

**エムティーアイ×メディパル 低用量ピルの意識調査「Shift P 白書 2021」公開！
～低用量ピルの正しい知識の啓発と月経困難症に悩む女性の支援を目指して～**

株式会社エムティーアイ(以下、「当社」)は、株式会社メディパルホールディングス(以下、「メディパル」)と2019年より月経困難症^{※1}の治療方法のひとつである低用量ピル^{※2}(以下、「ピル」)の服薬を支援するプロジェクト『Shift P』の活動を実施しています。

月経困難症は国内に推定800万人以上^{※3}の患者がいるとされ、ピルは有効な治療方法のひとつですが、「避妊のためのもの」「副作用が辛い」というイメージが強く、社会における理解にはまだ改善の余地が多くあります。

『Shift P』プロジェクトでは今回、ピルに関する意識調査^{※4}を実施し、「Shift P 白書 2021」として公開します。ピルの服薬経験者をはじめ女性のリアルな声を届けることで、月経困難症に悩む人の参考やピルの正しい知識の啓発、また女性の健康課題に対する社会の意識、イメージを変えるきっかけとなることを目指します。

★「Shift P 白書 2021」はこちら：https://shiftp.inln.jp/pdf/shiftp_report2021.pdf

◆ピルに対するイメージは「生理痛の軽減」など、正しい知識が広がる傾向に！

今回の調査では、『Shift P』プロジェクトサイトおよび当社が提供する女性の健康情報サービス「ルナルナ」などで実施し6,000名以上の女性が回答しています。

現在、生理痛や月経前症候群(以下、「PMS」)について悩みがあるかを聞いたところ、78.5%の人が悩みを感じていると回答しており、生理痛が婦人科系疾患につながる可能性があることについても66.9%が理解していると回答しています。一方で、解決策として婦人科など病院への受診は5.7%となり、1割にも満たない結果となりました。

では、生理痛やPMSなどの改善としても有効なピル服薬経験者はどのくらいいるのでしょうか。「現在、服薬している」(15.0%)「以前は服薬していたが今は服薬していない」(25.9%)を合わせると40.9%となりました。『ルナルナ』では、ピルの服薬を支援する機能「ピル(OC/LEP^{※5})モード^{※6}」を提供していることから、ユーザーの服薬率は一般の女性より高い傾向があるかもしれませんが、それでも全体の半数弱となりました。また、ピル服薬未経験者にイメージを聞いてみると、「避妊のためのもの」(69.5%)という回答が最も多く、続いて「重い生理痛の軽減ができる」(60.0%)、「生理不順の改善ができる」(54.4%)となりました。2019年に実施した別のアンケート調査^{※7}では、「重い生理痛の軽減ができる」が36.7%、「生理不順の改善ができる」が33.5%だったことから、避妊目的だけでなく、月経困難症などの改善にも有効であるという理解がこの2年で大きく広がってきていると感じます。

Q.ピルに対するイメージを教えてください。
(ピル服薬未経験者の回答)

今回の調査		2019年の調査	
避妊のためのもの	69.5%	避妊のためのもの	69.4%
重い生理痛の軽減ができる	60.0%	副作用がある	48.6%
生理不順の改善ができる	54.4%	生理日を移動できる	42.6%
副作用がある	46.1%	なんとなく怖い	40.2%
価格が高い	29.1%	重い生理痛の軽減ができる	36.7%
計画的な妊娠ができる	21.3%	生理不順の改善ができる	33.5%

(複数回答:上位6つ) Shift P調べ(n=3,562) (複数回答:上位6つ) ルナルナ調べ(n=3,797)

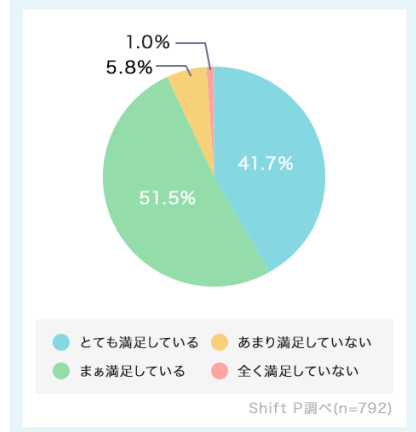
◆ピルの服薬により日常生活への影響が減少傾向に！満足度も9割以上と高い結果に

「副作用が辛い」というイメージも強いピルですが、服薬経験者のうち「副作用があった」と回答したのは45.3%で、副作用の内容は「吐き気・嘔吐」が最も多く約6割となりました。副作用の程度については「少し辛かった」(33.4%)が最も多い回答でしたが、「学校や仕事を休むくらい辛かった」(13.3%)と答えた人も1割以上いることがわかりました。

では、ピル服薬によりどのような変化があったのでしょうか。生理前や生理中の症状によって日常生活へ影響が出る日数が、ピル服薬前は1カ月のうち平均4.8日でしたが、服薬後は平均2.2日と2.6日の減少が見られました。ほかにも「日常生活に影響が出る割合」が減少したと回答しており、多くの女性は一定の効果を実感していることがわかります。

