

若年女性の低用量避妊薬・緊急避妊薬の活用に向けた啓発事業
—動画教材の開発と活用—

所属機関及び啓発事業実施者名

東京医療保健大学立川看護学部 衣川 さえ子
黒澤 範子
吉田 亜希子

(〒190-8590 東京都立川市緑町 3256 TEL 042-521-7202)

要旨

【目的】低用量避妊薬 (oral contraceptives :OC) ・緊急避妊薬 (emergency contraceptive pills :ECP) の活用法が理解できる動画教材を開発し視聴による啓蒙を実施し、その効果を検証することを目的とした。

【方法】内容を OC による避妊の機序・効果・副効用・副作用、服用法、ECP の使用方法で構成し、「OC の効果と服用法」に関する自作の 9 分間の動画教材を制作した。啓蒙は、全国 20～34 歳女性 1,031 名に動画教材を視聴してもらう方法で実施した。第 1 回 web 調査で参加者全員の特徴を把握し、1 週間後に半数に第 2 回 Web 調査を行った。啓蒙効果をみるために、OC ・ EPC の知識 11 項目の正誤問題における正答数を視聴の前後で統計学的に比較した。

【結果】1) 参加者の特徴 年齢構成:20～24 歳 335 名、25～29 歳代 327 名、30～34 歳代 369 名。就業:正社員・職員 377 名、派遣・請負 202 名、専業主婦 277 名。妊娠経験者 537 名の内人工妊娠中絶者 102 名。OC 服用中の者 108 名、服用経験者 284 名、今後の服用希望者 424 名。視聴により興味がわいた者 752 名。

2) 啓蒙の効果 516 名による OC ・ EPC の知識 11 項目の平均正答数は、視聴前 7.25(SD=1.81) 、後 7.62(SD=1.90)であった。Wilcoxon の符号付順位検定の結果、有意な差 ($p < .01$) を認め視聴後の正答数が高かったことから、視聴により正答数が増加したといえる。

【結論】OC ・ EPC の理解を促す動画教材を製作し、視聴による啓蒙を実施した結果、知識の正答数の増加を認めた。開発した動画による啓蒙の有効性が示唆された。

1. 啓蒙事業目的

大学生の緊急避妊薬 (emergency contraceptive pills :ECP) および低用量経口避妊薬 (oral contraceptives :OC) に関する知識習得状況についての報告 (亀崎ら,2019) によると、よく知っていると同答した者は、ECP では男性 6.9%、女性 2.0%、OC では男性 6.9%、女性 5.1%であった。性交経験があり OC を内服中の女性は 3.2%で、副作用が心配や経済的負担から否定的な受けとめであったことから、積極的な指導を行う必要性が指摘されている。

ECP は平成 23 年 5 月 26 日からノルレボとして日本で発売され、8 年以上経過しているが、認知度は低い。若年女性の望まない妊娠や人工妊娠中絶の背後に、緊急避妊薬や低用量避妊薬に対する理解不足と副作用への不安感があることは否めない。15～34 歳代の女性 3,000 名に実施した質問紙調査 (衣川,2019) では、OC 服用率は約 9%で、特定のセックス相手がいる場合に使いたいという意思を 47.0%の者が示したことから、OC 活用の潜在的なニーズがあるといえる。しかし、OC 成分や効用に関する知識の正

答率が低く、半数以上が最新の避妊法の知識を得る機会がないと回答した。

以上のような現状を踏まえて、若年女性を対象に、OC・EPCによる避妊法の知識を提供する啓蒙を行い、正しい知識の普及を図る必要がある。

そこで、本啓蒙事業では、若者の性知識の情報源がWebサイトやSNSである現状を踏まえて、OC・EPCを理解できる動画教材を開発し視聴による啓蒙を行い、その効果を検証することを目的とした。開発した動画による啓蒙の効果が確認できれば、若年女性に広く啓蒙する手段が提案でき、動画学習によるOC・EPC活用の推進に繋がりはひいては人工妊娠中絶の減少に貢献できると考える。

