

世界避妊デーを知っていますか？～望まない妊娠を防ぐために～

毎年9月26日は「世界避妊デー」、9月28日は「安全な妊娠中絶のための権利の日」。意図しない妊娠を減らすための国際的なキャンペーンが行われています。特に若年層の知識不足による間違った避妊を防いで、女性が主体的に妊娠・出産を自由に決定できるようになるにはどうすればよいか。パートナーシップと正しい避妊方法について考えてみましょう。



なぜ起こるのか 意図しない妊娠

間違った避妊方法や
パートナーと話し合えない関係性

妊娠・出産を自由に決定する権利は、すべての女性がつまびきですが、望まない妊娠の不安を抱えている女性は少なくありません。

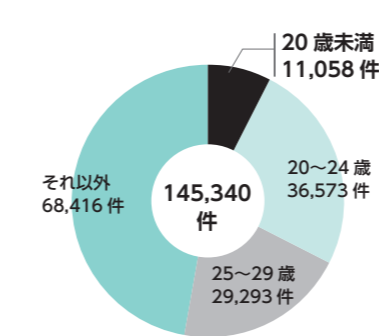
意図しない妊娠は、なぜ起こってしまうのでしょうか。その背景には、日本の性教育が不十分で、避妊に対する正しい知識がないまま性行為をしてしまうという現状があります。また「避妊について話すことは恥ずかしい」という風潮もあり、正しい情報を得られず、パートナーとも話し合えず、女性の方から避妊をしてほしいと言えない関係性も要因となっています。中には、避妊をしてほしいと男性に頼んでも聞き入れてもらえず、何度も中絶手術を受けている、望まない妊娠・出産を繰り返しているという、深刻な悩みを抱える女性もいます。

若年層(20歳未満)の中絶が 年間1万件以上！

意図しない妊娠をしてしまって、どうしても出産できない場合、人工妊娠中絶をしなければなりません。厚生労働省が取りまとめた人工妊娠中絶数の状況によると、性に対して未熟な10代の若年層のうち、年間1万人以上の女性が中絶をしているのが現状です【表1】。

望まない妊娠をして中絶を余儀なくされた女性は、身体だけでなく心にも深い傷を負ってしまいます。たとえば、日本の中絶方法は掻爬法(子宮内の妊娠組織を掻き出す手術)が主流ですが、世界82カ国では、WHOが安全性の高い方法として推奨している「経口中

【表1】人工妊娠中絶件数



引用：厚生労働省資料「令和2年度の人工妊娠中絶数の状況について」
【月別人工妊娠中絶数の推移】

「絶薬」が服用できます。これは安価(海外平均価格740円)で、女性の身体への負担も少なくて済むといわれていますが、日本ではまだ承認されていません。

避妊について話せる パートナーシップ

性交の同意を確認し合える関係へ

最近では、小さい頃から自分のプライベートゾーンを他人に見せない・触らせない、嫌なら「NO」とはっきり言う、という性教育が始まってきています。それと同様に、パートナーとのスキンシップでも、お互いの意思を確かめ合って、尊重し合える関係づくりをしていきたいですね。

国立社会保障・人口問題研究所「第15回出生動向基本調査」(2015年)によると、性交経験のある未婚男女の9割近くが避妊を行っています。90%以上がコンドームによる避妊だと回答しています。低用量避妊薬(ピル)を服用している女性はわずか5.4%。

正しい避妊方法で 妊娠を防ごう

その避妊方法は大丈夫？

安全で効果の高い避妊を知ろう！

意図しない妊娠を防ぐためには、安全で正しい避妊をすることが

一方、フランスではピル36.6%、子宮内避妊器具(IUD)21.5%、コンドーム7%。スウェーデンでもIUD 27.5%、ピル15.5%、コンドーム11.5%(内閣府男女共同参画局2021年)女性の生理と妊娠等に関する健康について、欧州では、ピルやIUDなど女性主体の避妊が主流になっていますが、日本では圧倒的に男性主体の避妊に頼っています。そのため、男性に避妊してもらえないと、意図しない妊娠が起こってしまうのです。

カップルが気軽に避妊について話し合い、ふたりが本当に望んだタイミングで妊娠できるよう、避妊方法を確認し合えるパートナーシップを築いていくことが大切です。

知っていますか？ 正しい避妊方法

1 低用量避妊薬(ピル)

1日1錠、毎日ほぼ同じ時間に正しく服用することで排卵をストップさせることができ、高い避妊効果があります。購入するには医師の処方箋が必要。

3 子宮内避妊器具(IUD)

子宮の中に器具を装着することで、受精卵の着床を防ぎます。医師による装着・除去が必要ですが、一度の装着で2~5年間の高い避妊効果があります。

5 基礎体温

毎朝きちんと体温を測定して排卵期を把握し、避妊の目安にする方法。体調不良や疲労、ストレスなどで体温が変動して排卵期が見つけにくくなることも。

2 コンドーム

薬局、コンビニなどで誰でも購入できますが、男性の性器に装着するため同意が必要。装着ミスや使用中のズレ、破損による失敗の危険性もあります。

4 子宮内避妊システム(IUS)

子宮内に装着する器具で、黄体ホルモンを放出するため、一度の装着で最長5年間、より高い避妊効果が期待できます。医師による装着・除去が必要。

6 緊急避妊薬(アフターピル)

性交後72時間以内に薬を服用することで妊娠を防ぐことができます。早く服用するほど効果は高まりますが、あくまで緊急用で、医師の処方箋が必要。