

《低用量ピルについて》

低用量ピルとは、低用量の女性ホルモンを含むホルモン剤です。
主に以下の目的で処方されます。

*避妊

*生理にまつわる症状の緩和(月経困難症・月経異常・PMS・PMDD など)

*子宮の症状の改善(子宮内膜症など)

*生理日の移動

*その他子宮体がんの予防やニキビの症状改善など

【低用量ピルの中には保険適用されるピルとされないピルがある】

月経移動やピルの休薬期間などを除くと、低用量ピルは原則として毎日服用します。
服用を止めると緩和した症状が戻ってしまうケースも非常に多いため、金銭的な負担になることもあるでしょう。

そこでよく聞かれるのが、「低用量ピルは薬なのだから、保険が適応されるのでは？」という質問です。

低用量ピルは確かに薬です。

そのため、医師の診察を受け、医師が「病気の治療の一環として低用量ピルの服用が必要」と判断し処方したのに関しては、健康保険が適用されます。

現在日本では、月経困難症・子宮内膜症の治療を目的としてピルを服用する場合は保険が適用されます。

一方で、妊娠は病気ではないと判断されるため、避妊を目的とする場合は健康保険適用外となります。
月経移動なども病気を治療するわけではないため、同じく保険適用外です。

まとめ

●健康保険適用

月経困難症・子宮内膜症の治療や症状緩和

●健康保険適用外

避妊、PMS(月経前症候群)の改善、肌荒れの改善、月経移動など

保険適用のピル「LEP」

月経困難症や子宮内膜症の治療や症状の緩和に用いられる低用量ピルを LEP (low dose Estrogen-progestin) と呼びます。読み方は「レップ」。

生理に関わる症状の緩和に適した低用量のホルモン薬(エストロゲン、プロゲステロン配合)です。LEP には以下の種類があります。

- | | |
|-----------------|---------------|
| ・ルナベル ULD(超低用量) | ・ルナベル LD(低用量) |
| ・フリウェル ULD | ・フリウェル LD |
| ・ヤーズ | ・ヤーズフレックス |
| ・ドロエチ | ・ジェミーナ |

それぞれに服用方法やホルモンの種類・配合量に違いがあり、低用量ピルとの相性や、症状緩和に必要なホルモン剤などを考慮して処方されます。

保険適用外の自費ピル「OC」

避妊を目的として服用する低用量ピルを OC と呼びます。読み方は「オーシー」。

月経移動などに用いるのも主に OC です。

OC は Oral Contraceptive の略称で、日本語では、経口避妊薬という意味です。

避妊効果が認められる薬剤として承認を受けており、排卵の抑制以外にも受精卵が着床しにくい状態を保つ効果が期待でき、正しく内服できていれば 99% と高い確率で避妊可能です。

OC には、以下の種類があります。

- | | |
|---------|-----------|
| ・シンフェーズ | ・トリキュラー28 |
| ・アンジュ | ・ラベルフィーユ |
| ・ジェミーナ | ・マーベロン |
| ・ファボワール | |

それぞれ黄体ホルモンの含有量が異なり、それにより避妊以外の面でも副効用として生理痛や PMS の緩和、ニキビ改善なども期待できます。

【低用量ピルの副作用】

- ・血栓症
- ・吐き気
- ・むくみ・乳房の張り
- ・不正出血
- ・気分の落ち込みや眠気
- ・病気のリスク

① 血栓症

1 点目の副作用は血栓症(けっせんしょう)です。

血栓症とは、血液が固まって詰まってしまう症状です。血栓が詰まってしまうと、場所によっては脳梗塞や心筋梗塞などの原因になってしまうことも。

しかし、ピルを飲んでいる人だけが血栓症を引き起こすわけではありません。また、出産後の人や喫煙者、肥満気味の人や 40 歳以上などは、ピルの服用に限らず血栓症の発症度が高くなります。

とはいえ低用量ピルを服用する場合は、血栓症の初期症状を理解しておくことで万が一の場合にも対応ができます。

特に**低用量ピルを服用し始めて 3 ヶ月以内は気をつける**ようにしましょう。

以下のような症状や身体の変化を感じた場合は、服用をやめて医師へ相談してください。

- 激しい頭痛
- 腹痛
- 胸の痛み
- 舌のもつれ
- ふくらはぎや太ももの腫れや痛み

また、血栓症を発症させないために普段から意識しておくことは以下の 3 つです。

- こまめに水分補給をする
- 過度な喫煙を控える
- 過度な飲酒を控える

② 吐き気

2 つ目の副作用は、吐き気などの不調です。

これは、ピルの中に含まれているエストロゲンと呼ばれるものによる副作用で、特にピルを飲み始めてから 3 ヶ月後以内に引き起こすことが多いのが特徴です。吐き気がひどい場合は、吐き気止めを処方してもらうこともできるため、しばらくピルを飲んでみて「吐き気が気になる」「吐き気が辛くて集中できない」という方は医師に相談してください。

③ むくみ・乳房の張り

手足などのむくみや乳房の張りも低用量ピルの副作用の 1 つです。

低用量ピルを服用すると手足や全身のむくみが気になったり、人によっては体重が増えたりしてしまうという方もいます。

また、生理前になると胸が張ってきたり、痛みを感じたりするという方もいます。

むくみや乳房の張りなどは気にならない範囲であれば、そのままにしておいても問題はありません。

また、ほかの副作用と同様で 3 ヶ月を過ぎたあたりから改善されるケースもあります。

しかし、あまりにも不快感が強い場合や体重が一気に増えてしまった場合などは医師に相談しましょう。

④ 不正出血

4 つ目は、不正出血です。

これは低用量ピルを飲み始めると約 20%の方にみられる症状です。多くの方は、低用量ピルを 3 ヶ月ほど継続して服用すれば症状が落ち着きます。

しかし、ほかの病気やピルの飲み忘れや遅れが原因であることもあります。3 ヶ月以上たっても続く場合や、不正出血の量や回数が多いなど少しでも不安を感じたら医師に相談しましょう。

