

## 若年婦人の性周期に関する調査

川崎医療短期大学 第一看護科

片 山 美 都 子

(昭和60年8月23日受理)

### Menstrual Cycle of the Younger Women

Mitsuko KATAYAMA

*Department of Nursing, Kawasaki College of Allied Health Professions*

*Kurashiki 701-01, Japan*

*(Received on Aug. 23, 1985)*

Key words : 基礎体温, 月経周期, 排卵性周期

#### 概 要

若年婦人の母性機能の整順の実態を知りたいと思い、本学看護科の学生を対象に入学から卒業まで連続して基礎体温の測定を実施した。これにより、年齢的には思春期から成人期への移行期であるが、本人達が思っているほど月経現象は順調に営まれてなく、母性機能はまだまだ成熟過程であるという結果を得た。

#### はじめに

未婚の母、10代の女性の人工妊娠中絶の増加など、性の早熟化が社会問題となっている。本学看護科の学生は18歳から20歳の若い女性である。この年代の母性機能の整順の実態を知りたいと思った。母性機能の成熟度を判定するための確かな基準はないが、基礎体温を測定することにより、その一端をうかがい知ることは可能である。そこで、これを機会に基礎体温測定が彼女たちにとって、習慣化されることも期待して、本学看護科学生を対象に入学から卒業までの期間、基礎体温の同一人連続測定を実施したので、その結果を報告する。

#### 対象および方法

1. 対象：川崎医療短期大学看護科昭和55年度入学生98名（第一看護科88名，第二看護科10名）
2. 基礎体温測定期間：第一看護科・昭和55年4月～昭和58年3月。第二看護科・昭和55年4月～昭和57年3月。同一人連続測定
3. 基礎体温の測定方法：婦人体温計を使用し、毎朝目がさめた時、床の中で静かに横になったまま、口腔内で5分間測定することを原則とした。夜間実習などで測定条件を異にした場合、テスト前日の徹夜、旅行など生活が不断と違った場合は、体温表の備考欄にその旨記入。記入用体温表は1カ月単位とし、1カ月ごとに配布、回収した。

4. 排卵性周期の判定：基礎体温表は、川崎医科大学産婦人科、田中良憲教授に判定を受けた。

5. 用いた正常値：正常値とされている数値は各説あり一定していないため、本稿では、田中教授の指導を得て以下の数値を用いた。

月経持続日数 3日～7日  
月経周期 25日～35日  
月経周期差 7日  
高温相の日数 10日～14日

6. 初経年齢・初経から入学までの月経現象・入学後の適応状況を知るためにアンケート調査を行った。

## 結 果

### 1. 基礎体温の測定状況

基礎体温の測定は1年次100%であったが、2年次となり中断するものが徐々に増加して、2年次の終わりには37名(88%)まで減少し、卒業まで継続したものは第一看護科4名、第二看護科2名であった。

基礎体温の測定を中断したものについてみると、時期としては期末休暇後が多い。3年次に中断したものは、2年次の月経周期が大体一定しているもの、また反対に長期間月経をみないものに多くみられた。

卒業まで継続したものは、毎朝体温測定することが習慣となってしまったと答えている。

本調査の資料とはならなかったが、月経開始の前後のみ体温測定を行い、自分なりの活用をしていたものが第一看護科に3名あった。

### 2. 初経年齢

初経は全員が開始していた。初経年齢の早いものは10歳代、遅いものは15歳代であり、12歳で約50%、13歳で84%のものが初経を開始しており、諸家の報告と同様の結果であった。

自己の初経年齢を何歳何カ月と記憶していたものは27名(28%)と少数であった。

### 3. 月経持続期間

月経持続期間の使用可能総数は1767期間であった。持続日数の短いものは2日、長いものは15日であり、3日～7日の正常範囲のものが96.5%、8日以上のもものが2.8%、2日以下の

ものが0.6%であった。

個人別にみて、すべてが正常範囲であったものが72名あり、他の26名中すべてが異常日数のものは皆無で、ほとんど正常日数であるが、1～2回異常日数の時があったという状態であった。

### 4. 月経随伴症状

月経随伴症状を有するものは88名で、その症状の第1位が腹痛で80名あり、随伴症状を有するものの91%を占めていた。第二位がイライラで13名(15%)となっており、腹痛が激しくて学業を休まねばならぬものは1名であった。