2. 啓蒙事業の実施方法及び内容

2-1 啓蒙のための動画教材の開発

「OCの効果と服用法」についての内容は、(1) OCによる避妊の機序・効果・副作用・副効用・副作用、(2) OCの服用法、(3) EPCの使用法で構成した。関心を高める工夫として、導入部分に避妊法に悩む女性同士の会話場面を挿入した。(1)では、妊娠の仕組みに対する理解を確認後に、OCがそれをどのように阻害するのかを説明する展開とした。(2)ではOCの服用法、飲み忘れへの対応法、受診のしかたを具体的にイメージできるように示した。(3)では、緊急時のクリニックへのアクセス方法を加えた。

以上の内容に関するPowerPointによる学習資料を作成し、事業者が資料を示しつつ説明する9分間の動画教材を制作した。動画の撮影と編集は、専門業者に依頼した。

2-2 啓蒙活動の実施

1) 参加者の募集方法

全国47都道府県に在住する20～34歳の女性1031名が本啓蒙事業に参加した。対象者は、2020年1月1日付の5歳階級男女別人口における20～34歳代女性の人口比率を5歳区分で算出し、それに応じた人数を調査業者の事前に登録された調査モニター集団から抽出し、依頼募集した。

2) 啓蒙の具体的方法

啓蒙は、2020年2月21日～23日に自宅等で、参加者のパソコンやスマートフォンで開発した動画教材を視聴してもらう方法で実施した。参加者の属性および性行動を把握するために、視聴を含む第1回Web調査を行い、視聴後に動画教材に関心が持てたか否かを質問した。回答は、4段階リッカート尺度で求めた。

第1回調査内容は、[OC・EPC服用を含む避妊行動][避妊法の知識][OC・EPC活用の意思][妊娠出産経験]と[年齢][就業状況]の属性から構成した。Web調査は業者にデータ収集を委託し、実施した。

3) 啓蒙効果の評価方法

動画教材視聴による効果測定は、OC・ECP 活用の知識についての正答数の増加を主評価指標とした。そのため、動画視聴の1週間後に半数の参加者に第2回 Web 調査を行う設計とした。

調査内容は、第1回調査内容である[OC・ECP 服用を含む避妊行動] [避妊法の知識] [OC・ECP 活用の意思]に加え、[動画視聴に対する評価]で構成した。動画教材の妥当性の評価は、①役立つ情報・興味深さ・分かりやすさ・見やすさ・視聴時間の適切さの5項目について質問紙、4段階リッカート尺度で回答を求めた。さらに、②印象に残った内容、③改善点について質問した。

第2回 Web 調査は、参加者 516 名を対象に、2020 年 2 月 28 日～29 日に実施した。

2-3 啓蒙事業における倫理的配慮

参加者に対し、本事業の目的、方法、倫理的配慮について Web 上にて文書で説明した。性行動と OC・ECP の活用に関する調査を2回予定する旨を説明し、「同意する」にチェックしてもらう方法で、同意を得た。個人情報保護の遵守に努め、依頼業者と秘密保持義務、個人情報保護、終了後の取扱い等を記載した守秘契約書を交わした。なお、動画視聴を含む調査は所属大学研究倫理審査委員会の承認を受け、実施した。

3. 啓蒙事業成果

3-1 参加者の特徴

参加者 1,031 名の特徴を表 1 に示した。地域別に回答割合の多い順にみると、関東 31.6%、近畿 19.1%、中部 18.5%、九州 10.4%、東北 6.7%、中国 6.5%、北海道 4.8%、四国 2.4%であった。年齢構成は、20～24 歳代 32.5%、25～29 歳代 31.7%、30～34 歳代 35.8%であった。就業状況は、正社員・職員 36.6%、派遣・請負 20.6%、専業主婦 26.9%、学生 9.5%であった。

既婚者が 61.0%を占め、妊娠経験者 537 名の内、出産 428 名、人工妊娠中絶 102 名であった。避妊行動では、コンドーム使用者が 66.8%を占め、OC 服用中の者 10.5%、OC 服用経験者 27.5%、ECP の服用経験者 19.1%であった。妊娠や避妊についての相談できる人がいる者は 72.3%である一方、避妊方法についての最新情報や知識を手にする機会がある者は 45.4%であった。