決まった時間に予定通り低用量ピルを服用することが大切なので、しっかり管理するようにしましょう。

⑤ 気分の落ち込みや眠気

5 つ目の副作用は、気分の落ち込みや強い眠気です。

こちらも低用量ピルを飲み始めた初期に感じやすい症状で、必要以上に気分が落ち込んだり、急に不安になったりする場合があります。また、人によっては眠気がひどくなってしまう場合もあります。

このように低用量ピルを服用し始めてから気になる症状があれば医師へ相談してください。

低用量ピルの種類を変えたり、ほかの薬と一緒に服用したりすることで改善されるケースもあります。

⑥ 病気のリスク

低用量ピルは乳がんや子宮頸がんの発生リスクを高める可能性があると言われています。

これは、低用量ピルに含まれるエストロゲンによるものとされています。

そのため、低用量ピルを服用する方は、これまで以上に**乳がんや子宮頸がんの検査を定期的に行う**ことをおすすめします。

また、これらのリスクについては、日本人を対象とした研究がまだまだ進んでいないため、今後の研究によっては病気のリスクに関する見解が変わる可能性もあります。

低用量ピルを飲む際は定期検診をしっかり受けよう！

低用量ピル服用中の定期検診では、服用開始 1 か月後、3 か月後とそれ以降 3 か月ごとに問診、血圧測定、体重測定を行うのが基本です。さらに、半年～1 年ごとに血液検査、性感染症検査、乳房検診、1 年ごとに子宮がん検査を行うことが推奨されています。血栓症などの病気の発症、悪化が疑われる場合には、その都度検査を受ける必要があります。

低用量ピルを安心して飲み続けるためにも定期検診をしっかり受けるようにしましょう。

低用量ピル服用中の定期検診【基本の検診】

低用量ピル服用期間中の基本的な検診内容は、服用開始 1 か月後、3 か月後とそれ以降 3 か月ごとに行う問診、血圧測定、体重測定です。問診では、薬を正しく服用できているか、効果、副作用があるかどうかなどが確認されます。

低用量ピル服用中に、もっとも注意しなければならない病気が血栓症(血管が詰まってしまう病気)です。血栓症は、低用量ピルを飲み始めてから 3 か月以内に発症することが多いため、最初のうちは特に血栓症が疑われるような症状がないか確認が行われます。

血栓症の疑いがあれば追加で検査を行い、必要に応じて服用を中止することもあります。また、肥満体型の方は血栓症のリスクがより高いといわれているため、体重測定も大切な指標になっています。

高血圧の女性が低用量ピルを飲むと、心筋梗塞や脳卒中といった病気のリスクも上がるといわれています。血圧の上がり 160mmHg 以上、または下がり 100mmHg 以上の場合は、薬を使って血圧を下げなければ低用量ピルを飲むことができません。

体重と血圧は定期的に家庭で計測することも重要です。

低用量ピル服用中の定期検診【半年ごと・1年ごとの検診】

低用量ピル服用中は、半年～1年ごとに各種血液検査のほか、性感染症検査、乳房検診を、1年ごとに子宮がん検査を行うことが推奨されています。

血液検査は、赤血球や白血球などを調べる“血液学的検査”や、コレステロールや中性脂肪を調べる“血液生化学検査”を行うことが基本です。また、低用量ピルを飲むことで無防備な性行為を行う頻度が増えると、クラミジアなどの性感染症のリスクが高まるといわれています。そのため、性感染症の検査も定期的に行ったほうがよいとされています。たとえば、クラミジアの場合は尿検査を行うことが一般的です。そのほか、低用量ピルは乳がんの発症リスクを高めるともいわれているため、定期的な乳がん検診も受けるとよいでしょう。

低用量ピル服用中の定期検診【必要に応じて行う検診】

必要に応じて血液凝固検査、乳房検査、眼底検査、頭部CT、内診などを行うことがあります。血液凝固検査とは、血栓症の可能性があるかどうかを調べる血液検査で、体質や持病などでもともと血栓症のリスクが高い場合や、血栓症が疑われる症状が現れた場合に行われることがあります。さらに、視野が狭い、物が見えにくいといった視力の異常がある場合は脳に血栓ができている可能性があるため、眼底検査や頭部CT(画像検査)が行われます。

乳房にしこりがある場合などはマンモグラフィーや超音波検査で乳房検査が行われます。そのほか、子宮や卵巣に病気があって生理が重いなどの症状がある場合は定期的な内診や超音波検査で病気が悪化していないか確認が行われます。悪化が確認された場合はさらに詳しい画像診断などを行い、低用量ピルを飲み続けてよいかを判断します。

低用量ピルを飲む際は定期検診をしっかり受けよう！

低用量ピル服用中の定期検診では、服用開始1か月後、3か月後とそれ以降3か月ごとに問診、血圧測定、体重測定を行うのが基本です。さらに、半年～1年ごとに血液検査、性感染症検査、乳房検診、1年ごとに子宮がん検査を行うことが推奨されています。血栓症などの病気の発症、悪化が疑われる場合には、その都度検査を受ける必要があります。低用量ピルを安心して飲み続けるためにも定期検診をしっかり受けるようにしましょう。