

より自分らしい人生を、イキイキと楽しむ女性のために…

子宮内黄体ホルモン放出システム



Intrauterine system

信頼できる避妊法とは?	1~2
IUSって何?	3~4
IUSが適している女性	5~6
IUSの使用に際して(挿入前)	7~8
IUSの使用に際して(装着後)	9~10
IUSを適切にご使用いただくために	11~12
Q & A	13~14
IUSダイアリー	15~16

Contents

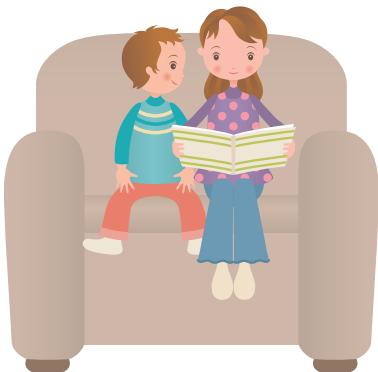
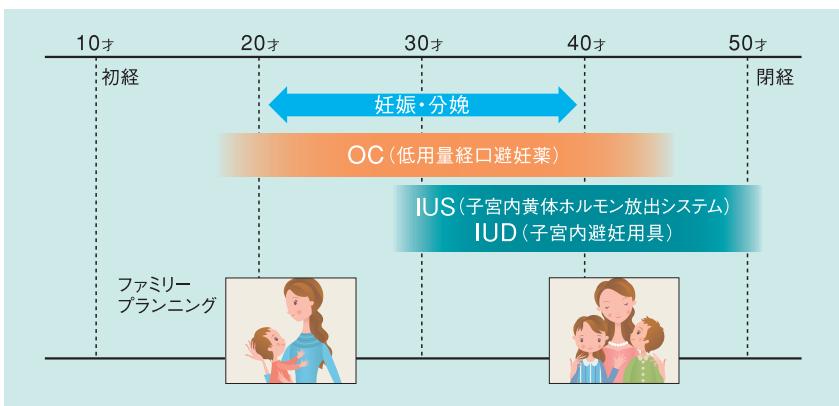
あなたは、自分の人生を楽しんでいますか？
女性の人生を豊かにするためには、夫・パートナーとの良好な関係を持つこと、そして健康的な生活を送ることが大切です。
パートナーとの良好な関係を保つために避妊について考えてみませんか？
毎日避妊のことを考える必要のない生活を送りたい、月経日数が減ることでより快適な時間を過ごしたい。
そう願う女性を支える・・それが、IUSです。



信頼できる避妊法とは？

あなたに合った避妊法を選びましょう。

現在、日本で用いられている避妊法にはさまざまな種類がありますが、それぞれの年齢や生活環境、将来の出産予定、パートナーの協力度によって自分に適した避妊法を選ぶことができます。自分のカラダのことやパートナーとのライフスタイルを考えながら、無理なく確実な方法を選ぶことが大切です。



避妊法として効果の高いものは、IUS(子宮内黄体ホルモン放出システム)、IUD(子宮内避妊用具)、OC(低用量経口避妊薬)です。その中でもIUSは、OCの高い避妊効果とIUDの長期にわたる避妊という二つの特徴を併せ持っており、OCやIUDよりも高い避妊効果を示します。^{※注記}これらは世界の多くの女性に使用されている信頼できる避妊法です。

それぞれの特徴を理解した上で、自分にあった避妊法を選択しましょう。

避妊法	IUS (子宮内黄体ホルモン 放出システム)	銅付加IUD (子宮内避妊用具)	OC (低用量経口避妊薬)								
メリット	<ul style="list-style-type: none"> 一度の装着で数年にわたる長期の避妊が可能。 毎日、避妊のことを考える必要がない。 月経血量が減少する。 月経痛が軽くなる。 	<ul style="list-style-type: none"> 一度の装着で数年にわたる長期の避妊が可能。 毎日、避妊のことを考える必要がない。 授乳中でも使用できる。 	<ul style="list-style-type: none"> 毎日、正しく服用している間は期限なく使用できる。 避妊以外の利点（月経血量の減少、月経痛の緩和など）がある。 								
デメリット	<ul style="list-style-type: none"> 装着後初期に月経時期以外の出血が続くことがある。 医師による装着、除去が必要である。 	<ul style="list-style-type: none"> 月経血量が増えることがある。 医師による装着、除去が必要である。 	<ul style="list-style-type: none"> 服用初期に吐き気や頭痛などがあらわれることがある。 授乳中は使用できない期間がある。 飲み忘れにより避妊効果が激弱する。 								
失敗率 ^{*1} (妊娠率)	<table border="1"> <tr> <td>理想的な使用^{*2} (%)</td> <td>0.2</td> </tr> <tr> <td>一般的な使用^{*3} (%)</td> <td>0.2</td> </tr> </table>	理想的な使用 ^{*2} (%)	0.2	一般的な使用 ^{*3} (%)	0.2	<table border="1"> <tr> <td>0.6</td> </tr> <tr> <td>0.8</td> </tr> </table>	0.6	0.8	<table border="1"> <tr> <td>0.3</td> </tr> <tr> <td>9.0</td> </tr> </table>	0.3	9.0
理想的な使用 ^{*2} (%)	0.2										
一般的な使用 ^{*3} (%)	0.2										
0.6											
0.8											
0.3											
9.0											
											

