

緊急避妊（きんきゅうひにん）のしおり



1. 緊急避妊薬(モーニングアフターピル・アフターピル)とは
避妊が十分にできなかった性行為のあとに飲むことで**妊娠を予防する薬**です
すでに妊娠している方が飲んでも妊娠を予防・終了させる効果はありません。

2. 緊急避妊薬が必要なとき

- ① 避妊をおこなわずに性行為をした
- ② コンドームが性行為中に破れた、外れた、腔の中に残った
- ③ 低用量ピルを飲み忘れた
- ④ 子宮内避妊具が外れてしまった
- ⑤ 性暴力・レイプ・望まない性行為を強要された

* 緊急避妊薬が必要か迷うときは、お近くの産婦人科か妊娠 SOS へ相談してください

3. 緊急避妊薬(モーニングアフターピル・アフターピル)の飲み方

- ・性行為からなるべく早く1錠を飲みます
- ・水と一緒に服用してください
- ・食事後でなくても服用できます

レボノルゲストレル(ノルレボ錠)



4. 緊急避妊薬の副作用について

- ・吐き気や頭痛が1日ですることがあります
- ・不正出血が数日出ることがあります
- ・副作用の多くは1～2日で自然になおります
- ・服用して2時間以内に吐いてしまったときはもう一度購入して服用する必要があります。

5. 妊娠していないか確認する方法

- ① 緊急避妊薬を飲んでから次の生理がくるまで待つ
- ② 緊急避妊薬を飲んでから**3週間後**に妊娠検査薬をする
- ③ 緊急避妊薬を飲んでから**3週間後**に産婦人科を受診する

6. こんなときは産婦人科を受診してください

- ・緊急避妊薬を飲んでから**3週間しても生理がこない**
- ・お腹の痛みや不正出血が2日以上続く
- ・妊娠しているか心配・妊娠検査をしたい・妊娠検査が陽性だった
- ・性感染症の検査をしたい
- ・子宮や卵巣について見てほしい
- ・避妊の相談をしたい(低用量ピルや子宮内避妊具を使用したい)

東京都の病院検索



妊娠 SOS 東京



<例> 3週間後のかぞえ方

1月						
日	月	火	水	木	金	土
31	1	2	3	4	5	6
7	8	☆	◎	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10

<例>

- ピンク：前回の生理
- 黄色：次回の生理予定
- ☆ 性行為の日
- ◎ 緊急避妊薬を飲んだ日

1月31日よりあとに
妊娠検査薬か産婦人科へ

<重要> 望まない性行為、性暴力、レイプなどの被害を受けたとき

- ・お近くのワンストップ支援センターへご相談ください (電話 #8891、東京 03-3577-3899)
- ・診療・検査・お薬の費用の一部が助成される制度があります
- ・早期に産婦人科を受診してください。性感染症の検査や被害の証拠の記録をおこないます
- ・被害当日シャワーや入浴前に受診するのが推奨されています(難しいときは後日でもかまいません)

特定非営利活動法人 Healthy Aging Projects for Women (HAP)

産婦人科医：柴田綾子 イラスト：性教育いらすと

緊急避妊（きんきゅうひにん）のしおり ②



1. 妊娠かもしれない症状

このようなときは産婦人科を受診するか妊娠検査薬をしてください

- ・緊急避妊薬を飲んで3週間しても生理がこない
- ・生理のような出血が出たが1～2日で止まってしまった
- ・生理のような出血が10日以上つづく
- ・お腹が痛みが2日以上続く
- ・吐き気・倦怠感・胸のほりが1週間以上続く

2. 性感染症かもしれない症状

このようなときは産婦人科を受診するか保健所に相談してください

- ・おりものの量が多い、おりもののニオイがいつもと違う
- ・デリケートゾーンのかゆみがある
- ・デリケートゾーンや手足・体にブツブツができた、痛みがある
- ・不正出血(生理で無いときの出血)がある
- ・性行為のときに痛みがあったり、出血がでる

性感染症ナビ

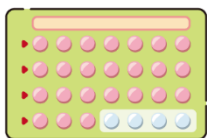


3. 今後の確実な避妊法について

①低用量ピル

- 1日1錠のむことで約9割の避妊効果があります
- 1ヶ月あたり2000～3000円です
- 月経痛や月経量を減らす効果もあります

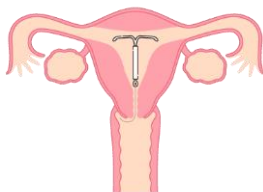
低用量ピル



②子宮内避妊具

- 内診台で子宮内に挿入します
- 1回挿入すると約9割の避妊効果があります
- 1回挿入で約5年間使用できます
- 費用は施設によって異なります

子宮内避妊具



4. 妊娠がわかったときは産婦人科を受診してください

どこに行ったらいいかわからないときは妊娠SOSや妊娠相談へ相談

- ① 妊娠を続ける場合
→ お住まいの自治体に母子手帳をもらいにいきます
- ② 中絶を選択する場合
→ 産婦人科で人工妊娠中絶をおこないます
- ③ 養子縁組に子供を預ける場合
→ 養子縁組をしているNPO団体や産婦人科へ電話します

東京都の妊娠相談



妊娠SOS東京



5. 人工妊娠中絶ができる時期と費用の目安

- ①妊娠12週まで 10～20万円
- ②妊娠12週から妊娠21週6日まで 40～60万円

***妊娠22週0日から人工妊娠中絶は受けられなくなります**
***人工妊娠中絶は自費のため施設によって値段が異なります**

<例> 妊娠週数のかぞえかた

							1月
日	月	火	水	木	金	土	
31	0週	2	3	4	5	6	
7	1週	9	10	11	12	13	
14	2週	☆	17	18	19	20	
21	3週	23	24	25	26	27	
28	4週	30	31	1	2	3	
4	5	6	7	8	9	10	

<例>

- ピンク：前回の生理
- 黄色：次回の生理予定
- ☆ 性行為の日
- 緊急避妊薬を飲んだ日
- 妊娠週数
- 前回の生理が始まった日が妊娠0週0日になる