

コンドームの正しい使用

望まない妊娠を避ける

産婦人科医
今井篤志さん松波総合病院
腫瘍内分泌センター長
(羽島郡笠松町田代)

2023年10月に、厚生労働省から22年度的人工妊娠中絶届出件数が公表されました。その中で、妊娠が判明した場合の中絶に至る割合は13・7%ですが、年齢別に見てみると、14歳以下が84・5%、15～19歳は67・5%、20～24歳は36・6%、45～49歳は41・3%と、主に若年層で高い割合を示しました。人工妊娠中絶の実数は年々減少しているのですが、若年者では心身ともに将来的な影響が大きいく、改めて避妊方法を考えてみましょう。

普通、精液は膣の中に入ります。精液の中にある精子は子宮と卵管を自力で泳ぎ上がって、卵管の先端に達します。そして、卵巣からタ イミングよく排卵された新鮮な卵と精子が合体します。これを受精といいます。受精卵は細胞分裂を繰り返しながら卵管の運動によって、子宮内に運ばれ腰を下ろします。これを着床といい、妊娠の成立です。この一連のいずれのステップが障害されても妊娠しませんし、逆にいずれかのステップを阻止すると避妊できます。

代表的な避妊方法の妊娠数(※パール指数)

避妊方法	正しい使用での妊娠数/年/100人	一般的な使用での妊娠数/年/100人
コンドーム	2	15
経口避妊薬(ピル)	0.3	7
黄体ホルモン放出子宮内避妊システム(ミレーナ)	0.1	0.1
銅付加子宮内避妊具	0.6	0.8
避妊せず(参考値)	85	

Hatcher, R.A. 5(2004)の報告を図表化

※その方法を用いて避妊を行った100人の女性が1年間に妊娠する件数

重要です。避妊の失敗の代表例は射精の寸前、つまり性行為の途中でコンドームを着着したことです。精液は射精時だけでなく、性行為中の分泌

液に漏れ出てくるからです。また、▽勃起する前に装着した▽コンドーム装着時に先端の精液だまりを軽くつまみ空気を抜かなかった▽コンドームを根元までしっかり下ろさなかった▽射精後すぐにコンドームを抜かなかった▽使用期限を守らなかった(コンドームは極めて薄いゴム製であるため、期限切れや保管方法によってはゴムに劣化が生じる) などにも注意すべき点です。これらを守った使用が「正しい使用」、そうでない場合がコンドームを使っただけの「一般的な使用」です。

性行為中にコンドームが膣内で外れてしまい、避妊に失敗してしまう場合もあります。コンドームを袋から取り出す場合も爪で傷つけないように注意を払うことも重要です。

コンドームの避妊効果は100%ではありません。その他の避妊方法として経口避妊薬や子宮内に装着するリングなどコンドームより避妊効果に優れるいろいろな方法があります。表Ⅱが、これらの方法は医療機関を受診する必要があります。子宮内に器具を装着する黄体ホルモン放出子宮内避妊システム(ミレーナ)や銅付加子宮内避妊具は出産経験のない女性は子宮の入り口が狭く、挿入が困難なことがあります。

性行為感染症を予防できるのはコンドームだけです。妊娠を避けるためにはコンドームと経口避妊薬の併用がおすすめです。

避妊をせず、生殖年齢の女性が1年間性行為を行うと100人のうち85人が妊娠します。望まない妊娠を避けるためには、パートナーと共にそれぞれの避妊方法の特性を正しく理解することが大切です。