

フェムテックと婦人科自己検診

経済産業省では、フェムテック等の製品・サービスを活用し、妊娠・出産等のライフイベントと仕事の両立、女性特有の健康課題を解決し、働く女性が能力を最大限発揮し生き生きと活躍する事業を推進しています。

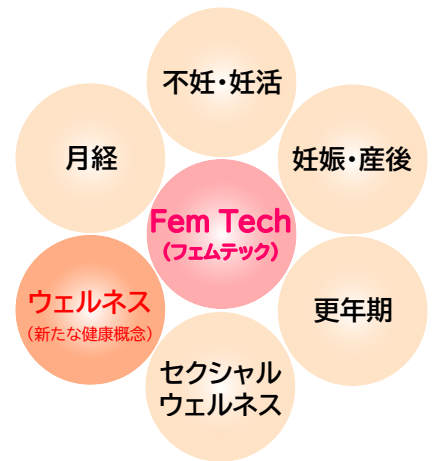


「フェムテック」「フェムケア」とは？

フェムテック (Femtech) …Female (女性) と Technology (技術) を掛け合わせた造語。
女性のからだ特有の健康課題をテクノロジーで解決するサービスやアイテム。
フェムケア (Femcare) ……Feminine (女性の) と Care (ケア) を掛け合わせた造語。
テクノロジーを使っていないサービス。

フェムテックは一般的に、ボディケアとメンタルケアの両方を含む大きく6つのテーマに分類されています。長い間「女性だから仕方がない」「ガマンすればいい」とされてきた、女性の健康課題に対する解決策や選択肢を増やしてくれるものです。

ウェルネス (新たな健康概念) のひとつとして、**子宮ヘルスケア**があります。子宮は月経、妊娠・出産、更年期と女性のライフサイクルと密接に関係しています。一方で、子宮の悩みや不調は、気軽に人に相談したり、病院を受診することをためらう傾向にあります。そんな女性のために、**自分の健康をメンテナンスしながら、どんなときも自分らしく人生を歩めるようになっていく**支援のひとつとしてフェムテックが注目されています。



根本にあるのは女性ホルモンの変動

「**フェムテック**」が解決する健康課題の根本にあるのは、女性ホルモンの変動です。

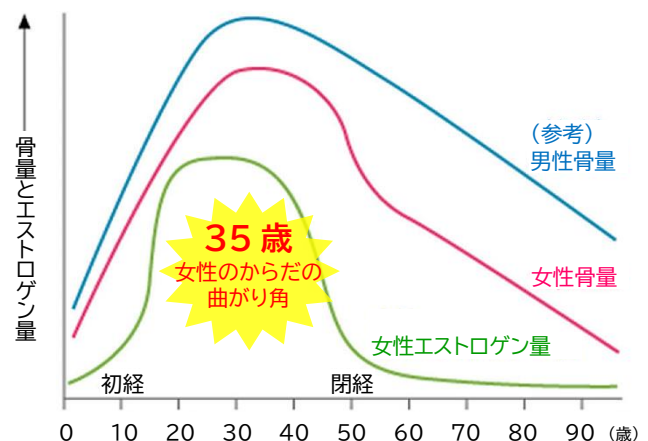
女性の身体は、女性ホルモンのひとつである「**エストロゲン**」が健康の鍵をにぎっています。エストロゲンは年齢によって分泌量が変化します。エストロゲンは体の中で様々な働きをしているため、この変動により身体や心に変化が起こります。

また、エストロゲンは、毎月の月経周期によって大きく増減し、閉経すると分泌量が激減します。さらに、ストレスや体重変化にも影響されます。**エストロゲンの働きが不安定になると、自律神経失調症状や情緒不安定、免疫の異常などが起りやすくなります。**また、骨粗鬆症や動脈硬化などのリスクが男性よりも高くなります。

エストロゲンが一生の間に分泌される量はティースプーン1杯分程度とごくわずかです。**エストロゲンの分泌量が低下すると身体的に大きな影響を及ぼしますが、単に量を増やせばよいというわけではなく、バランスを整えることが大切です。**

