

# 16. 産後の家族計画

家族計画とは、現在の子どもの数や将来的に希望する人数、子どもの年齢の差、家庭の状況や生活設計などを考えて、子どもを産むことを言います。

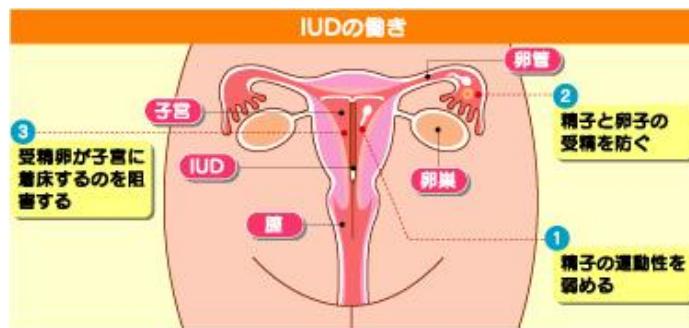
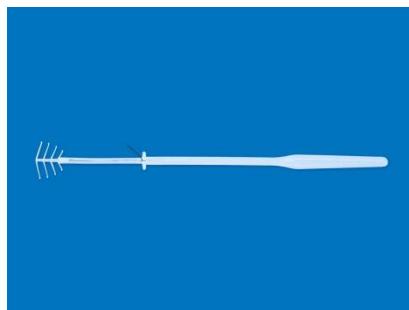
一般的には産後3か月以上たってから排卵が再開するといわれていますが、個人差がありますので、それより早く再開する可能性もあります。排卵は月経前に起こりますので、実際、月経を見ないまま再び妊娠をしてしまうというケースがあります。予期せぬ妊娠を防ぐためには、産後すぐの性交であっても適切な避妊が必要です。産後すぐはコンドームが適しています。

IUD（子宮内避妊具）の使用や、ピルの服用による避妊方法もあります。夫婦できちんと話し合い、自分たちに合った避妊と家族計画をしましょう。

## ★IUD（子宮内避妊具）

人体に無害なプラスティックの小さな器具を子宮内に挿入し、受精卵が子宮内膜に着床するのを防ぐ方法です。

産後1～2回月経がきたら使用でき、1度挿入すると5年間は有効なので、産後しばらくの間、妊娠を望まない人には最適です。



IUDは産婦人科で医師に挿入してもらわなければなりません。

費用は保険適応ではないため、当院の場合、挿入時33,000円+受診料、抜去時11,000円+受診料がかかります。

また、適切な位置に挿入されているかなどの確認のための定期受診も必要です。

初回は、挿入後1ヶ月、3ヶ月、6ヶ月、12ヶ月、その後は1年ごとの受診となります。

副作用として、月経困難、不正出血、腹痛などがあり、除去しなければならないこともあります。

## ★ピル

女性ホルモンの入った薬を飲むことで排卵を止める方法です。

授乳が終了していれば内服可能です。

費用の一例として21錠で3,240円（保険適応外）

ピルの種類によって値段が違います。

お薬代のほかに、受診料や採血をした場合は検査料もかかります。

内服中は定期的な採血検査が必要です。

煙草を吸われる方は内服できません。