OC 活用の意思では「今後 OC を使用したい」者は 41.1%であった。使用したくない理由は複数回答で、「副作用が心配」42.9%、「他の方法よりお金がかかる」24.2%、「既にある方法で充分」13.4%であった。

動画の視聴直後に、興味の程度を全員に質問した結果、「かなり興味がわいた」13.7%「少し興味がわいた」59.31%であった。

3-2 啓蒙による OC・EPC 知識の理解度の変化

一般的な避妊知識、「避妊が必要な時期」「基礎体温法」などの 9 項目と OC・EPC 活用に関する知識、「OC による避妊機序」「OC の服用法」「EPC の服用時期」などの 11 項目に対する 516 名の正答数を分析した。視聴前における、「妊娠しにくい年齢」、「OC の成分」、「OC の避妊機序」、「OC の副効用」に関する項目では正答率が 50%以下であった。

一般的な避妊知識 9 項目の平均正答数は、視聴前 7.76(SD .98)、視聴後 7.81(SD1 .10) であり、OC・EPC の知識 11 項目の平均正答数は視聴前 7.25(SD=1.81)、視聴後 7.62(SD=1.90)であった。対応サンプルによる Wilcoxon の符号付順位検定の結果、一般的な避妊知識の前後比較で有意な差 ($p < .05$) を認めるとともに、OC・EPC 知識の前後比較で有意な差 ($p < .01$) を認めた。つまり、視聴後の一般的な避妊知識と OC・EPC 知識の正答数が高かったことから、啓蒙による知識の増加が認められた。

次に、年齢層別の OC・EPC 知識の正答数を一元分散分析した結果では、有意な差を認めなかった。これは、年齢層の違いによる理解度の差がないことを意味する。

さらに、今後 OC を使用したい群 206 名と使用したくない群 310 名で、OC・EPC の知識の正答数を χ^2 検定した結果、有意な差を認めた ($p < .05$)。すなわち、OC を使用したい者の方が、正答数が高い傾向にあることが確認できた。

3-3 開発した動画による啓蒙方法の評価

動画の評価を 4 段階リッカート尺度で求めた結果を、項目ごとに 4 点満点で得点化し記述統計を算出した。平均得点の高い項目順にみると、役立つ情報 3.3 点、分かりやすさ 3.2 点、視聴時間の適切さ 3.1 点、見やすさ 3.0 点、興味深さ 2.9 点の順であった。

印象に残った内容を回答者数の多い順にみると、「OC の避妊効果」、「OC による避妊機序」、「OC の副効用」であった。改善点には、図表の提示法や話し方等が挙げられた。

以上の結果から、開発した動画教材は OC の効果と服用法を理解できる内容を含む、概ね妥当な教材であるといえる。

4. 考察

4-1 参加者の特徴からみた啓蒙の意義

本啓蒙事業の参加者は、夫・パートナーとの同居者が 6 割を占め、恋人がいる者も多い層であり、妊娠をコントロールする必要性の高い層である。OC 服用中の者は 10.5% であり、15~34 歳代女性 3,000 名を対象とした調査(衣川,2019)における服用率約 9% とほぼ同程度であった。参加者は既婚率が高い傾向にあるものの、若年女性の母集団における OC 服用者はおよそ 1 割程度であると推察される。

また、参加者はコンドーム使用が約 7 割を占め、妊娠経験者 537 名の約 2 割が人工

妊娠中絶を経験している点や半数以上が避妊法の最新情報や知識を得る機会がない点を踏まえると、OC・EPCを理解するニーズが高いといえる。

枅淵らによる日本女性の避妊法は2016年でコンドーム法82.0%、OC4.2%であり、50年前から男性依存の避妊法である傾向は変化していないと分析されている（枅淵恵美子,2018）。そのため、女性主体の避妊法の選択に向けて参加者の避妊行動や認識を分析して、今後の啓蒙活動の課題を検討する意義は高いと考える。

4-2 OC・EPCの知識の理解度からみた啓蒙効果

一般的な避妊知識9項目とOC・EPCの知識11項目に対する正答数を動画視聴の前後で比較した結果、有意な差を認め、啓蒙による知識の正答数の増加が確認できた。加えて、今後OCを使用したい群と使用したくない群で正答数を χ^2 検定した結果、有意な差を認め、使用したい者の正答率が高い傾向が確認できた。これは、OC・EPCに対する理解がOCの選択に繋がることを示すものであり、理解を促す啓蒙活動が有効である根拠データといえる。

