

女性とスポーツと助産をつなぐ

小谷 教恵

産婦健康診査事業、産前・産後サポート事業、産後ケア事業、子育て世代包括支援センターの全国展開、女性健康支援センター事業、妊婦にやさしい環境づくりなど、周産期における様々な支援事業が全国的に広まる中で、思いがけない妊娠・若年妊娠・飛び込み分娩は増加傾向にある。2007年に奈良県で起こった、救急搬送中の妊婦が死産した事案を皮切りに、「妊婦健診を受診しない妊婦（以下、未受診妊婦）」について、マスメディアに取り上げられる機会が増え、調査報告や動向に関する文献も増えている。未受診の理由は経済的理由が最多であり、公費負担の拡充や制度の見直しがなされてきた。しかし、次いで多い理由「妊娠に気づかなかった」に対する防止対策は、十分な検討に至っていないと考える。私が従事していた産科病棟に関わった未受診妊婦の傾向として、妊娠したことに気づかない、気づくのが遅い理由は、不規則な月経周期を有しており、月経に対して無知、無関心である女性が多かった。

1997年、世界で初めてアメリカスポーツ医学会が、女性特有の健康障害「女性アスリートの三大主徴」を発表した。激しいトレーニングを続けている女性アスリートは、「エネルギー不足」「無月経」「骨粗鬆症」のリスクがあり、健康管理やコンディショニングにおいて重要な問題として考えられている。これらの問題が深刻化すると、回復には長い時間を要するため、競技パフォーマンスの低下や、選手生命に関わる問題となるだけでなく、引退後にも妊娠性の低い身体を回復させる事にも困難を極めている例が少なくない。実際、女性アスリート本人やその指導者でさえ、「月経なんてなくていい」と思い込んでいる現実がある。一見、アスリートは自己管理を徹底し、健康的な身体に見えるが、それは競技に特化した身体であり、アスリートのライフサイクルを考えた身体作りであるか疑問に思う。

妊娠に気づかなかった未受診妊婦と無月経でいいと思っている女性アスリートとは繋がりがないように思うが、両者とも自身のための健康管理に疎く（未受診妊婦：望まない妊娠が母子ともに人生に大きな影響を与えてしまうことを軽視している。アスリート：競技のための健康管理はできているが自分を中心として考えられていない）、それをサポートする周りの知識や配慮が十分でないことが共通している。

日本では性に関する話をオープンにできない風潮があり、悩んだ時の適切な相談相手が少なく、一人で悩む若い女性が多い。また、学校の性教育では、タブーとされている用語が多く、実施できる内容に限度があるため、子どもたちへの十分な性教育が行われているとは言い難い現状がある。家庭においても、「どう教えていいかが分からない」「上手く伝えられるか自信がない」など、性教育の必要性は理解していても、伝えることができていない。幼少期からの性教育を通して二次性徴期を迎えたころからはより自身の体と向き合い、自身を大切に思うことで他者も大切にできる心を持つことが必要である。それゆえ、家庭内、学校教育では手の届かない性教育を女性の一生をサポートする助産師が関わること、競技特性を知ったスポーツナースが関わることに専門性があり意義があると考えている。私はスポーツナースの資格を取得したこれからの、これまでの助産師としての活動経験を基盤とした、女性アスリート支援に注力したいと考えている。

今後の展望として、専門家による性教育が誰にでも受けられるシステムの構築を目指し、選手や指導者、保護者に向けた教育プログラムの企画ができるとよいと感じる。また内科系、外科系、婦人科系のスポーツドクターやATとの連携をとり、スポーツナースが橋渡しできるような女性サポートチームの発足を考えている。また、スポーツ協会、体育連盟、教育委員会と連携をはかり、スポーツと性についての出前講座や実際の相談やサポートを実施することで、相談がいつでもできる窓口の普及を目指していきたい。

参考文献

- 1) 奈良県:2007年8月奈良県妊婦救急搬送事案調査委員会報告書。
- 2) 大阪産婦人科医会:未受診や飛び込みによる出産等実態調査報告書
- 3) 井上寿美、笹倉千佳弘:報告子育てハイリスク軍としての妊婦健診未受診妊産婦の実態

-
- 4) 新增有加、逆瀬川真衣、森川真美ほか:未受診妊婦の背景要因に関する文献的考察、Nursing Journal of Osaka Aoyama University.2020,Vol.3,11-19
 - 5) 後藤智子:「未受診妊婦問題」をめぐるどうこうについての文献検討、日本赤十字九州国際看護大学 intramural research report,8巻、53-59、2010
 - 6) 田中千晶:妊産婦の妊婦定期健康診査未受診行動の要因と要因間の関連:大阪府 A・B 病院の未受診妊婦を対象として、2002、
 - 7) 忠津佐和代、長瀬尚子、藤原望:思春期の性教育ニーズの検討(1)-教育内容と教育者-、川崎医療福祉学会誌、Vol.15、No.2、2006、635-638
 - 8) 槌谷亜希子、篠木絵理、藤井可苗:高校生の性と性教育に対する教員の意識、北海道医療大学看護福祉学部紀要、16号、69-73、2009
 - 9) 石井美子、能瀬さやか、亀井明子:無月経トップアスリートへの栄養指導による energy availability と黄体化ホルモンの変化の検討、日本臨床スポーツ医学会誌、Vol.27、No.2、2019
 - 10) 公益社団法人日本スポーツ協会:女性スポーツ促進人向けのスポーツ指導者ハンドブック、5-10、2019
 - 11) 厚生労働:不妊予防支援パッケージ - ライフステージに応じた女性の健康推進策 -、1-3、2021
 - 12) 内閣府男女共同参画局調査課:特集スポーツにおける女性の活躍と男女の健康支援 - 平成30年度版男女共同参画白書から -、共同参画、2-7、2018