サステナブルな月経用品の普及に貢献する

関連するSDGsの国際目標



人間看護学部　人間看護学科
准教授　　板谷　裕美
研究分野：母性看護・助産学、ウィメンズヘルス、
助産ケア、母乳育児、助産師のキャリア発達支援

概要：月経年齢を迎えたすべての女性が、自分の月経管理に安全性・安楽性・快適性を求めることは、女性の基本的権利であるといえます。月経にまつわる健康と質の高い教育を享受し、ジェンダー平等（女性のエンパワーメント）の実現をめざす取り組みを、女性とのパートナーシップに基づいた助産実践の視点から考えていきます。

■日本人女性における月経カップの使用実態および普及に関する研究

月経カップ［Menstrual Cup］はサステナブルな月経用品の一つです。月経カップが日本国内の男女にどの程度認知され普及しているのか？月経カップの使用が、女性の生活の質や心理的ストレスにどのような影響を及ぼすのか？について研究しています。



➡ 日本人助産師を対象に実施した当研究室の先行研究から、月経カップ使用に対する心理的抵抗感や不安といったネガティブイメージを減らす関わりが重要である事がわかっています（Table 1.参照）。
＊すべての女性が個々のニーズに応じて、月経用品の一つに月経カップを選択できる情報提供と、思春期以降の月経教育の充実が重要であると考えています。

Yumi Itaya,Yoko Furukawa. Ease of use of menstrual cups among Japanese midwives. 31st ICM Triennial Congress, Toronto 2017.

Table 1.月経カップ使用後の感想

ポジティブフィードバック	月経カップ使用に伴う快適感	月経を忘れるほどの快適感(4)
		紙ナプキン使用時の不快症状の解消(5)
	月経カップ使用に伴うメリット	経済的で日常生活上とても便利(5)
		月経に対する興味関心の向上(2)
	繰り返し使用することで体得する簡便性と着脱方法	思ったよりも簡単な装着と安楽さ(3)
		繰り返しの使用による慣れと着脱方法の獲得(7)
ネガティブフィードバック	月経カップの使用に伴う不快感	カップ着脱時の痛み(7)
		カップ挿入に伴う違和感(5)
		カップ着脱の困難感(5)
		カップ装着や交換にかかる手間と時間(3)
	カップの取扱いに関する衛生面での不安と不快感	カップ取扱い時の手の汚染に伴う抵抗感(4)
		トイレ内の衛生面での気がかり(2)
		汚れたカップの再挿入に対する抵抗感(2)
		経血逆流とカップの保管方法に対する不安(2)
	月経カップ使用に伴う心理的抵抗感	使用開始当初の緊張感と焦り(5)
		膣内挿入への抵抗感と正しい着脱への不安(7)

■授乳女性の母乳育児支援に関する研究

・母乳哺育をする女性の自己効力感尺度の開発 ➡ Paper Published
・分娩時大量出血をきたした女性の母乳分泌量や乳汁中の鉄含有量は減少するのか？ ➡ 「No」
・就労しながら乳児を育てる女性の母乳育児支援には何が必要なのか？ ➡ Research Ongoing
・授乳女性の不快性射乳反射；Dysphoric Milk ejection reflex （D-MER）や、母乳育児（授乳）嫌悪；Breastfeeding/Nursing Aversion and Agitation（BAA）のわが国における実態は？ ➡ Research Ongoing

＊ 授乳女性の母乳育児自己効力感を高めるケアを考えると同時に、母乳育児支援に対する助産師自身の自己効力感を高めていく必要もあると考えています。

■助産師のキャリア発達支援に関する研究（他機関共同研究）

・勤務助産師における就業継続困難感尺度の開発 ➡ Paper Published
・勤務助産師の就業継続困難感に関連する要因 ➡ Research Ongoing