*1:女性100人が1年間、その避妊方法を使用した場合の失敗率(妊娠率)

Contraceptive Technology, 20 ed., Ardent Media, 2011 Table3-2 改変 <http://www.contraceptivetechnology.org/CTFailureTable.pdf>

*2:選んだ避妊方法を正しく継続して使用している場合

*3:一般的に使用している場合(経口避妊薬は飲み忘れた場合を含む)

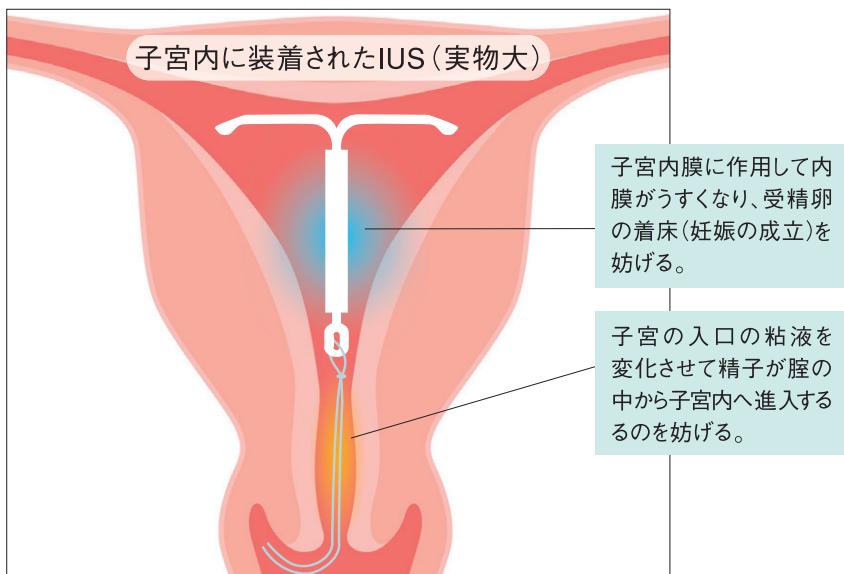
※注記:どんな避妊法も100%の避妊効果はありません。

IUSって何？

IUSとはIntrauterine Systemの略で、黄体ホルモンであるレボノルゲストレルを子宮の中に持続的に放出する子宮内システムで、OC(低用量経口避妊薬)の高い避妊効果と、IUD(子宮内避妊用具)の長期の避妊が可能であるという特徴を持っています。現在では世界130カ国以上で、約2千万人を超える女性が使用しています。

○IUSの作用メカニズム

IUSは、子宮内膜に作用して内膜（赤ちゃんのベッドになるところ）がうすくなり、受精卵の着床（妊娠の成立）を妨げたり、子宮の入口の粘液を変化させて精子が腔の中から子宮内へ進入するのを妨げたりすることで避妊効果を発揮します。また、子宮内膜をうすくすることにより、月経量を減らすとともに、月経痛を軽くする効果があります。



○IUDとIUS

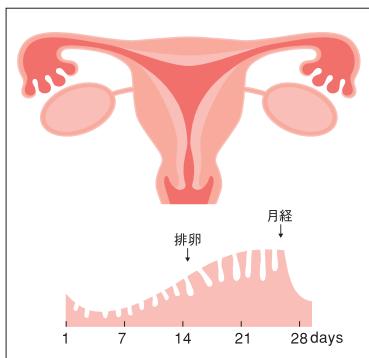
IUDとは Intrauterine device 子宮内避妊用具の略で、避妊の目的で子宮内に装着する小さな器具のことです。IUDには避妊効果を高めるために、銅が付加された銅付加IUD、薬剤が付加された薬剤付加IUDもあります。この薬剤付加IUDの中で黄体ホルモンを用いたものがIUSです。

