

女性が抱える

健康問題とその予防

第21話

よぼう医学とは、問い続けること

読者の皆さんに長い間お付き合いいただいた連載「女性が抱える健康問題とその予防」は、今回で最終回を迎えることになりました。振り返ってみますと、20回にわたって私は「答え」を提示したというより、皆さんにさまざまな「問いかけ」をしてきたのではないかと思っています。

月経痛は我慢すべきものなのか？ 避妊は誰の責任なのか？ 「産む、産まない」を決めるのは誰か？ 性や生殖をタブー視しない。中絶を社会はどう受け止めているのか？ 少子化とは誰の問題なのか？ 結婚、何のためにするのか？ などなど、いずれも、簡単な正解がある問いではありません。しかし、私は、こうして自分自身に問いかけ続けることそのものが、女性の健康を維持・増進する上で、極めて重要だと考えています。

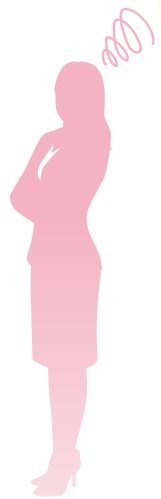
「よぼう医学」というと、まず、検査やワクチン、生活習慣の改善といった具体的な対策を思い浮かべがちです。もちろん、それらはとても重要なことです。しかし、それ以前に、自分の身体や心について知り、疑問を抱き、必要な情報にアクセスし、誰かに相談すること。そして、最終的には自分で決定できること。それ自体が、病気や心の健康問題を未然に防ぐ近道になるのではないのでしょうか。

女性の身体は、思春期から性成熟期、妊娠・出産、更年期、老年期へと、生涯を通じて大きく変化していきます。社会や制度は変わっても、ホルモンの働きや身体のリズムは急に変わることはありません。だからこそ、折に触れて知識をリニューアルし続け、自分の状態を言葉にする力が重要となります。その過程で、私たち婦人科医は「指導

する存在」ではなく、「伴走する存在」でありたいと、常々考えてきました。

「よぼう医学」とは、病気を防ぐ技術である前に、人が自分の人生を主体的に選び続けられるよう支える営みです。本連載が、読者の皆さんにとって、自分自身の身体や人生について、誰かと話し、考え続けるきっかけとなっていたら、これに勝る喜びはありません。

女性の身体は、いつも同じではありません。揺らぎや変化に戸惑うことがあります。それでも、それは決して弱さではありません。どうか、自分の感覚を信じ、最後に聞きします。あなたは、自分の身体のことを、誰と、いつ、どんな言葉で話しましたか。



【執筆者】
北村 邦夫
きたむら くにお

日本家族計画協会 会長
自治医科大学を1期生として卒業後、群馬県庁に在籍する傍ら、群馬大学医学部産科婦人科学教室で臨床を学ぶ。1988年から日本家族計画協会クリニック所長。日本思春期学会名誉会員、日本母性衛生学会名誉会員。2018年より現職。

表 連載「女性が抱える健康問題とその予防」各回のテーマ

第1話	女性ホルモンと生涯を通じた女性の健康
第2話	婦人科医をパートナーでクターに
第3話	月経痛を我慢しないで
第4話	「月経を支配する女性」になろう
第5話	月経前症候群（PMS）を改善するには
第6話	産みたい時に産めるように
第7話	急増する若い女性の梅毒
第8話	緊急避妊法ってご存じですか
第9話	中絶せざるを得ないことがある
第10話	避妊法、あなたは何を選びますか？
第11話	あなたは少子化についてどう考えますか？
第12話	チャンスを逃さないで！HPVワクチン接種
第13話	性交痛の原因は年齢のせい？
第14話	避妊や月経痛緩和で女性ホルモン剤の使用が急増！
第15話	「小さく産んで大きく育てる」は時代遅れです
第16話	思春期と思秋期
第17話	ホルモン補充療法、何がおススメ？
第18話	長年待望していた新しい避妊薬の登場
第19話	結婚って、何のためにするのか？
第20話	人生100年時代の自分さがし
第21話	よぼう医学とは、問い続けること

バックナンバーをご希望の方は
こちらから▶