### 5. 月経周期

入学までの月経の最短周期と最長周期が答えられたものは69名、順調であると答えたものは70名であった。

基礎体温測定にて判断可能な周期は、1年次885周期、2年次655周期、3年次100周期、総数1640周期であった。最短周期は1年次が10日、2年次が11日、3年次が17日であり、最長周期は1年次230日、2年次210日、3年次120日、学年次とともに、最短・最長の周期差は縮小されていた。個人別に月経周期差をみると、7日以内の正常なものは1年次5名、2年次11名、3年次5名と少数であった。

月経周期の25日～35日を正常型、24日以内を短縮型、36日以上を延長型、延長型のうち6カ月以上を無症型に分けてその頻度をみると、表Ⅰのとおりである。正常型は1023周期(62%)

表Ⅰ 月経周期の種類別頻度 (%)

学年次別 種類		1年次	2年次	3年次	計
正 常 型	正 常 型	563 (63.6)	398 (60.8)	62 (62.0)	1,023 (62.4)
	短 縮 型	123 (13.9)	86 (13.1)	11 (11.0)	220 (13.4)
	延 長 型	196 (22.2)	170 (26.0)	27 (27.0)	393 (24.0)
	無 症 型	3 (0.3)	1 (0.1)	0	4 (0.2)
	小 計	322 (36.4)	257 (39.2)	38 (38.0)	617 (37.6)
計		885 (100)	655 (100)	100 (100)	1,640 (100)

で各学年次の差はみられなかった。

個人別にみると表Ⅱのとおりである。すべて

表Ⅱ 月経周期の種類別人数

種類	学年次別	1 年次	2 年次	3 年次
正 常 型 の み		8	15	7
短 縮 型 の み		0	0	0
延 長 型 の み		3	6	3
正常型 + 短縮型		12	17	3
正常型 + 延長型		38	33	4
正常型 + 短縮型 + 延長型		36	24	4
短縮型 + 延長型		1	0	0
計		98	95	21

の周期が正常型のものは、1 年次 8 名、2 年次 15 名、3 年次 7 名と少数であった。1 年次に全周期が正常型であった 8 名中、2 年次においても全周期が正常型であったものはわずか 2 名であった。一方、全周期が短縮型あるいは延長型のものも少なく、月経周期は一定の型でくり返されてなく、周期ごとに変化しているものがあった。

入学後第一回目の月経周期の状態を、入学前の月経周期の状態がわかっているものと、不明のものに分け、さらにわかっているものは正常型と異常型に、不明のものは順・不順に分類してその頻度をみると表Ⅲのとおりである。入学

表Ⅲ 入学後第一周期目の月経周期の状態

入学前		入学後			
		正常型	短縮型	延長型	計
月経周期がわかっているもの	正常型	21	2	11	34
	異常型	16	1	18	35
月経周期の不明なもの	順 調	10	1	6	17
	不 順	5	0	7	12
計 (%)		52 (53)	4 (4)	42 (43)	98 (100)

前の月経周期が正常型であった 34 名のうち、入学後第一回目の月経の開始が短縮または延長したのは 13 名 (38%) があった。このうち、6 カ月以上月経が開始されなかったものは 1 名で、ほとんどのものが 2～3 カ月で開始していた。

また、この 13 名の生活背景をみると、寮生 10 名 (45%)、通学生 3 名 (25%) となり、寮生に多くみられたが、有意差は認められなかった。その他、食事の摂取状況、体重の減少、生活の受け止め方などとの関係をみたが、すべて有意差はみられなかった。

入学後第一周期目の月経周期をみると、表Ⅲのように正常型が 52 名 (53%)、短縮型が 4 名 (4%)、延長型が 42 名 (43%) となっており、表Ⅰの 1 年次の集計値と比較をすると、正常型が少なく、5% の危険率をもって、有意差が認められた。

## 6. 基礎体温曲線

基礎体温曲線の高温相の日数を判定するための使用可能周期は、1 年次 919 周期、2 年次 660 周期、3 年次 87 周期、総数 1666 周期であった。

高温相日数が短いものは 4 日、長いものは 26 日であった。これを 10 日～14 日を正常型、15 日以上を延長型、9 日以内を短縮型、また一相性を (-) 型、どちらとも判断のつかぬものを (?) 型として分類すると表Ⅳのとおりである。

表Ⅳ 基礎体温の種類別頻度 (%)