○IUDとIUSの違い

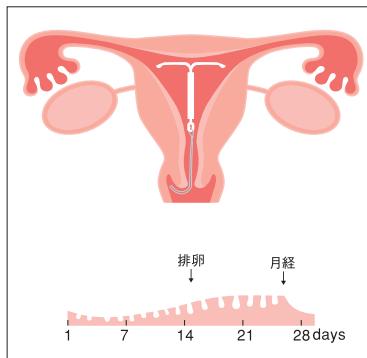
IUDもIUSも「子宮内に入れる避妊具」です。IUDは、子宮内にIUDという異物を入れることにより、異物反応を起こし、精子の運動を阻害したり、精子・卵子の受精を阻害することにより避妊効果を示します。また、IUD装着後は月経量が増加することがあります。

一方、IUSは子宮内に装着されたあと、付加された薬剤（黄体ホルモン）が子宮の中で少しずつ放出されます。この黄体ホルモンは子宮内膜の増殖を抑える働きがあるため、内膜はうすい状態となり（下図）、そのためIUDとは異なり、月経量は減少します。

子宮内膜の変化



IUS装着なし



IUS装着中～子宮内膜は薄くなる～

IUSが適している女性

IUSは一度装着すれば最長5年間にわたり効果が持続します。出産経験があり、長期の避妊を望む女性に適しています。また、月経量が多い方や、強い月経痛の方の治療にも用いられます。

○IUSが適している女性

これ以上妊娠を希望しない女性

次の出産まで期間をあけたい女性

長期にわたり避妊を望む女性

月経量が多く、貧血で悩まれている女性

強い月経痛で悩まれている女性

経口避妊薬などのホルモン薬の飲み忘れが心配な女性



IUSを避妊のために使用する場合には、
保険は適用されません。

○IUSが適さない女性

下記のような症状や状態の人はIUSを使用できない場合があります。使用できないかどうかは状態によって異なりますので、詳しくは医師に相談してください。

IUSの成分に対して過敏症がある

性器癌、黄体ホルモン依存性腫瘍にかかっている、またはその疑いがあるといわれたことがある

月経以外の異常な性器出血がある

医師に子宮の形や位置に異常があるといわれたことがある
(子宮腔の変形があるような子宮筋腫を含む)

