

せせらぎ SeSeragi

女性の味方 低用量ピル について

No.117号

発行日：2014年12月5日(日)

発行者：浮田 徹也



UKITA CLINIC

発行所：医療法人 せせらぎ会 浮田クリニック

〒520-0242 滋賀県大津市本堅田 6-36-1

☎077-574-3751 ☎077-574-3792

HP: <http://www.ukita.gr.jp>

✉ e-mail: kanpou@ukita.gr.jp

寒なくなってきました。皆さま体調など崩されていませんか？
クリニックのある堅田も寒い朝がずいぶん多くなり、出勤の際は白息となることも。
早いもので今年も残すところひと月です。

2014年最終号のせせらぎのテーマは低用量ピルです。今回は、避妊目的また月経困難症や子宮内膜症などの治療に日常診療で頻用する低用量ピルについてお話したいと思います。



💖低用量ピルってなあに？

ピルは女性の体の中にあるのと同じエストロゲンとプロゲステロンという女性ホルモンで構成されています。排卵を抑制し、月経を軽くするために避妊目的や月経困難症、過多月経、子宮内膜症の治療に用いられます。低用量ピルは従来のピル（中用量・高用量ピル）に比べエストロゲンの量が抑えられており、エストロゲンの副作用を限りなく少なくしたものです。排卵を抑制し、自身で月経・妊娠をコントロールできる低用量ピルは女性の社会進出に伴い広がり、現在世界で約1億人もの女性が服用しています。

💖低用量ピルの避妊効果はすごい！

低用量ピルの避妊効果は極めて高いものです。100人の女性が年間、正しく低用量ピルを内服し避妊した場合の失敗率は0.3%とされています。これは可逆的な避妊法の中で最も低い値を示しています。

💖低用量ピルの種類

低用量ピルには21錠タイプのものと、28錠タイプのものがあります。21錠タイプのものは1シートにホルモンが含まれている21錠の錠剤が入っており、21錠内服後に7日間の休薬期間があります。28錠タイプのものは1シートにホルモンが含まれている21錠の錠剤と、ホルモンが含まれていない7錠の錠剤（偽薬）が入っています。偽薬は毎日飲み続ける習慣をつけ、飲み忘れを予防するためのものです。

💖低用量ピルの飲み始めに起こる副作用

悪心、嘔吐などの消化器症状、頭痛、下腹部痛、不正性器出血などの副作用が起こることがあります。服用を続けることにより消失していくことが多く、多くのものは3カ月以内でおさまります。3カ月程度経過してもおさまらない場合は、ピルの種類を変更します。



💖重篤な副作用

ピルには血を固めやすくする作用があり、稀ですが重篤な副作用として血栓、塞栓症があります。飲み始めに起こり易く、息苦しさ、下肢の痛み、強い頭痛などがサインとなります。低用量ピルを服用していない女性の静脈血栓発症のリスクは年間10,000人あたり1～5人であるのに対し、低用量ピル服用女性では3～9人と報告されています。一方、妊娠中および分娩後12週間の静脈血栓の発症頻度はそれぞれ年間10,000人あたり5～20人および40～65人と報告されており、妊娠中や分娩後に比較すると低用量ピルによる静脈血栓のリスクは決して高いものではありません。

💖低用量ピルを飲めない方

上記のように低用量ピルは血液を固まらせる副作用があるので、血栓症のリスクが高くなると思われる方は内服していただくことができません。例えば、35歳以上で1日15本以上の喫煙をされている方、血栓症の既往がある方などです。また、ピルは手術前後や出産直後の方、授乳中の方も内服していただくことができません。

💖低用量ピルと性感染症の予防について

低用量ピルには高い避妊効果がありますが、性感染症の予防はできません。性感染症の予防にはコンドームが必要です。低用量ピルで確実な避妊を、コンドームで性感染症を予防して、安全なセックスを心がけましょう。

