



ルナルナ 通信

Luna Luna information

エムティーアイ

2015 年 2 月 27 日

Vol.19



『ルナルナ』ユーザーのアンケート調査「みんなの声」

「婦人科について」の調査結果

～行こう、検診！3月1日～8日は「女性の健康週間」～

(株)エムティーアイが運営する、女性のカラダとココロの健康情報サイト『ルナルナ』シリーズでは、毎月サイト内で「みんなの声」と題してアンケート調査を行っています。

多くのユーザーから回答が寄せられ、生理やカラダに関する内容ははじめ、ほかでは聞けない女性の悩みや本音が明らかになっています。

今回 Vol.19 では、「婦人科について」の調査結果をお届けします。

3月3日の“ひな祭り”や3月8日の“国際女性の日”といった女性にまつわる記念日が多い、3月1日から3月8日までの8日間は、「女性の健康週間」ということをご存知ですか？

日本産科婦人科学会と日本産婦人科医会が、「産婦人科医が女性の健康を生涯にわたって総合的に支援すること」を目指し、2005年より活動をスタートさせました。

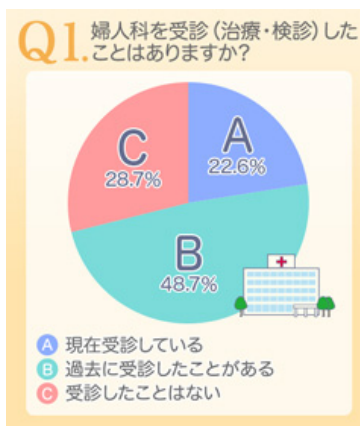
2008年からは、厚生労働省も主唱する国民運動として、国や地方公共団体などが、「女性が生涯を通じて健康で明るく、充実した日々を自立して過ごすことを総合的に支援する」ことを目的とし、さまざまな活動を展開しています。

今回は「女性の健康週間」に絡め、ルナルナユーザーに「婦人科について」のアンケートを行いました。

女性にとっては切っても切れない婦人科との関係。でも、婦人科には怖くて行きにくいイメージがある人も多いのではないのでしょうか？

今回のアンケート結果から、多くの女性が婦人科を身近に感じ、受診するきっかけとなれば嬉しいです。

■ 約3割の女性が婦人科を未受診！20代に入ったら受診することが理想的



Q1. 婦人科を受診(治療・検診)したことはありますか？

はじめに、婦人科を受診した経験があるか聞いてみました。

「過去に受診したことがある」48.7%と「現在、受診している」22.6%を合わせると、71.3%の女性が治療や検診、または相談など何らかの理由で婦人科を訪れた経験があることがわかりました。

婦人科を受診する理由は、生理痛などの月経トラブルといったカラダの不調や、“乳がん検診”や“子宮頸がん検診”のように、対象年齢になると自治体から送られてくる案内がきっかけで訪れる人が多いようです。

また、28.7%の人が「受診したことはない」と回答していますが、婦人科医によると、女性は20代に入ったら、婦人科検診を受けるのが理想的とのこと。

表立った不調がなくても、まだ若いから必要ないと自己判断せず、早めに婦人科を受診し自分のカラダをチェックしておくことが大切です。

若いうちに婦人科デビューしておけば、月経トラブルや妊娠などで悩みを抱えたときにも、迷わずに相談できるため、心強い味方となってくれるでしょう。

■ 「必要ない」「怖い」「恥ずかしい」…婦人科へ行かない人のホンネ！

Q2. 婦人科を受診しない理由を教えてください

必要性を感じない	31.3%
時間がない	19.4%
病気が見つかるのが怖い	11.3%
面倒である	9.1%
病状はあるが我慢している	6.9%
担当医が男性だと恥ずかしい	6.6%
内診が恥ずかしい	5.8%
その他	9.6%

Q2. 婦人科を受診しない理由を教えてください

では、Q1.で婦人科を「受診したことはない」と回答した人に、その理由を聞いてみました。

「必要性を感じない」31.3%が最も多く、次いで「時間がない」19.4%、「病気が見つかるのが怖い」11.3%という結果でした。

確かに自覚症状がないのに、わざわざ婦人科へ行く必要性を感じないというのが本音かもしれません。しかし、自分で気付かないうちに病の種を抱えていることもあります。

子宮内膜症は生理痛が重いだけでなく、放っておくと不妊の原因になってしまうこともありますし、性感染症は、時間が経つと病状が悪化するうえ、パートナーにうつしてしまうこともあります。

「病気の発見は早ければ早いほどいい」というように、早期発見することで、不妊や赤ちゃんをあきらめずにすむ…など、大事になる前に対処できることも多くあるようですので、症状がなくても受診して、自分のカラダの状態を把握しておくことが望ましいです。

また、「担当医が男性だと恥ずかしい」(6.6%)、「内診が恥ずかしい」(5.8%)という回答からもわかるように、婦人科の受診を「恥ずかしい」と躊躇してしまう人が1割以上いることもわかりました。