性器感染症(子宮内膜炎、卵管炎など)がある

過去3ヵ月以内に性感染症にかかったことがある

子宮頸管炎または腔炎にかかっている

現在、骨盤内炎症性疾患(PID)にかかっている、または何回もPIDを繰り返している

過去3ヵ月に分娩後子宮内膜炎または感染性流産を経験したことがある

異所性妊娠(子宮外妊娠)を経験したことがある

IUS、IUD(子宮内避妊用具)挿入時や子宮の出口(頸管)を拡張する時に強い痛みがあったり、脈が遅くなったことがある

重い肝障害または肝腫瘍がある

現在、妊娠している、または妊娠している可能性がある

IUSの使用に際して（挿入前）

○IUSの使用に際して注意が必要な女性

次の項目に1つでもあてはまる場合は、絶対にIUSを使用できないというわけではありませんが、IUSを挿入する前に必ず医師に申告してください。

先天性的心疾患または心臓弁膜症がある

糖尿病である

肝障害がある

出産経験がない

てんかんがある

副腎皮質ホルモンの長期投与療法を受けている

授乳中である

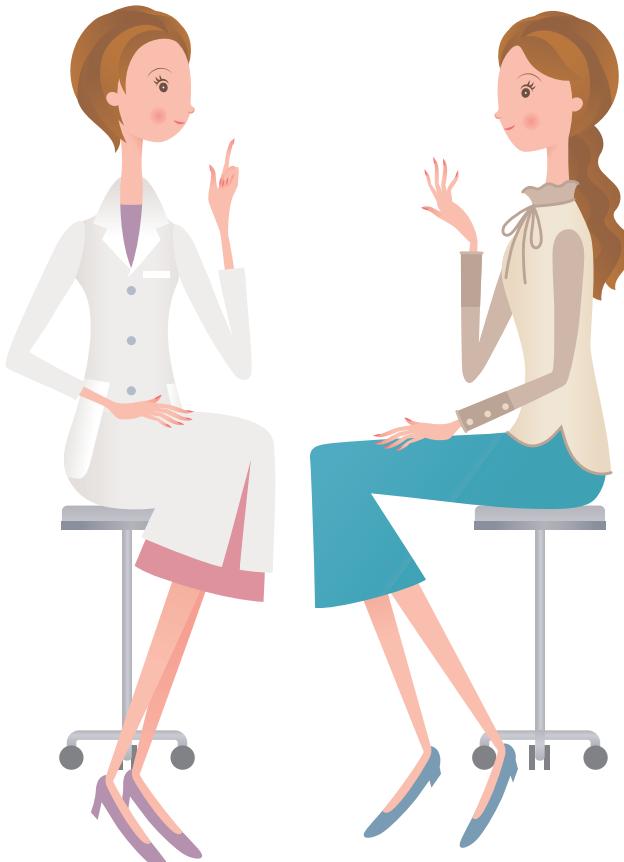
○挿入する前に行うこと

IUSを挿入する前には、子宮の位置やサイズ、骨盤内諸臓器、乳房の検査、腔内容物の検査などを行います。その他、妊娠していないこと、性感染症にかかっていないことを確認します。

○挿入方法—いつどのように挿入するの？

IUSは月経開始後7日以内に挿入します。妊娠初期の流産または妊娠初期の人工妊娠中絶の場合はその直後に挿入することができます。ただし、出産後は子宮の回復(6週間以上)を待ってから挿入します。

子宮の入り口を消毒し、IUSが入った細くて柔らかいプラスティックのチューブを使って子宮内に挿入します。挿入時は痛みを感じることがありますが、装着後はそのまま帰宅できます。



IUSの使用に際して（装着後）

○装着後に注意すること

装着後数日間は出血、下腹部痛、腰痛、おりものなどの症状があらわれることがあります。

症状が長く続くときやひどい場合は受診してください。

○IUSの副作用

下記のような副作用が起こることがあります。症状が長く続くときやひどい場合は医師に相談してください。

月経出血日数の延長	月経周期の変化
卵巣のう胞(通常はホルモン変化に伴う一時的なもの)	
IUS除去後の出血	月経時期以外の少量の出血
腹痛 など	

その他、骨盤内炎症性疾患、異所性妊娠(子宮外妊娠)、IUSの脱出*、穿孔**にも注意する必要があります。発熱、下腹部痛、おりものの異常、急な出血、疼痛、性交痛、急な腹部膨満感、下腹部痛(圧痛)などの症状があった場合は、直ちに受診してください。また、月経の遅れ(無月経)があった場合は、稀ですが妊娠していることも有り、しかもいつもと違う出血や腹痛が始まった場合は、頻度は低いものの異所性妊娠(子宮外妊娠)の可能性もあります。早期の処置が必要となりますので直ちに受診してください。

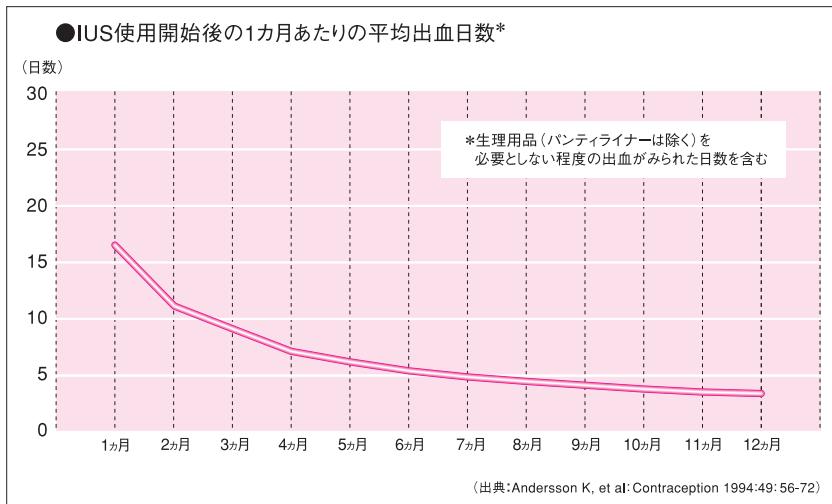
* IUSの脱出:子宮の形の異常、子宮筋腫などを合併していると、脱出の頻度は高くなります。

**IUSの穿孔(せんこう):まれにIUSが子宮壁に入ってしまうことがあります。

○IUS装着後にみられる出血パターンの変化

「IUSの使用に伴う出血パターンには個人差がみられます」

IUSの使用を開始してから数ヵ月間は多くの女性に月経と異なる出血がみられることがあります。しかし、通常は時間の経過とともに減少します。



また、黄体ホルモンの作用により子宮内膜がうすくなるため、月経の回数が減り、1年後には約20%の人では月経が起らなくなります。

IUS装着中に月経が起らなくなることは必ずしも妊娠または閉経を示すものではありません。ただし、前回の月経から6週間以内に月経が起らない場合や、吐き気、嘔吐、食欲不振などのつわりのような妊娠を疑う兆候があらわれた場合は、直ちに受診してください。