BBT の種類		学年次	1 年次	2 年次	3 年次	計
二相性	正 常 型		350 (38.1)	274 (41.5)	34 (39.1)	658 (39.5)
	異 常 型	短縮型	71 ( 7.7)	44 ( 6.7)	4 ( 4.6)	119 ( 7.1)
		延長型	176 (19.2)	133 (20.1)	16 (18.4)	325 (19.5)
		小 計	247 (26.9)	177 (26.8)	20 (23.0)	444 (26.7)
	小 計		597 (65.0)	451 (68.3)	54 (62.1)	1,102 (66.1)
一相性 ((-) 型)			276 (30.0)	167 (25.3)	30 (34.5)	473 (28.4)
( ? ) 型			46 ( 5.0)	42 ( 6.4)	3 ( 3.4)	91 ( 5.5)
計			919 (100)	660 (100)	87 (100)	1,666 (100)

二相性を示すものは 1102 周期、全周期の 2/3 であった。正常型は 658 周期で全体の 39.5% しかなく、二相性周期中でも 59.7% と約半数強という数値であった。

個人別にみると表Ⅴの通りである。すべての周期が二相性であったものは 1 年次 21 名 (21.4

表Ⅴ 排卵周期の種類別人数

種 類	学年次別	1 年次	2 年次	3 年次
A のみ		0	4	0
B のみ		0	0	2
C のみ		0	5	0
A + B		2	1	0
A + C		12	12	7
A + B + C		7	6	0
A + B + C + D		10	8	1
A + B + C + D + E		9	4	0
A + B + C + E		3	2	0
A + B + D		6	5	1
A + B + D + E		5	3	0
A + B + E		0	1	0
A + D		7	8	2
A + D + E		1	3	0
A + C + D		17	9	2
A + C + D + E		8	9	1
A + C + E		2	3	0
B + C + D		1	0	0
B + D + E		1	1	0
B + D		2	0	0
C + D		0	3	1
C + D + E		0	2	0
D のみ		5	6	4
E のみ		0	0	1
計		98	95	22

A : 正常型 B : 短縮型 C : 延長型

D : ( - ) 型 E : ( ? ) 型

%), 2 年次28名(29.5%), 3 年次9名 ( 40.9 %)とわずかであるが増加傾向がみられた。測定した周期のすべてが二相性であったものは10名であり, このうちすべての周期が正常型のもは表Ⅴのように1 年次3 年次0, 2 年次4 名とわずかであり, 3 年間を通して正常型のもは皆無であった。

松本の基礎体温曲線型分類による排卵性を示すⅠ型～Ⅳ型の頻度をみると全周期の39.7%であり, 二相性正常型と同様の数値であった。

月経周期と基礎体温の関係をみると表Ⅵのとおりである。両者ともに正常型のもは443周期, 27.0%で全体の1/4 程度であった。月経周期が正常型であるもののうち, 二相性正常型のもは43.3%で, 表Ⅳの基礎体温曲線正常型(39.5%)と比較をして有意差は認められなく, 月経周期が正常であっても二相性正常型の割合

表Ⅵ 月経周期と基礎体温の種類別頻度

月経周期 基礎体温		正 常 型	異 常 型	計
二相性	正 常 型	443	206	649
	異 常 型	285	152	437
	小 計	728	358	1,086
一相性(一型)		259	214	473
( ? ) 型		36	45	81
計		1,023	617	1,640

は増加しないという結果となった。

## 考 察

初経は全員が開始しており, 月経持続日数3 日～7 日の正常範囲にあるものは96.5%で, 岡田(1982)の報告と一致して高率であった。また, 月経随伴症状は卵巣機能が成熟化し, 排卵性周期が確立されて起こると松本はいつているが, 調査の結果随伴症状を有するもの91%, 随伴症状の1つである腹痛を有するものは全対象の82%あり, 長谷川の報告(1985)の20歳以上のもの78.8%より, 高率をしめし, 反面就床を必要とするものはわずか1名であった。上記2点については本対象は成熟化しているといえる。

一方月経周期は, 表Ⅵに示したように月経周期日数が正常で, 月経周期差が7 日以内に順調に営まれているものは大変少なく周期ごとに変化していた。基礎体温曲線も, 表Ⅴに示したように全周期が二相性のもは10名と大変少なく, 高温期日数が10日～14日の正常型のもは皆無で, 長谷川(1984)は個々の学生のタイプを松本の基礎体温曲線型で分類していたが, 本調査では, 1つの型に統一して分類することは不可能であった。また, 正常な月経周期であっても, 基礎体温が二相性の正常型のもは43.3%と1/2 以下であり, 月経周期の正常と基礎体温の正常(排卵性周期)は相関関係は認められなかった。思春期の定義は“前文略, 初経を経て第二性徴の完成と月経周期がほぼ順調になる17歳～18歳までをいう”と書かれている。本調査の対象の年齢は18歳以上であるが, 上記の結果より, 母性機能はいまだ成熟の過程であるといえる。

