

こんなときは産婦人科へ

公立久米島病院 産婦人科医
上原 知子 (ウエハラ トモコ)

産婦人科は、妊娠の時に行くものと思いませんか？
月経の異常（量、痛み、乱れ）、感染症やがんも産婦人科で診療します。

また、避妊の相談や、旅行や大事な予定で月経日をずらしたい場合にはホルモン剤で調整することもできます（自費となり、避妊用ピルの処方では定期的な血液検査が必要になります）。

産婦人科は毎週木曜日が診療日となっています。気になる症状があればお気軽にご相談ください。

●次のような症状があるときは、積極的に産婦人科を受診しましょう。

- **月経**：初経が来ない、月経がとまった、周期がバラバラ、月経痛が強い、月経がすぐに終わる
- **帯下（たいげ）（おりもの）**：おりものが増えた、においが気になる、色がついている
- **不正出血**：月経以外の時期に出血がある、性交時に出血する、排尿・排便時に出血に気づいた
- **痛み**：月経以外にも下腹部に痛みがある、排尿時や排便

時に痛みがある、性交時に痛みがある、腰が痛い、いつも下腹部がジクジクと痛い、急におなかが痛くなった

- **腫（は）れ物**：おなかが張る、尿や便がでにくい、尿に行く回数が増えた、太ったと感じる
- **外陰部（がいいんぶ）**：何かできている、何かでてきている、かゆい、痛い
- **その他**：尿がもれる、体重が急に減った、妊娠していないのにおっぱいがでてる

●子宮頸がん検診を受けましょう。

子宮頸がんの発生原因として、ヒトパピローマウイルス（HPV）の感染が明らかになっており、多くは性交渉によって感染します。近年、性交開始年齢の若年化にともない、子宮頸がんが若い女性に急増しています。

初期の子宮頸がんはほとんど自覚症状がなく、定期的ながん検診を受けること、また不正出血などがあればすぐに受診してできるだけ早期に発見することが大切です。性交渉の経験があるなら、20代から子宮頸がん検診を受けましょう。

参考資料：産婦人科学会編著「HUMAN+ 女と男のディクショナリー」

「子どものサインに気づく」

～親子の対立を減らす親子関係の作り方：「親業」から学ぶ④～



公立久米島病院 小児科 渡邊 幸

子どもが問題を抱えている時それをどのように表すでしょうか？ 学校生活や友達との事、親に対して、不満を抱えている時ストレートに伝えられる子どもは実は少ないです。親が「何か困っているの？話して？」などと質問攻めにしても、心の扉が開いていなければ打ち明けられないでしょう。

「子どもが問題を抱えている時、それは『ネガティブな行動』として現れることが多いことを親は知る必要がある」とゴードン博士は言います。食事を食べない、親を無視する、暴言（「○○なんて居なくなればいい」）等の子どもの行動は「サイン」と捉えた方が良いでしょう。このような時に親の取る態度がふた通りあります。

A) 子どもの「行動」に反応する

「なんで食べないの！」「人の事を悪く言わないの！」と子の言動を注意します。すると、子どもは感情を対処しきれなくなり、もっと怒り出し、今の苦境を誰かのせいにし始めます。大人はさらに苛立ち、子どもを責めて、ダメ出しをし、問題を解決する機会は閉ざされます。

B) 子どもの「感情」に目を向ける

このような時に子どもの感情を引き出す声かけは、

① **状況をそのまま言う**（例：食べたくないのね、今話したくないんだな）

② **本人の言葉を繰り返す・言い換える**（例：そう思うくらい嫌な気持ちなんだ）

です。これだと親は怒らずに対応できます。そして子どもの強い感情は少し和らぎます。子どもの強い感情は、「泣くな！怒るな！」と言って収まるものではないのです。大人が**共感**と**理解**を持って受け入れてはじめて、その感情の“とげとげ”が消えます。

その後、子どもが抱えている問題について語り始めたら、親の意見を挟まず最後まで聞いてあげましょう。もし語り出さなければ、無理に聞き出す必要はありません。

子どもにとって大切なのは、大好きな親に「気持ちを受け止めてもらう」という体験です。それが背中を押し、後は自分の力で歩み出したりします。まずは、今日のお子さんのサインに気づくことから始めてみましょう！