あらかじめインターネットなどで、「女医さんがいるか確認する」「診察内容を確認する」「病院の雰囲気調べ」などをチェックしてみたり、友達におすすめの婦人科を紹介してもらうなど、不安を和らげて自分に合った病院選びをしてみるといいかもしれません。

■ 婦人科は女性のカラダとココロをサポートしてくれる生涯のパートナー！

Q3. 現在、婦人科の悩みはありますか？(複数回答)

PMS(月経前のイライラ)	42.6%
月経の悩み・痛み	40.7%
頭痛	28.2%
おりものの悩み	18.6%
子宮の病気	13.2%
妊娠	13.2%
性生活	11.5%
不妊	11.4%
基礎体温	10.3%
更年期	9.9%

Q3. 現在、婦人科の悩みはありますか？(複数回答)

続いて、どのような婦人科系の悩みを抱えているのか聞いてみました。

1位が「PMS(月経前のイライラ)」で42.6%、2位が「月経の悩み・痛み」40.7%、3位が「頭痛」28.2%で、生理に関する悩みを抱えている女性が多いことが伺える結果となりました。

ほかにも、「子宮の病気」(13.2%)、「妊娠」(13.2%)、「不妊」(11.4%)などなど、婦人科系の悩みがあがりましたが、28.2%が回答した「頭痛」や「更年期」(9.9%)、その他の回答にあった、「子育て不安」や「拒食症・過食症」、「骨粗しょう症」など、一見、婦人科の診療範囲ではないような内容も、実は婦人科で相談できます。

それは婦人科が、ただ病気を治療するだけでなく、病気に発展しかねない不安の種を取り除いたり、毎日を健康で美しく過ごすためのアドバイスをしたり、妊娠へと導く手伝いをしてくれたり、女性のカラダとココロについて一番よく理解している専門家が、どんなことでも相談にのってくれる、女性の人生をまるごとサポートしてくれる生涯のパートナーだからです。

もし婦人科以外の診療が必要な場合でも、医師がきちんと案内してくれるので、何か気になることがある時は、気軽に相談してみることをおすすめします。

■ 伸縮自在の子宮に、ソラメほどの卵巣！？正しい女性のカラダを知ろう！

Q4. 子宮の正常な大きさはどれくらいだと思いますか？

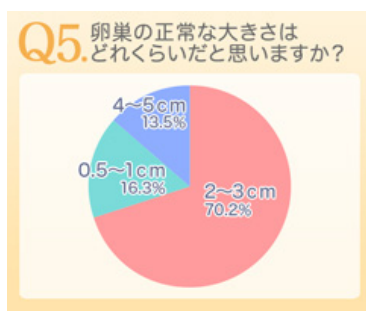


婦人科と上手につき合うには、そもそも女性のカラダがどういう仕組みで、何が正常なのかを知っておくことが大切です。まずはルナルユーザーに、女性の子宮の大きさを知っているか聞いてみました。

最も多かったのは「握りこぶしくらい」で 53.8%、次いで「鶏の卵くらい」35.2%、「ピンポン玉くらい」9.1%、「野球のボールくらい」2.0%と続きました。

正解は約 4 割の人が回答した「鶏の卵くらい」が正常な子宮のサイズです。妊娠すると 3kg ほどの赤ちゃんが入ることになりますが、それを考えると少し小さい印象です。しかし、子宮の筋肉は、人間のカラダの中でもっとも伸縮自在だといわれており、妊娠後期になると長さや幅が約 6 倍にも広がるというから驚きです。

Q5. 卵巣の正常な大きさはどれくらいだと思いますか？



続いて、卵巣の大きさを知っているか聞いてみました。

「2~3cm」という回答が 70.2%と最も多く、「0.5~1 cm」が 16.3%、「4~5 cm」が 13.5%という結果となりました。さすが健康意識の高いルナルユーザー、約 7 割の人が回答した「2~3cm」が正解です。

ソラメくらいの小さな卵巣は、女性のカラダの中でもっとも腫瘍ができやすい部分ともいわれています。しかし、腫瘍ができていても自覚症状があまりなく、大きくなって初めて診断されるケースも多いようです。

小さい腫瘍の時は分からないことも多いようですが、それでもお腹が少し痛くなったりはったりして異変を感じたり、腰痛で気づくこともあるので、普段から注意し、いつもと違う症状がある場合は婦人科を受診するといいかもかもしれません。

■ 子宮頸がんは、定期的な検診で早期発見・早期治療を！

Q6. 子宮頸がんについて知っていることを教えてください(複数回答)

検診で発見できる	73.1%
子宮頸がん予防ワクチンがある	67.7%
1年に1回検診を受けたほうがいい	62.5%
早期発見でがん化する前に治療ができる	59.6%
HPV(ヒトパピローマウイルス)が原因	37.9%
性行為で感染する	37.0%
年間3,000人が亡くなっている	4.7%
年間15,000人が罹患している	3.6%
その他	0.8%

