

詳しくはお近くの
婦人科で相談してね！



生理トラブルを解決するためのウェブサイト

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>



モバイルからもアクセスできます。



バイエル薬品株式会社

やっつけるぞ！生理痛

生理痛のつらい症状でお悩みのあなたに

ボクが
応援するよ！



監修 医療法人 うたし会 クリニックロタージェ
院長 林 秀樹

やっつけるぞ！生理痛 ～アルバイト編～





月経困難症とは？
生理(医学的には月経といいます)にともなって
おきる腹痛などの症状がひどく寝込むなど日常
生活に支障のある場合を言います。
月経困難症には、原因となる病気のない場合
もありますが、病気が原因となっている場合
もあります。生理痛などの症状がひどい場合
には、がまんせず、早めに婦人科で相談するこ
とをおすすめします。

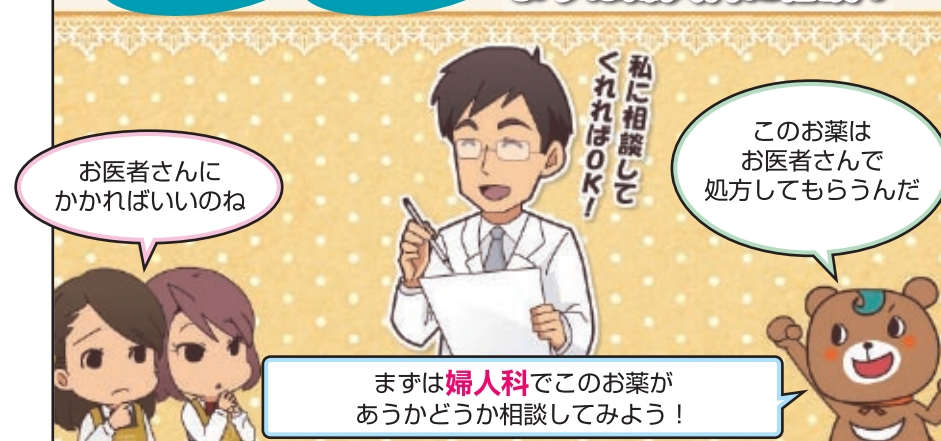
→詳しくは9Pへ



痛みの原因を元からおさえる **月経困難症の治療薬** (女性ホルモンのお薬)



私でも飲める？ どこで買える？ **まずは婦人科に相談！**



→詳しくは11~13Pへ

今だ！やっつけるぞ！
モンスターも規則正しく
キッチンと収納BOX!

キッチンと無駄なく
収納される～

いや～ん！

グオオーッ!

支払いはこの
ゴールドミカタカードで！

シャキーン

平和も戻ったことだし
二人とも、僕と一緒に
ブレイクしない？

さっきはつい忙しくて
言い過ぎちゃったよ…
ごめんね

いえ！

このカード
期限切れよ

やっつけるぞ！**生理痛**
～デート編～



数ヶ月後のある日…

全然、今来たところ★

ごめんね、
お待たせ～

実は今日**生理**で…

せっかくのミカタランドもいろいろ心配で
心から楽しめないよね…

こんなことになったらどうしよう…

動けんやろ～
辛あても、誰も助けて
くれまへんでえ～

ウゴ～ケン

痛みや気分の悪さで
動けなくさせる

ホラホラ！
モタモタしてると
溢れちゃうゾ～！

オ～イ～

経血量を多くさせる

月経困難症とは？

生理(医学的には月経といいます)にともなっておきる腹痛などの症状がひどく、寝込むなど、日常生活に支障のある場合を「月経困難症」と言い、治療の対象となります。

機能性

月経困難症

原因となる病気のない
月経困難症

器質性

月経困難症

子宮内膜症などの病気が原因となっている
月経困難症

月経困難症は人によってその原因は異なり、これらを正しく見分けるためには、医師による診断が必要です。

生理痛は「がまん」するものと思いませんか？
「体質」だと思ってあきらめていませんか？
決してそうではありません。
一人で悩まず、まずは婦人科で相談して、正しく診断を受け、適切な治療方法を見つけましょう。



こんな症状があったら要注意！ あなたの生理痛をチェック

痛みのこと

- ☐ 生理痛がひどく、学校や会社を休むなど、日常生活にも支障がある
- ☐ 生理のとき鎮痛薬がいつも必要になる
- ☐ 市販の鎮痛薬が効かないくらい痛い
- ☐ 生理痛の痛みがだんだん増してきている
- ☐ 生理痛で起き上がれないことがある
- ☐ 生理の時以外にも、下腹部や腰に痛みを感じる
- ☐ 生理期間に頭痛や吐き気がある
- ☐ 排便のときやセックスのときに痛みがある