OCの普及率を上げるための提案として、北村は医師からの声かけやコメディカルによる的確な指導、不安や疑問を速やかに解決できる相談体制の整備等をあげている（北村邦夫,2014）。医療関係者はOCの普及の必要性を認識し、従来から個別指導や集合教育を実施してきている。他方、情報源の多くがSNSである中で、避妊法の正しい知識を得る機会がない現状を踏まえて、SNSでの動画配信などの教育方法の工夫が必要と考える。

広く一般の女性に向けた啓蒙を行う上では、動画教材の質が問われる。製作した動画教材の妥当性に対する5項目の評価では、役立つ情報、分かりやすさ、視聴時間の適切さ、見やすさ、興味深さの順で、肯定的評価が得られた。加えて、印象に残った内容には、OCの「避妊効果」、「避妊機序」、「副作用」が挙げられたことから、OCを理解する上での意図した要点が伝わったものと解釈できる。

よって、開発した動画は、OC・EPCの活用に向けた啓蒙に資する有用な教材であるといえる。

4-3 本啓蒙事業の限界と課題

本啓蒙事業に参加した若年女性はOC服用中の者が1割で、今後OCを使用したい意思を示した者が4割強を占めたことから、OC活用のニーズの高い層として一定の啓蒙効果が認められたといえる。

今回、開発した動画は、OCの効果と服用法を理解できる内容で構成された啓蒙用の教材であり、基本的な知識が得られる導入編である。今後は、実際にOCを活用する上での疑問が解決できるための実践編を制作し、提供することが求められる。

5. まとめ

OC・EPCの理解を促す動画教材を開発し、全国20～34歳女性1,031名の参加者に動画視聴による啓蒙を実施し、以下の結果を得た。

- 1) OC・EPCの効果と服用法に関する9分間の動画教材を制作し、視聴後の回答者516名から「分かりやすく、役立つ」という評価を得た。
- 2) 参加者の避妊法は67%がコンドーム法であり、OC服用者10.5%、OC服用経験者27.5%、EPC服用経験者19.1%、今後OCを使用したい者42.1%であった。
- 3) 啓蒙後に調査した516名によるOC・EPCの知識11項目の平均正答数は前7.25、後7.62であり、対応サンプルによるWilcoxonの符号付順位検定による有意な差($p < .01$)を認め、啓蒙による知識の増加が確認できた。今後OCを使用したい者と使用したくない者で正答数を χ^2 検定した結果、有意な差を認め($p < .05$)、OCを使用したい者の正答数の多さが認められた。以上から、開発した動画教材の視聴による啓蒙は、OC・EPCの効果と服用法の理解を促す効果が期待できることが示唆された。

【引用文献】

- 亀崎明子, 倉重理歩, 河本恵理 (2019) . 大学生の緊急避妊薬および低用量経口避妊薬に関する知識習得状況ならびに低用量経口避妊薬使用に関する意識. 母性衛生, 60(3), 218.
- 北村邦夫 (2014) . クリニカルカンファレンス女性ヘルスケア - 経口避妊薬の普及率を上げるための提言 - . 日本産科婦人科学会雑誌, 66 (9) , 2127-2131.
- 杵淵恵美子, 吉田安子 (2018) . 日本女性における避妊と中絶 - 1961年から2016年までの変化 - . 駒沢女子大学研究紀要人間健康学部・看護学部編, 1, 61-68.
- 衣川さえ子 (2019) . 若年女性の低用量避妊薬および緊急避妊薬の活用に関わる影響要因の検討. 公益財団法人一般用医薬品セルフメディケーション振興財団平成30年度調査研究報告書.