⇒ 裏面も必ずご覧ください。

女性の骨量とエストロゲン分泌の年齢変化



婦人科自己検診

HPV 検査

子宮頸がんを引き起こす 14 種類のハイリスク型 HPV 感染を調べる検査。
がんの原因となる HPV 感染の有無を調べることで、
子宮頸がんのリスクがわかります。



細胞診

子宮腔・頸部の細胞を顕微鏡で調べる検査。
**がん細胞や異形細胞（前がん状態）の段階を
見つけます。**



メスプの婦人科自己検診（子宮頸がん検診）は、自分で膣の中に専用の器具を入れて細胞を採取して郵送するだけです。婦人科を受診するのに抵抗がある人や、忙しくて時間が取れない人にも便利なサービスです。リラックスした状態で検査でき、痛みもなく簡単です。

検査には、HPV 検査と細胞診の 2 種類の検査があります。細胞診の結果で問題がなければ、HPV が陽性であっても驚くことはありません。HPV 検査で陽性の結果を受け、不安になる方がおられますが、HPV は性交渉経験者の 50~80% が一度は感染し、90% が自己免疫により自然消滅します。多くは一過性の感染ですが、気づかないうちに「前がん病変」や「がん」に進行しないように、HPV 検査で陰性を確認するまで一定の間隔で経過観察を続ける必要があります。

HPV ワクチンを接種することも有効な予防法です。ただし、ワクチンを接種したあとも、定期的に検診を受けることが大切です。接種する場合は、副反応やリスクに関する情報を得て、理解してから接種するようにしましょう。

※現在、HPV ワクチンの公的接種は、小学校 6 年生~高校 1 年生の女子を対象に行われています。

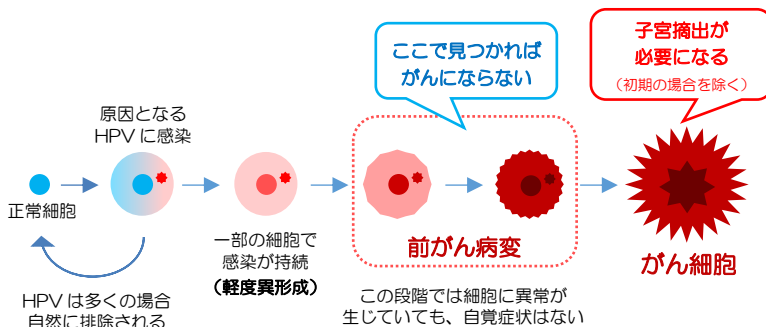
子宮頸がんは「HPV による感染」が原因

子宮頸がんのほとんどは、ヒトパピローマウイルス（HPV）の感染が原因で発生します。HPV は性交渉により感染し、多くの女性が一生に一度は感染すると言われる、ありふれたウイルスです。通常は HPV に感染しても、自己免疫力でウイルスが自然に排除されますが、約 10% の人では HPV 感染が長期間持続します。このうち自然治癒しない一部の人は異形成とよばれる前がん病変を経て、子宮頸がん to 進行します。

HPV には 100 種類以上のタイプが存在することがわかっています。子宮頸がんに関係する HPV は主に 14 種類のハイリスク型 HPV と呼ばれるウイルスですが、その中でも特に HPV16 型、18 型が子宮頸がん to 進展する可能性が高く、感染した後に悪化するスピードも速いといわれています。

しかし、子宮頸がんは検診によって予防や早期発見が可能です。定期的な検診受診を心がけるとともに、異常を感じたら念のため病院を受診するようにしましょう。

《子宮頸がん細胞の発生メカニズム》



《若い女性に多い HPV16、18 型》



20~30 代の子宮頸がんの原因に

HPV16、18 型
= 日本の子宮頸がんの約 70%

20 代の子宮頸がん (I 期以上) の 90%
30 代の子宮頸がん (I 期以上) の 76%