IUSを適切にご使用いただくために

○装着後の定期検診について

「かかりつけの産婦人科で定期的に検診を受けましょう」

IUSを適切に使用していただくために、IUSの位置や出血の状況などを確認する定期検診はとても重要です。

IUS使用開始後3ヵ月以内（医師の指示があれば1ヵ月後も）、1年後（または必要に応じてそれ以前）に必ず検診を受けてください。

IUSの効果を維持するためには、IUSが正しい位置にあることが大切です。まれに、IUSが気付かないうちに脱出してしまうことがありますので、出血や疼痛など位置のずれや脱出を疑う症状がみられた場合は、速やかに受診してください。

また、このほかにもからだの変化に気付かれた場合や、妊娠を疑う兆候がみられた場合は、速やかに受診してください。

なお、実際にIUSを装着される方は、医師から提供される「使用者用説明書」を必ずお読みください。

○出血パターンの記録

「定期検診には出血パターンの記録を持参しましょう」

IUSの使用を開始してから数ヵ月間は月経と異なる出血がみられることがあります。しかし、通常は時間の経過とともに、出血の日数や量が減ってきます。出血パターンの変化は、からだの状態を知るうえで大切な情報となりますので、出血状況をIUSダイアリーに記録し、検診時に持参してください。(P15、P16のIUSダイアリーを参照)



Q&A

Q1

IUSで必ず避妊ができるの？ また、いつから避妊効果があるの？

- IUSは高い避妊効果があります。報告によって異なりますが、正しく使用した場合の1年間に妊娠する確率は、0.2%※です。なお、避妊効果は装着後すぐに得られます。

※Contraceptive Technology, 20 ed., Ardent Media, 2011 Table3-2
<http://www.contraceptivetechnology.org/CTFailureTable.pdf>

Q2

IUSには、どんな作用があるの？

- IUSは子宮内膜に作用して内膜(赤ちゃんのベッドになるところ)をうすくして着床(妊娠の成立)を妨げたり、子宮の入口の粘液を変化させて精子が腔の中から子宮内へ進入するのを妨げたりすることで避妊効果を発揮します。
- また、子宮内膜をうすくすることにより月経量を減らすとともに、月経痛を軽くする効果があります。



Q3

どのくらいの期間、効果があるの？

- IUSが正しく装着されていれば長期間効果は持続しますが装着後5年を超えないうちに交換してください。
- また、取り出すと同時に新しいIUSを挿入することができます。

Q4

妊娠したくなったら どうすればいいの？

- 医師によってIUSを取り出すことにより、挿入前の状態に戻りますので、妊娠は可能となります。

Q5

IUSを装着していても授乳できるの？

- 授乳は可能です。しかし、IUSの薬の成分が微量ながら母乳中へ移行することが報告されているため、授乳中の人に一番に薦める避妊法ではありません。
- 必ず医師に相談してください。

Q6

IUSは性交に影響するの？

- IUSが性交に影響することはあります。もし、性交時に違和感がある場合はIUSが正しい位置に装着されていない可能性がありますので、性交を避け医師の診察を受けてください。

Q7

IUSを挿入する時、痛みはあるの？

- IUSを挿入する時は、痛みや出血が起こることがあります。

Q8

高血圧、不整脈のある人でも**IUSは装着できるの？**

- IUSは局所的に作用するので特に問題はありませんが、先天性的心疾患、心臓弁膜症がある場合は、挿入前に必ず医師に申告してください。

Q9

IUSを装着すると太るの？

- IUSを装着することによる、体重への影響はほとんどないといえるでしょう。

Q10

タバコを吸っていても、**IUSは装着できるの？**

- IUSはタバコを吸っている人でも装着することができます。

Q11

IUSを装着していても、X線やMRIの検査を受けることはできるの？

- IUS装着中もX線やMRIの検査を受けることは問題ありません。ただし、IUSは画像にうつりますので、検査を受けられる際にはIUSを装着していることを医師にお伝えください。

Q12

IUSを装着して月経が来なくなるのは、体の中の女性ホルモンが分泌されなくなるからなの？

- IUSは子宮の中で局所的に作用するので、月経の出血がない場合でも、体の中の女性ホルモンが分泌されなくなることはありません。排卵もおこります*。

*一部の方では排卵が抑えられる時があるとされています。



生理のミカタ

痛い！ツライ！テキは毎月やってくる★

<http://seirino-mikata.jp>



産みたい時に産むために一緒に学ぼう

避妊のススメ

<http://hininno-susume.jp>