成果公表予定 (口頭又は誌上発表)

- 1) 第61回日本母性衛生学会総会学術集会 2020年10月9日・10日アクトシティ浜松
口演予定「若年女性の低用量避妊薬・緊急避妊薬の理解を促す動画教材の開発」
黒澤範子, 衣川さえ子, 吉田亜希子 (東京医療保健大学立川看護学部)
- 2) 同学会総会学術集会 口演予定「若年女性の低用量避妊薬・緊急避妊薬に対する認識」
吉田亜希子, 衣川さえ子, 黒澤範子 (東京医療保健大学立川看護学部)
- 3) 同学会総会学術集会 口演予定「若年女性の低用量避妊薬・緊急避妊薬の理解を促す動画視聴による啓蒙効果」
衣川さえ子, 黒澤範子, 吉田亜希子 (東京医療保健大学立川看護学部)

6. 資料、写真、図表など

表 1. 参加者の特徴 N=1,031

項目		人数	割合 (%)
年齢	20~24 歳代	335	32.5
	25~29 歳代	327	31.7
	30~34 歳代	369	35.8
就業	正社員・職員	377	36.6
	派遣・請負	202	20.6
	専業主婦	277	26.9
	学生	98	9.5
結婚の有無	夫または恋人・パートナー	705	68.4
妊娠歴	妊娠経験有	537	52.1
	出産経験有	428	
	人工妊娠中絶経験有	102	
避妊行動	コンドーム法	689	66.8
	OC 服用中	108	10.5
	過去に OC 服用	284	27.5
	過去に ECP 服用	197	19.1
OC 活用の意思	使いたい	424	41.1
	使いたくない	607	58.9
ECP 活用の意思	使いたい	445	43.2
	使いたくない	586	56.8
動画への興味	興味がわいた	752	72.9
	興味がわからない	279	27.1