💖低用量ピル処方の実際

まず始めに問診・血圧測定・超音波検査を行います。内服開始となった場合、当院では内服開始1カ月後に問診と血液検査を行い、内服を続けていただけないような重大な副作用がないかということを確認します。問題のない場合は、以降は3カ月毎の処方としています。内服開始から6カ月、1年、その後は1年毎に血液検査を行います。

また、必要に応じて子宮頸がん検診、乳がん検診を受診いただいています。

💖費用について

治療で用いる場合は保険、避妊目的で用いる場合は自費となります。保険で用いられる低用量ピルは、3割のご負担で1シート2000円程度です。自費の場合は低用量ピルの種類によっても異なりますが、1シート2000円～4000円程度のご負担となります。

💖低用量ピルとがん

かつては低用量ピルにより乳がんが増加するといわれましたが、その後の研究で服用による乳がんリスクの増加はないことがわかりました。ただし、過去に乳がんを罹患されている方は内服していただくことはできませんので、問診の際に医師に伝えるようにしてください。

またリスクが低下するがんとしては、卵巣がん、子宮体がん、大腸がんがあります。低用量ピルの内服により、これらのがんに罹患するリスクは低下します。

💖妊娠を希望する場合

低用量ピルをやめると、排卵を抑制していた卵巣が再び活動を始め、排卵が起こるようになります。早ければ内服を中止した直後から、通常は2～3カ月で妊娠が可能となります。妊娠を希望する際は早めに医師にご相談ください。

💖最後に

諸外国に比べ日本は低用量ピル服用率は極めて低く、また誤解されがちです。しかし、低用量ピルは適応を守れば安全で効果のある薬です。低用量ピルのメリット、デメリットを正しく理解し上手に利用しましょうね。

浮田 恵

8/1より当院に常勤として勤務し始めて4カ月となりました。その間、妊婦健診で診させてもらっていた患者さまがご出産されたり、少し大きくなったお子様と一緒に健診に来てくださったり。また今回せせらぎのテーマでもある低用量ピルを飲み始めた患者さまが、毎月の生理が楽になった！と嬉しいご報告をしてくださったり。日々楽しく診察させてもらっています。これからも地域の方々が安心して通える『頼れる街のクリニック』を目標にしていきたいと思ひます。ささいなことでもお気軽にご相談ください。

浮田 恵



マタニティクラスのご案内

場所: 当院4階 多目的ルーム

申込方法: 申込ノートでご予約お願いします。

立会分娩ご希望の方は特にご参加をお薦めします。

(申込ノートにお名前の記入をお願いします。)

マタニティクラスでは院内冊子の「HELLO BABY」にそって、お話をすすめていきます。ご夫婦でのご参加も多くご主人様もお気軽にご参加ください。参加時には「HELLO BABY」「母子手帳」を忘れずにお持ち下さい。



マタニティヨガ
14:30-16:00

12/4・18 1/8・22

前・中期・マタニティクラス
13:30-15:30

12/6 1/10

後期・マタニティクラス
13:30-15:30

12/11・25 1/15・29



お祝いディナー（専用レストランでフルコース）
食事（和食/洋食）季節により、多彩なメニューをご用意しています。
写真は秋メニュー（朝食・夕食）の一例です。



マタニティーヨガ



ごほうびエステ

妊婦健診 携帯またはパソコン予約

当クリニックではWEB（携帯・PC）予約システムを導入しています。午前診・午後診の「順番取り」となります。

（時間指定の予約ではありません。）

「妊婦健診」のみ予約をお取りいただけます。

妊婦健診WEB予約受付時間

午前9：15～午後12：15

午後4：45～午後6：45

ご来院窓口受付時間

午前8：30～午後12：30

午後4：30～午後7：00



※受付時間内であればWEB予約無効終了後でも来院窓口受付をさせていただきますが、予約の方が多い場合は待ち時間が長くなる事があります。

※予約の方は余裕を持ってご来院ください。

提携病院との密な連携診療

当院は、

- ・大津赤十字病院 産婦人科、新生児科
- ・大津市民病院 産婦人科
- ・滋賀医科大学付属病院
- ・京都大学医学部付属病院
- ・京都第一赤十字病院 産婦人科