Q6. 子宮頸がんについて知っていることを教えてください(複数回答)

次に、子宮頸がんについてどのようなことを知っているか聞いてみました。

1 位が「検診で発見できる」で 73.1%、2 位が「子宮頸がん予防ワクチンがある」67.7%、3 位が「1 年に 1 回検診を受けたほうがいい」62.5%でした。

子宮頸がんは、子宮の入り口である子宮頸部という部分に発生するため、子宮の入り口付近にできやすく、7 割以上人が回答した通り、検診で早期発見できるがんといわれています。

検診では、がんになる前の状態で発見できることもあるようなので、特に症状がなくても、20 歳を過ぎたら 2 年に 1 回は子宮頸がんの検診を受けることが望ましいです。早期発見できれば比較的治療もしやすいようですが、進

行すると子宮や卵巣を摘出する手術が必要となり、2013 年には日本国内で約 3,000 人^(※)の女性が亡くなっています。

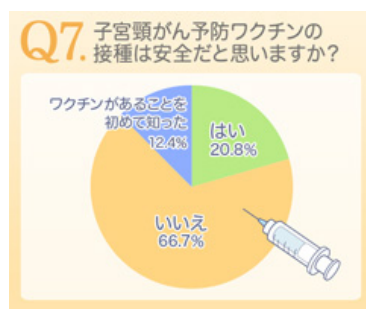
子宮頸がん発生の多くには、37.9%の人が回答している「ヒトパピローマウイルス(以下「HPV ウイルス」)」の感染が関連しています。性交経験のある女性の 8 割以上が一生涯に一度は感染するといわれており、多くの場合、症状がないうちに体内から自然に排出されると考えられていますが、数年~十数年にわたって感染が

続くと、子宮頸がんの前がん病変や子宮頸がんになることがあるようです。

そうならないためにも、定期的な検診で早期発見・早期治療することがとても重要といえます。

(※)出典元:女性の健康週間プレスセミナー(2015年)

■ 子宮頸がん予防ワクチンの接種は、産婦人科医の説明をしっかり受け慎重な判断を…



Q7. 子宮頸がん予防ワクチンの接種は安全だと思いますか？

最後に、子宮頸がん予防ワクチン接種が安全だと思っているか聞いてみました。「はい」が20.8%、「いいえ」が66.7%で、約7割の人が安全性について疑問を感じているという結果となりました。

HPV ウイルスの感染を予防できる、子宮頸がん予防ワクチンを予防接種として受けることが出来るようになりましたが、接種後に様々な副反応のリスクなどもみられることから、厚生労働省でも「現在、子宮頸がん予防ワクチンの接種を積極的にはお勧めしていません。接種に当たっては、有効性とリスクを理解した上で受けてください。」という発表をしています。

接種を考えている人は、上記の通り、産婦人科医などの専門家からワクチンの有効性とリスクについての説明を十分に受け、よく考えたうえで判断をしてほしいと思っています。

子宮頸がんは初期の頃は自覚症状がほとんどなく、気づかないことも多いようです。そのため、早期に発見するには、ワクチン接種をしても検診を定期的に受けることがとても大切です。

まだ婦人科にかかったことがない人や、パートナーがいて久しく検診に行っていない人は、3月の「女性の健康週間」をきっかけに婦人科を受診してみてください。

「女性の健康週間」の期間中には、全国で日本産科婦人科学会による市民公開講座が開催されます。

女性のカラダとココロに関する知識や理解を深めるよい機会となりますので、地域の講座に参加して自分のカラダについて見直してみることをおすすめします。

※ 調査実施時期：2015年1月 調査方法および人数：『ルナルナ』サイト内にて1,289名

今後も『ルナルナ』は、最も身近なモバイルを通じて、多くの女性のカラダとココロの健康をサポートする様々なサービスを提供していきます。



サイト名	ルナルナ®
概要	生理日予測を始めとする、女性のカラダとココロの健康情報サイト 携帯で簡単に体調管理ができる、女性のための健康情報サイト。 過去の生理日を入力すると、次の生理予定日や、妊娠しやすい時期・しにくい時期などを教えてくれます。生理周期からみた、その日のお肌やカラダの状態、美容情報、ダイエットサポート機能なども充実。女性特有の病気や性に関する悩みもサポートします。
課金額	月額 194 円(税込)
アクセス方法	『ルナルナ』で検索

※『ルナルナ』は(株)エムティーアイの登録商標です。



株式会社エムティーアイ

●報道関係の方からのお問い合わせ先

株式会社 エムティーアイ 広報室

TEL: 03-5333-6323 FAX: 03-3320-0189

E-mail: mtipr@mti.co.jp URL: <http://www.mti.co.jp>

●一般のお客様からのお問い合わせ先

株式会社 エムティーアイ コンタクトセンター

TEL: 050-8882-5921

E-mail: lnln_support@cc.mti.co.jp