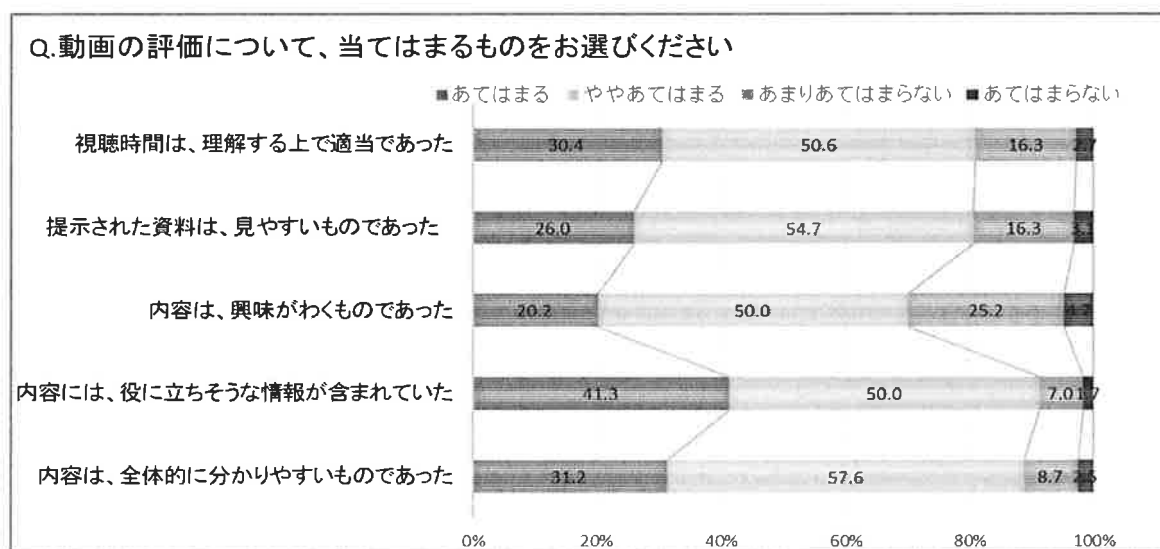








図 1. 動画教材に対する評価項目別回答割合 n=516

<p style="text-align: right;">1. ピルはどのように服用するの？</p> <h3 style="text-align: center;">ピルの種類</h3> <p>1シート 28錠タイプ: 女性ホルモン含有薬21錠+偽薬7錠 飲み忘れを防ぐことができる</p>  <p>21錠タイプ: 女性ホルモン含有薬21錠のみ 7日間は薬を飲まない</p>	<p style="text-align: right;">3. ピルはどのように服用するの？</p> <h3 style="text-align: center;">ピルの服用法</h3> <p>基本の飲み方: 28日間を1サイクルとする 21日間実薬を飲み、7日間は偽薬を飲む</p>  <p>◇ 偽薬を飲み始めて、1～4日目に生理様の出血が起こる ◇ 1日1錠、毎日同じ時間に忘れずに飲む ◇ 初めてピルを服用する場合: 生理の1～3日目に開始</p>
<p style="text-align: right;">2. ピルはどのように服用するの？</p> <h3 style="text-align: center;">飲み忘れた場合の対応</h3> <p>一例: 1～2錠 飲み忘れた場合</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>1) 気づいた時に、できるだけ早く1錠の実薬を服用 2) 次の服用から、予定通りの時刻に1錠服用</p> </div> 	<p style="text-align: right;">3. ピルはどのように服用するの？</p> <h3 style="text-align: center;">ピル処方の実際</h3> <p>◇ 婦人科クリニックを受診し、処方してもらう ◇ 費用は自己負担、1シート 約2～3千円 ◇ 3ヶ月に1回受診し、処方してもらう ◇ オンライン診療も活用可能</p> 
<p style="text-align: right;">4. 緊急避妊薬(アフターピル)はどのように服用するの？</p> <h3 style="text-align: center;">緊急避妊薬(アフターピル)</h3> <p>コンドームが破れた、避妊しなかった、性的暴行被害を受けたなど、妊娠の危険性が高い性交が行われた後、服用することで、受精卵の着床を防ぐ</p> <p>◇ 性交後72時間(3日)以内に服用する ◇ 服用が早いほど、避妊効果は高い ◇ 120時間(5日)以内の服用でも、効果が期待できる</p>	<p style="text-align: right;">4. 緊急避妊薬(アフターピル)はどのように服用するの？</p> <h3 style="text-align: center;">緊急避妊薬を手に入れたとき</h3> <p>◇ 処方してくれる医療機関を紹介してもらう</p> <p>・思春期・FPホットライン (月～金 10時～16時) 03-3235-2638</p> <p>・時間外的場合 インターネットで近くの婦人科クリニックをみつける 電話で問い合わせる</p> 
<p style="text-align: right;">5. 経口避妊薬(低用量ピル)を賢く使う</p> <h3 style="text-align: center;">経口避妊薬(低用量ピル)を賢く使おう</h3> <p>自分のセクシャリティ(身体・心・関係性)を自覚し、自由かつ責任をもって、性の自己決定をしよう！</p>  <p>～お勧めの本～ きくちさかえ著作「卵子story(ランコ・ストーリー)女性のからだと卵子のみみつ」、小学館</p>	<p style="text-align: right;">6. 引用・参考文献</p> <h3 style="text-align: center;">引用・参考文献</h3> <ol style="list-style-type: none"> 1) 北村邦夫: 思春期の性の悩みQ&A, 健学社, 2010 2) 北村邦夫: ティーンズ・ボディーブック, 中央公論新社, 2013 3) 医療情報科学研究所: 病気が見える, vol.9, 婦人科・乳腺外科, 第3版, メディックメディア, 2016 4) 京谷奈緒美: 生理でキレイになる本, 講談社, 2014 5) 池下育子: PMSの悩みがスッキリ楽になる本, 東京書籍, 2012 6) 高橋真理: 女性のライフサイクルとナーシング 女性の生涯発達と看護, 第2版, ヌーベルヒロカワ, 2011 7) 順天堂大学生殖内分泌グループ編: わかりやすい女性内分泌, 診断と治療社, 2013 8) 佐藤力: 女性のためのピルの本, 幻冬社, 2011 9) 日本産科婦人科学会: 産婦人科診療ガイドライン 婦人科外来編, 2014 10) 落合慈之益: 婦人科・乳腺外科疾患ビジュアルブック, 学研プラス, 2017

制作

東京医療保健大学立川看護学部
看護学科 母性看護学担当
黒澤 範子 衣川 さえ子 吉田 亜希子
イラスト画 磯山 あけみ

本学習材は、公益財団法人一般用医薬品セルフメディケーション
振興財団 平成31年度啓発事業等助成金により作成したものです