ
- 今までに入院や手術などを要する大きな病気にかかったことがありますか？
 はい→病名は何ですか？ (_____) いいえ
- 以下の病気と言われたことがありますか？ (あるものにチェック)
 深部静脈血栓症 肺塞栓症 抗リン脂質抗体症候群 脳血管障害 冠動脈疾患 心臓弁膜症

「アスリートのための月経困難症対策マニュアルー低用量ピルの上手な使い方」より

低用量ピルの注意点 2つ

1. 不正出血・吐き気・頭痛・むくみ

→最初に少しでることがあります。

→多くは3ヶ月以内に良くなります

2. 副作用：血栓リスク

→タバコは注意

→血栓のリスクがある方は▲

低用量ピルの副作用への対応

副作用	マイナートラブル	注意が必要な疾患
症状	頭痛・吐き気・むくみ 不正出血・胸の張り	血栓症 乳がん
経過	開始から数ヶ月以内 多くは自然に消失する	◆血栓症： 開始から4ヶ月以内に多い ◆乳がん： 長期使用でリスク増加
対応	・軽症：内服続行 ・中等症 種類変更・中止	疑ったら直ちに服用中止

低用量ピルの血栓症リスク

10,000人/年あたり血栓症発症率

・ピル未使用	1 ~ 5	人
・ピル使用	● ~ ●	人
・妊娠中	● ~ ●	人
・産後	● ~ ●	人

低用量ピルの血栓症リスク

10,000人/年あたり血栓症発症率

・ ピル未使用	1 ~ 5 人
・ ピル使用	3 ~ 9 人
・ 妊娠中	5 ~ 20 人
・ 産後	40 ~ 65 人

日本産科婦人科学会ガイドライン2023

ピルの誤解ごかい

1. ピルは副作用が強い
2. ピルは太る
3. 不妊になる
4. ピルは高い

ピルの誤解

1. ピルは副作用が強い

→近年はホルモン量が少なく
副作用も減ってます

2. ピルは太る

→1-2ヶ月むくむことがあります
太ることはありません

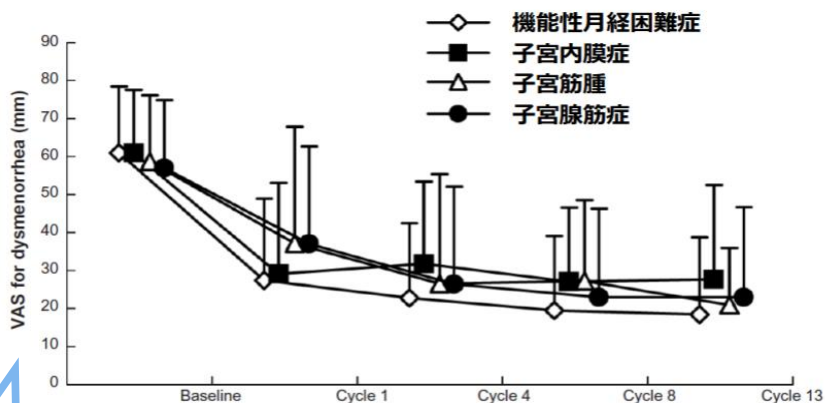
3. 不妊になる

→ピルを飲むのを辞めたら
排卵・妊娠できます

4. ピルは高い

→ 1ヶ月1000~3000円前後です

低用量ピルは月経痛を半分に減らす



Momoeda M et.al: Int J Womens Health, 2014

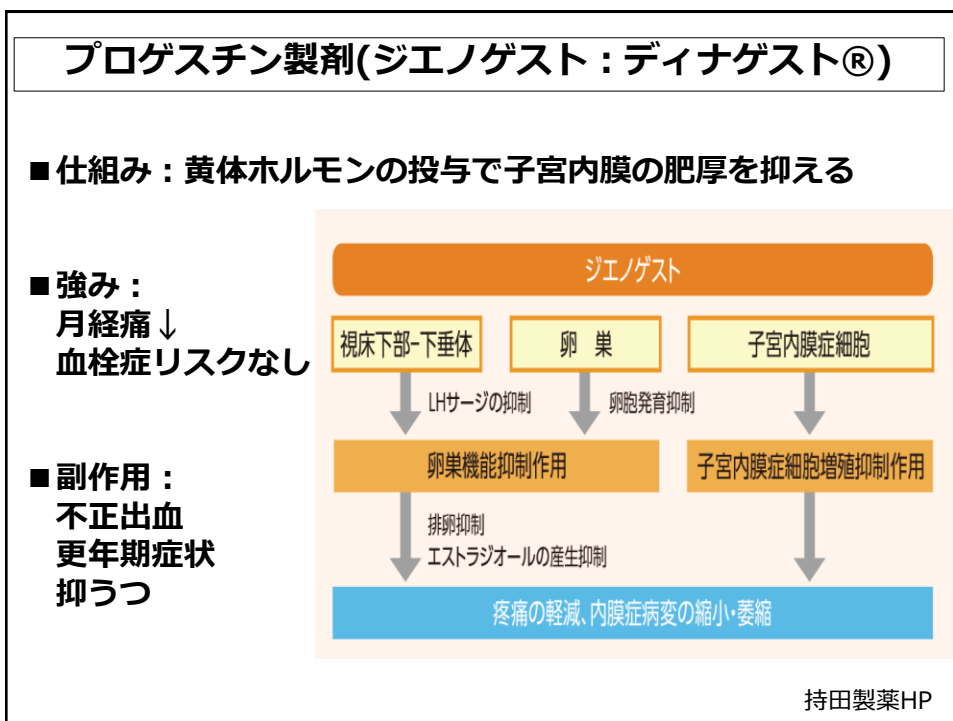
生理痛の
痛みスケール

日本410人の月経困難症の方 (315人は機能性月経困難症)

鳥取大学 谷口 文紀先生 スライド

	低用量ピル	子宮内避妊具 (ミレーナ)	ジエノゲスト (ディナゲスト)
メリット	月経痛↓ 月経量↓ 月経移動 PMS↓ 避妊	血栓症なし 月経痛↓ 月経量↓ 避妊↓ PMS? 月経移動 ×	血栓症なし 月経痛↓ 月経量↓ 避妊 × PMS? 月経移動 ×
デメリット	血栓症	挿入時の痛み 不正出血	不正出血 抑うつ
