

# 女子高校生における月経に対するイメージと 月経随伴症状について

武 井 祐 子\*<sup>1</sup>

## 緒 言

女性には一生のうちに3回衝撃的な出来事があると言われている。それは3回の通過儀礼と言われ、1回目は初経、2回目は妊娠・出産、3回目は閉経である。このうち1回目と3回目の通過儀礼は月経という生理現象の始まりと終わりであり、女性はその月経とともに人生の数十年を過ごしている。女性は初経によって女性としての自己を認識するようになり、その後の月経周期の体験を重ねることによって女性としての自己を受け入れていく。したがって月経は女性にとって非常に重要な意味をもつのである<sup>1)</sup>。

月経に関する研究は医学の分野だけでなく、社会現象の分野に至るまで数多く行われてきた。そのなかで、月経が精神症状を悪化させると報告されたり<sup>2)</sup>、認知活動や成績、作業などの様々な行動に影響を及ぼすことが報告されている一方で<sup>3)</sup>、月経周期の影響を疑問視するような報告も数多くあり<sup>4,5,6,7)</sup>、月経随伴症状や月経周期がどのような影響を与えているか正しく認識することが必要だと指摘されている。

筆者は女子大学生の月経随伴症状と月経に対するイメージの関連を調査し、月経随伴症状が重い人は常に月経を意識することになるため、子供を産む性である意味やその大切さを実感し、女性であることを受け入れ、月経随伴症状を改善するために努力しているという結果を報告した<sup>8)</sup>。このような月経と女性性、母性との関係について調べた研究は現在までいくつかあるが<sup>9,10,11,12)</sup>、年齢の違いや世代によって月経に対するイメージや月経随伴症状自体が違うということも報告されている<sup>13,14,15)</sup>。以上のことから、今回の研究では前回は対象より年齢が低い女子高校生を対象に、月経に対するイメージや月経随伴症状について調べ、今までの先行研究と比較し、その実態を明らかにすることを目的とする。

## 方 法

### 1. 調査時期

1999年7月19日に調査を実施した。

### 2. 調査対象者

県内の公立家政科に通う女子高校生232名。

### 3. 質問紙

質問紙は月経に対するイメージを尋ねるもの、月経随伴症状を尋ねるもの、月経に関する背景を尋ねるものの3つの内容で構成した。前回の調査で使用した質問紙<sup>8)</sup>をもとに、調査校の養護教諭と相談の上、女子高校生に適するよう作成しなおした。内容自体は前回の調査と大きな変更はないが、質問の仕方や言葉を分かりやすくした。月経に対するイメージを尋ねる質問項目は31項目、月経随伴症状について2項目増やした36項目であり、「はい」から「いいえ」の5点尺度によって評価を求めた。初経年齢や月経周期など月経の背景に関する質問を、月経に対するイメージを尋ねる質問紙と月経随伴症状を尋ねる質問紙の間に入れた。

### 4. 手続き

ホームルームの時間に行った。女性の担任教員が、質問紙を配布し、筆者が作成した注意事項を読み上げ、調査の目的や回答の仕方の理解を促した。その後、質問項目を1つずつ読み上げ、各自に回答してもらった。

### 5. 結果の整理

分析は全て統計ソフト SAS を用いて行った。

## 結 果

### 1. 有効数

月経随伴症状および月経に対するイメージの質問項目の回答に欠損値のあるものを全て除いたため、有効数は217名となった。

### 2. 月経に関する背景

(1) 初経年齢 平均12.2歳であり、最も早い人

\*1 川崎医療福祉大学 医療福祉学部 臨床心理学科  
(連絡先) 武井祐子 〒701-0193 倉敷市松島288 川崎医療福祉大学

表1 月経に対するイメージ

項目番号	質問紙項目内容	第I因子	第II因子	第III因子	第IV因子	第V因子	第VI因子	第VII因子	共通性
8	月経は、女性にとって必要なものである	.779							.623
1	月経は女性にとって、重要なものである	.760							.619
18	月経は大人の女性であることのアカシである	.746							.636
22	月経があることは、子どもが産めることでうれしい	.689							.654
15	月経は女性にとっての責任または義務である	.503							.492
30	正常な月経は、女性の健康さを示すバロメーターである	.431							.476
4	月経により、女性であることを再確認することができる		.741						.625
9	月経は女性ならだれでも経験するあたりまえのことである		.723						.595
2	月経がないと不安になる		.568						.406
12	月経は、人生や生活にリズムがあることを示している		.524						.467
5	月経中が一ヶ月の中で一番快適に感じる			.543					.505
26	月経は女性の喜びである			.507					.579
20	月経があることは誇らしい			.497					.562
6	月経を通して、自分の身体をよりよく知ることができる。			.407					.512
10	なんらかの方法で、月経を楽しむことができる			.404					.440
25	月経がないという点で、男性は現実的に得をしている			-.520					.412
17	月経があることは面倒だ			-.620					.513
31	月経中の女性は、汚れていると思う				.624				.514
3	下腹部痛で悩まされるのは、特に下腹部痛を気にしているからだ				.580				.403
13	月経があることで、男より女のほうが偉いと思う				.559				.402
7	月経は病気のようなものである				.530				.568
11	月経は恥ずかしいものである				.509				.400
16	月経によって、自分の普段の生活に支障をきたすとは思わない					.650			.564
19	月経による気分の変化はほとんどない					.636			.501
23	他の時期に比べると、月経中は自分の能力が発揮できないと思う					-.452			.465
14	乳房や背中が痛くなったり、下腹部痛や他の身体的変化で月経が近づいていることが分かる					-.472			.404
27	ほんの小さな身体的変化も、月経のせいにする女性が多い						.793		.649
21	月経ストレスを訴える女性は、それを言い訳にしているだけだ						.663		.582
28	月経中にはひかえたほうがいい行動がある							.556	.403
29	月経は我慢しなくてははいけないものである							.550	.376
24	月経は不思議なことである							.366	.441