また、ピルの服薬の満足度についても、9割以上が「とても満足」(41.7%)「まあ満足」(51.5%)と回答しています。

Q.ピル服薬の満足度を教えてください。



今回の調査では、ピルに対するイメージは「避妊のためのもの」という認識がまだまだ強い一方で、「重い生理痛の軽減ができる」「生理不順の改善ができる」といった、月経困難症などの改善に効果的であるという認知も増えてきていることがわかりました。実際の服薬目的としても、「生理痛やPMS、生理不順の改善」といった治療目的で利用されている女性が多い結果となっています。

また、ピル離脱の課題に対してはライフステージの変化に伴い不要となるケースも半数を占めるものの、副作用や費用面の不安も大きいことがわかりました。副作用が心配で飲み始めることができなかつたり、途中で中断してしまう人もいるようですが、現在は、ピルの種類も増え自身にあった薬を選ぶ選択肢も広がってきています。また、費用面や医療機関への受診などの負担については、ジェネリック医薬品やオンライン診療などを活用しカバーできる点もあります。『ルナルナ』の「ピル(OC/LEP)モード」では、服薬期間に応じたアドバイスや起こりやすい症状などの情報提供、服薬中の体調変化についての記録データを次回の受診時に「ルナルナ メディコ」を通じて医師にも提示できるなど、女性がピルを服薬する日常に寄り添ってサポートしていますので、ぜひ活用してほしいと思います。

生理痛やPMSが辛いと感じたら我慢せず、ピルの服薬も選択肢のひとつとしてとらえ、まずは婦人科に相談することから始めてほしいと思います。

★ルナルナでは監修医によるコラムも公開中：<https://pc.lnln.jp/?s=%E3%83%94%E3%83%AB>

★プロジェクト監修医 東京大学 大学院医学系研究科 産婦人科学講座 准教授 甲賀かをり 先生からのコメント
今回の調査ではピルのイメージにおける変化が見られたり、ピルに対する非常に高い満足度、患者様から医師への期待というのも見え、とても興味深い結果となりました。これらの結果を参考に、患者側医師側双方の意識が変わるきっかけになればと思います。

「Shift P」では今後も、ピルに関する正しい知識の啓発や情報発信を通して、月経困難症に悩む女性をサポートしていきます。

<「Shift P」の概要>

「Shift P」は、エムティーアイとメディパルが、2019年9月より月経困難症の治療をサポートする服薬支援事業を協業して実施しているプロジェクトです。プロジェクト名の「Shift P」には、月経困難症などで悩んでいる女性のために、“Pill(ピル)”のイメージを変えていきたい、また“Period cramps(生理痛)”や、“PMS(月経前症候群)”、PMDD(月経前不快気分障害)などの様々な“P”の概念を「悩まないもの」へ変化させていきたいという想いを込めています。ピルに関する正しい情報発信、理解促進、服薬支援に取り組むことで、一人でも多くの女性がピルという選択肢を正しく理解し、より健康でその人らしく過ごせる社会の実現に貢献することを目指しています。

また、「Shift P」には、東京大学 大学院医学系研究科 産婦人科学講座 准教授 甲賀かをり先生が監修医として携わり、月経困難症治療剤を製造・販売している沢井製薬株式会社(大阪市淀川区)が協賛しています。

★「Shift P」プロジェクトサイト：<https://shiftp.lnln.jp/>



※1 月経困難症：月経中に起こる激しい痛みなどの病的症状。月経直前、あるいは開始とともに症状が発現し、月経の終了前あるいは終了とともに消失するのが一般的。おもに下腹痛、腰痛など疼痛を主症状として現れる症候群を指す。

※2 低用量ピル：合成された卵胞ホルモン(エストロゲン：E)と黄体ホルモン(プロゲステロン：P)の2つのホルモンが含まれたEP配合剤で、エストロゲンの量が50μg未満のもの。

※3 総務省統計局人口推計より。(2012年10月1日時点)

※4 Shift P プロジェクトサイトおよび当社が提供する健康情報サービス『ルナルナ』及び『ルナルナ体温ノート』内にてアンケート実施
時期：2021年8月6日から2021年8月10日 調査対象：10代から50代以上の女性、6,305名

※5 OC(Oral contraceptives;経口避妊薬)/LEP(Low dose estrogen-progestin;低用量エストロゲン-プロゲステロン)、成分は同一。日本においては避妊に用いられるものをOC、月経困難症等の治療に用いられ保険適応されるものをLEPとして使い分けている。

※6 ピル服薬支援機能「ピル(OC/LEP)モード」：専門医監修のもと、月経困難症等を抱える女性を対象に、ピルの服薬をサポートする機能。詳細はこちら：<http://www.mti.co.jp/?p=24279>

※7 『ルナルナ』による、ピルのイメージに関するアンケート実施 期間：2019年9月10日から9月13日
調査対象：10代から50代以上の女性5,402名 ※服薬未経験者の声のみ抜粋

報道関係の方からのお問い合わせ先

株式会社エムティーアイ 広報室

TEL : 03-5333-6755 FAX: 03-3320-0189

E-mail: mtipr@mti.co.jp URL: <https://www.mti.co.jp/>

一般のお客様からのお問い合わせ先

株式会社エムティーアイ コンタクトセンター

E-mail: newlnln_support@cc.mti.co.jp