の病院と提携していますので、妊婦さんや赤ちゃんに何かあればすぐに連携して診察に当たりますのでご安心ください。

胎児スクリーニング外来

妊娠20～24週で妊婦健診中1回20分程度時間をかけて行います。

月・水・金曜日 午後2時～4時

当院で分娩（3000円） 他院で分娩（5000円）

健康保険証の確認

保険証は毎月確認することになっています。保険が使えなくなると困りますから、保険証の変更は、早急に受付に連絡して下さい。

従業員募集

看護師、助産師（常勤、パート）、清掃業務従業員。面接：随時、各種保険加入、賞与：年2回、交通費支給。

AABR検査(自動聴性脳幹反応検査)

浮田クリニックでは、入院中に全ての赤ちゃんに聴覚スクリーニング検査を行います。聴覚検査はなかでも信頼性の高いAABR検査です。赤ちゃんに刺激音を聞かせて脳波を測定し、脳波の波形により自動的に聴力の異常を見つけ出す検査です。額に脳波の電極を貼り、耳にヘッドホンをあてるだけで、体には全く害はありません。簡単な検査ですが、非常に高い正確さで先天性難聴が発見できます。



予防接種 ワクチン接種

子宮頸癌予防ワクチン、インフルエンザ、BCG、四種混合（DPT-IPV）、三種混合（DPT）、麻しん・風しん（MR）、日本脳炎、水ぼうそう、ポリオ、ロタウイルス、おたふくかぜ、Hib（インフルエンザ菌b型）、肺炎球菌ワクチン（小児用 プレベナー）（高齢者）、その他



マタニティーヨガ

マタニティーヨガのインストラクターによる教室で実施されています。4階のお部屋からの景色もお楽しみください。

当院分娩の方：1000円、他院分娩の方：1500円

ママのご褒美エステ

プロのエステティシャンによる極上のエステを当院専用エステルームにて入院中1回提供させていただきます。

パソコンホームページ (<http://www.ukita.gr.jp>)

- ・トップページ（お知らせの欄、診療日程カレンダー）
- ・産科と婦人科のページ（入院、食事、各種教室、指導）（癌検診、不妊症、更年期障害）
- ・漢方治療のページ（漢方治療）
- ・各検診と予防接種のページ（健診、ブライダルチェック、予防接種）
- ・当院の施設案内、当院への交通（車、JR）

乳児外来：毎週、火曜日午後（午後3時～4時30分）には、滋賀医大小児科による乳児健診を行います。

外来用診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前診療(午前9時～12時30分)							
産科	副院長	恵 医師	副院長	院長	副院長	副院長	—
婦人科	院長	副院長	恵 医師	恵 医師	恵 医師	恵 医師	—
漢方科	院長	院長	院長	院長	院長	院長	—
予防接種・胎児スクリーニング(午後2時～4時) 乳児健診(午後3時～4時30分)							
予防接種	院長	—	院長	—	院長	—	—
胎児スクリーニング	副院長		副院長		恵 医師		
乳児健診	—	滋賀医大 小児科医	—	—	—	—	—
午後診療(午後4時30分～7時)							
産科	副院長	—	恵 医師	—	恵 医師	—	—
婦人科	院長		副院長		院長		
漢方科	院長		院長		院長		