アンケートにより、自己の月経の最長と最短の周期が答えられたもの69名中25日～35日の正常周期のものが34名、自己の月経周期は順調であると答えたものが70名あったが、基礎体温測定の結果は、正常周期のものは1年次8名、2年次15名、3年次7名であり、月経周期差7日以内で順調であるといえるものは1年次5名、2年次11名、3年次5名と大変少ない結果となった。月経現象は初経開始以後、長いもので8年、短いもので3年、繰り返し自分自身が体験してきた事象であるにもかかわらず、その記憶は必ずしも正確ではないといえる。

基礎体温の測定は、1年次100%、2年次88%であり、長谷川(1985)の55%、22%に比較すると高成績であるが、卒業まで継続したものは第一看護科4名、第二看護科2名と大変少なかった。基礎体温測定は測定手技は単純な作業であるが、継続させるのは大変難しいことがわかった。しかし、わずかであるが、基礎体温測定が習慣化したもの(4名)、自分なりの活用をしていたもの(3名)があり、今回は継続させるための積極的な働きかけはしなかったが、側面的な働きかけによっては、その数を増加させることは可能である。

母性の成熟度は、判定する基準がなく、妊娠の成立をみて確認するしかないと言原(1985)はいつているが、本調査で、月経周期が正常でも、基礎体温は正常でないものが多いという結果からも、基礎体温を測定することにより、個人的な問題点の糸口をつかむことは可能である。本調査の期間中、自己の基礎体温の異常に気づき、相談に来たケース、専門医の協力を依頼したケースなどがあるが、思春期から成年期への移行期であるこの時期に、将来の健康な母性の発展のための一つの節目として、基礎体温を測定することの必要性を感じた。ただし、基本型と異なる基礎体温をみて、自分は異常であると思ひこみ、悩んだり、不要の不安をつくらぬよう注意すること、まだ成熟過程にあることを十分考慮し、個人に応じた援助が必要である。“知っていればこんなことには……”という事態の生ずることのないよう、若い女性が、自らの手で自己の母性を保護し、自己管理をしていくため

の一つの道具として、基礎体温をもっと活用すべきである。

### おわりに

本調査により以下の結果を得た。

- ① 本対象は思春期を経過した18歳から20歳の若い女性であるが、本人たちが思っているほど月経現象は順調に営まれていない。
- ② 月経周期と排卵性周期は相関せず、月経周期が正常でも必ずしも基礎体温は正常ではない。
- ③ 自分自身が繰り返し体験していることであるが、月経周期に関する記憶はあいまいである。
- ④ 基礎体温の測定手技そのものは簡単であるが、それを継続させることはむずかしい。

今回は紙面の都合上、基礎体温の松本氏の分類型による検討結果を報告できなかったが、別の機会に報告したいと考えている。

### 謝 辞

ご自身のご病気にもかかわらず、この調査のために色々ご指導下さいました、川崎医科大学、田中良憲教授に深く感謝いたします。

### 参 考 文 献

1. 松本清一他、基礎体温の読み方、産婦人科の実際、VOL. 12, No. 3, 1963, p. 188～193.
2. 岡田弘二、月経の周期および持続期間の異常、産婦人科の実際、VOL. 31, No. 6, 1982, p. 897～901.
3. 玉田太朗他、看護学校入学と月経異常、産科と婦人科、VOL. 49, No. 1, 1982, p. 33～37.
4. 阪口しげ子他、月経随伴症状の研究(第5報)月経前緊張症について、助産婦雑誌、VOL. 38, No. 6, 1984, p. 65～70.
5. 長谷川寛子他、基礎体温(BBT)測定法導入による若年婦人の健康管理、母性衛生、VOL. 25, No. 2, 1984, p. 263～267.
6. 長谷川寛子他、月経現象の成熟過程—看護学生への調査について—母性衛生—VOL. 26, No. 1, 1985, p. 47～51.
7. 宮原忍、性教育における保健・医療従事者の役割、助産婦雑誌、VOL. 39, No. 5, 1985, p. 35～38.