生理のこと

- ☐ 生理の出血量が多いと感じる
- ☐ 出血のとき血のかたまりが出る
- ☐ 生理の期間が長い
- ☐ 生理ではないときに出血がある

ひとつでも思いあたる症状があれば、病気がかかっているかも。すぐに婦人科で相談しよう。

CHECK★



知っておくと安心！ 婦人科で行う診察と検査



問診

あなたの状況を詳しく知る為に、問診を行います。

触診

しこりなどがないかを、腹部を触って調べます。

内診

子宮や卵巣の状態、痛む場所などを、腔の中から調べる検査です。
この検査は、無理に行われることはありません。
ご希望をお聞きしてから行います。

超音波検査

超音波をあてて、画像として子宮や卵巣の状態を確認します。
お腹の上から検査する方法と腔の中から検査する方法があります。

血液検査

血液検査により、原因となる病気の可能性を調べます。

その他の検査

性感染症検査：性感染症（クラミジア・淋病・トリコモナスなど）に感染していないかどうかを調べる検査です。
MRI検査など：さらに詳しく調べるために必要に応じておこなわれます。

希望して受けたほうが良い検査

この機会に、子宮頸がんの検査は受けておくと良いでしょう。

月経困難症の治療

月経困難症の治療にはその人の症状にあわせた色々な方法があります。ドクターと相談し、あなたにあった治療法を見つけましょう。

鎮痛薬

生理時に発生する痛みの原因物質「プロスタグランジン」の合成を抑え、痛みを和らげます。
痛みが出るまでに、早めに服用するのが効果的です。

月経困難症治療剤（女性ホルモン薬）

女性ホルモンであるエストロゲン（卵胞ホルモン）とプロゲステロン（黄体ホルモン）を含むお薬です。
排卵や子宮内膜が厚くなることを抑えて、痛みの原因物質や「プロスタグランジン」の分泌を抑制し、生理痛や腰痛などの症状を軽くする効果があります。
毎日1回、決まった時間に飲みます。



漢方薬

からだの状態に合わせて、体調を整えるための漢方薬などを使用することもあります。

原因となっている病気があるとき

その病気の状況に応じて、専用の薬による治療や、必要な場合には手術などがおこなわれます。

月経困難症治療剤 (女性ホルモン薬)



Q ドラッグストアで買えますか？

A 買えません。医師による処方せんが必要です。
お近くの婦人科で診察を受け、このお薬での治療が
あなたに合うかどうか、正しく診断してもらいましょう。

Q 誰でも飲めますか？

A 以下のような方は服用できません。
以下の点以外にも、身体の状態を医師と相談のうえ、
服用できるかどうかを総合的に判断していきます。

- ・35歳以上で1日15本以上タバコを吸う方
- ・血栓性静脈炎、肺塞栓症、脳血管障害、冠動脈疾患にかかっている またはかかったことのある方
- ・乳がん、子宮内膜がん、子宮頸がんにかかっている、
またはかかったことのある方
- ・脳血管、心血管系の異常がある方
- ・肝腫瘍や肝障害のある方
- ・高血圧(軽度を除く)、糖尿病(糖尿病性腎症、糖尿病性網膜症等をとともう)、
脂質代謝異常のある方
- ・重い腎障害や急性腎不全の方
- ・妊婦または妊娠している可能性のある方、授乳中の方
- ・最近手術をした、またはその予定のある方

Q 副作用はありますか？

A 飲みはじめのころに頭痛や吐き気、月経(生理)とは違う
軽度の出血などがあらわれることがあります。
また、頻度は少ないですが重い副作用として血栓症も
報告されています。医師の定期的な診察を受け、
気になることはすぐに相談することが大切です。
(血栓症:血のかたまり(血栓)が突然詰まることで起きる病気です。)

Q このお薬を服用すると将来妊娠できなくなるというのは
本当ですか？

A 将来妊娠できなくなるようなことはありません。
お薬を服用している間は排卵が抑えられていますが、
服用をやめれば通常の状態に戻ります。

Q このお薬を飲むと乳がんになりやすくなるというのは
本当ですか？

A このお薬が乳がんのリスクを高めるという
明らかな根拠となるデータはありません。
乳がんは早期発見が重要です。
このお薬を飲んでいるかどうかにかかわらず、
自己検診、乳がん検診を心がけましょう。

Q このお薬を飲むと太るというのは本当ですか？

A このお薬が原因で太るという
明らかな根拠となるデータはありません。

Q ほかのお薬を飲んでいるときには服用できないのですか？

A お薬の種類にもよりますので、お薬の種類を医師や
薬剤師に伝え、その指示にしたがってください。