院長：浮田徹也、副院長：浮田真吾、恵医師：浮田恵 ※女性医師外来は月曜日以外毎日対応します。

■女性医師外来：月曜日以外毎日対応します。土曜日は京大病院からの女性医師が担当する場合もあります。

■漢方外来（月～土）：内科、小児科、皮膚科、産婦人科、整形外科、耳鼻科、眼科など全科の漢方薬による治療。

■産後母子健診（月～金）：12:00～予約制 当院退院5日目の赤ちゃんとお母さんの状態の診察を全員行います。

■乳児外来：毎週は火曜日午後（午後3時～4時30分）は、滋賀医大 小児科医師による健診を行います。

■胎児スクリーニング外来：（妊娠20-24週の間に行います。外来は、月曜日・水曜日・金曜日の午後2時～4時の間。1人20分前後。予約制。）
当院分娩予約の方 3000円 他院分娩予約の方 5000円

■アフターデリバリーサポート（母乳相談：月～土、育児相談：月・水・土）：退院した後のママと赤ちゃんの母乳相談や育児相談をプロの助産師がサポートします。
電話予約制。

■不妊外来（月～土）：タイミング指導やホルモン治療や漢方薬治療や精子検査を実施。1ヶ月1回（土曜日）兵庫医科大学の医師による不妊外来開始。

■更年期外来（月～土）：ホルモン治療や漢方治療を行い総合的な診察を行います。

■アンチエイジング外来（月～土）：プラセンタ注射や内服製剤での治療を行います。

堅田で見つけた美味しいもの PartⅢ

ひより堅田店さんのチーズケーキ

自家製生パスタ＆チーズケーキのひより堅田店さん。今回はこちらのドゥーブルチーズケーキを紹介したいと思います。ベイクドとやわらかレアチーズの2層構造で、口に入れるとふわ～と優しいチーズの味が広がります。甘すぎず、そしてチーズの味も強すぎないのでとても食べやすく、お客様からご年配の方まで美味しく召し上がっていただけるお味です。冷凍可能なので少し先の御来客用にストックもできます♪煎茶のチーズケーキもあり、こちらは程良いお茶の苦味でちょうどいい大人の味。その日の気分によって変えてみては如何でしょうか(^ ^)



分娩予約

妊娠20週までに受付で予約をして下さい。ご来院がむづかしいようでしたら一度連絡を頂けましたら適宜ご対応させていただきますので、まずはご連絡下さい。予約された方には、入院誓約書、直接支払い制度合意書をお渡しします。

アフターデリバリーサポート（助産師）（電話予約）

退院した後のママと赤ちゃんの母乳相談をプロの助産師がサポートします。授乳や赤ちゃんの体重の増え方、ミルクの飲み具合等について何でもご相談下さい。

母乳相談：月～土
育児相談：月・水・土



里帰り出産を予定されている方へ

当院は里帰り出産を受付けています。可能でしたら、妊娠19～22週頃にスクリーニング外来（ママと赤ちゃんの状態をチェックします）にて診療いたしますので、ご予約お願いいたします。もし、予定がむづかしければ受けておられなくても里帰り出産は可能ですのでご連絡下さい。当院での妊婦健診は妊娠34週頃から受け下さい。

分娩生活

正常分娩の場合、入院日を含め、初産婦の方は6日間、経産婦の方は5日間です。当院では立会い分娩を推奨しています（帝王切開を含む）。調乳及び飲み水は還元水を使用しています。

産後健診

月～金 12時～予約制

ベビー健診（電話予約）

1ヵ月、2ヵ月、3ヵ月健診（有料）、4ヵ月健診（公費）
日時：毎週月、水、金曜日 午後2時～3時（院長）
火曜日 午後3時～4時半（滋賀医大 小児科医）

入院食（手作り）

厨房スタッフの作る心のこもった手作り料理です。旬の素材、味付け、メニュー…など、絶えず工夫し研究しています。パンも焼き立てを用意します。退院前日、当院4階のレストランでディナーをお楽しみください。

産科医療補償制度

分娩により重度の脳性麻痺となった児及びその家族の経済的負担を補償し、原因分析と再発防止策を講ずるための制度。当院で通院方に、登録証を発行しています（妊娠16～22週）。詳細は受付でお聞きください。