値段	月1000円前後～	自費4万円/5年 保険1.5万円/5年	月1500～2100円

Dickson J, et al. BMJ Sex Reprod Health 2018;44:7-13. を参照し柴田作成



子宮内避妊具(ミレーナ®)

■仕組み

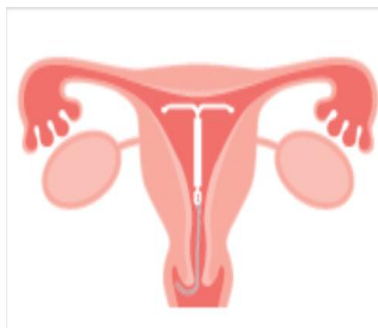
子宮内に挿入→黄体ホルモン(レボノルゲストレル)が放出

■適応症

- ①月経困難症
- ②過多月経
- ③避妊(自費)

■注意

- ・月経開始7日以内に挿入する
- ・産後は6週間以上あける



バイエル薬品株式会社

セクシュアルヘルス委員会

私たちはWONCA (世界家庭医機構) のジェンダー平等の10ステップ(1)にのっとり以下を目指します

1. 診療現場や医療におけるジェンダー平等につとめます
2. 女性の生殖に関する選択と安全な妊娠・出産に関する権利を守ります
3. 安全な性活動と性的選択に対する権利を守ります
4. 女性の意思決定現場への積極的な参加と資源の公平な分配(医療サービス、収入、教育、住居など)を求めます
5. ジェンダーの視点を医療カリキュラムと教育、研修教育、専門能力研修に導入し、患者ケアに統合します

1. Lent B, Cohen M, Dunn S, Levitt CA. Promoting gender equity in family medicine. Can Fam Physician. 2007 Sep;53(9):1415-7, 1426-8.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2234609/>



日本プライマリ・ケア連合学会HP

相性にあったピルを探そう

	経口避妊薬(OC)	生理症状治療ピル (LEP)
1相性	マーベロン ファボワール(★)	ヤーズ ドロエチ(★) ヤーズフレックス ルナベルLD/ULD フリウェルLD/ULD(★) ジェミーナ アリッサ
3相性	トリキュラー アンジュ ラベルフィーユ(★)	★はジェネリック薬

産婦人科受診が必要な時

- ◆生理が**15才**になってもこない (初経遅延)
- ◆生理が**3ヶ月**こない (続発性無月経)
- ◆生理が**10日**以上つづく (過長月経)
- ◆生理間隔が**20日**より短い (頻発月経)

【宣伝】女性診療エッセンス

100個の質問へのQ&A

- ・思春期に多い悩み
- ・生理の悩み
- ・子宮や卵巣の悩み
- ・妊娠中の悩み
- ・産後の悩み
- ・不妊症の悩み
- ・更年期の悩み
- ・婦人科がんの悩み



【宣伝】女性の健康と薬

- ・サプリメント
- ・OTC【市販薬】
- ・低用量ピル
- ・緊急避妊ピル
- ・人工妊娠中絶薬
- ・妊産婦の薬
- ・不妊治療の薬
- ・更年期障害の治療
- ・ワクチン
- ・抗がん剤など