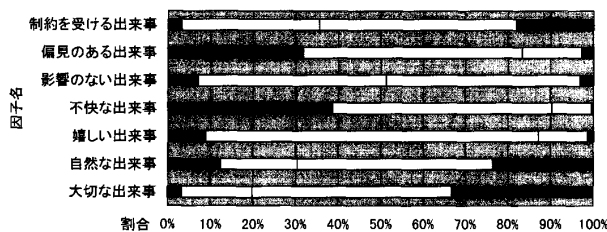


図1 月経に対するイメージの因子ごとの得点分布

が9歳(1人, 0.5%), 最も遅い人が15歳(7人, 3.2%)であった。(2)月経周期 平均30.8日であり, 最も短い人が16日(1人, 0.5%), 最も長い人が70日(1人, 0.5%)であった。(3)月経持続日数 平均6.0日であり, 最も短い人が3日(7人, 3.2%), 最も長い人が12日(1人, 0.5%)であった。(4)前回の月経日時を記憶している人は83.4%(181人)であり, 次回の月経の日時を予測出来る人は67.7%(147人)であった。(5)月経周期の変動 いつも2日前後とする人が22.1%, 3~6日前後とする人が40.9%, 1~2週間前後とする人が26.9%, 2週間以上の変動があるとすると10.1%であった。(6)月経に対するイメージ 質問項目31項目に対して因子分析(主成分分析法, バリマックス回転)を行い, 固有値の変化や因子の解釈可能性を考慮して7因子採用した。表1に因子負荷量を示した。第I因子は「大切な出来事」, 第II因子は「自然な出来事」, 第III因子は「嬉しい出来事」, 第IV因子は「不快な出来事」, 第V因子は「影響のない出来事」, 第VI因子は「偏見

のある出来事」, 第VII因子は「制約を受ける出来事」と命名した。各因子ごとの得点を5段階に分け, 人数分布を図1に示した(5が最も得点が高いグループ)。(7)月経随伴症状 質問項目36項目に対して因子分析(主成分分析法, バリマックス回転)を行い, 固有値の変化や因子の解釈可能性を考慮して6因子採用した。表2に因子負荷量を示した。第I因子は「情緒不安定」, 第II因子は「気分の高揚」, 第III因子は「自律神経失調」, 第IV因子は「身体面の不快①」, 第V因子は「痛み」, 第VI因子は「身体面の不快②」と命名した。図1と同様, 人数分布を図2に示した。

## 考 察

### 1. 月経に関する背景

初経年齢, 月経周期日数, 月経持続日数, 月経周期の変動などは先行研究<sup>16)</sup>と同じような結果を示しており, 調査対象は平均的な集団と考えられる。

### 2. 前回の月経日時を記憶と次回の月経日時の予測

前回の月経日時を記憶している人は8割を超え, 次回の月経日時を予測出来る人は7割近かった。初経年齢が12歳とすると3年程度で大部分が月経周期を自分のライフサイクルの中に取り込んでいるが, まだ3割程度の方は月経に対して十分に対応しきれていない。小学生, 高校生, 短大生と比較した大井他(1991)<sup>17)</sup>は年代が高くなるにつれ, より月経について理解していくようになるとしているが, 今回の結

表2 月経随伴症状

項目番号	質問紙項目内容	第I因子	第II因子	第III因子	第IV因子	第V因子	第VI因子	共通性
3	勉強や仕事への意欲がなくなったり、または根気がなくなる	.798						.659
4	考えがまとまらなかったり、または、判断力がにぶくなったりする	.792						.678
15	集中力が低下する	.702						.534
2	気分が動揺する(情緒不安定)	.701						.675
1	おこりっぽくなる	.694						.666
11	いらいらする	.634						.601
20	考えがマイナス方向にむかいやすい	.619						.555
18	身体がだるくなる	.586						.457
27	疲れやすくなる	.546						.504
12	頭が痛くなる	.515						.460
13	ゆううつになる	.492						.400
17	眠くなったり、いねむりをしたりする	.448						.557
19	優しい気分になる		.798					.658
31	素直になる		.791					.641
33	活動的になる		.561					.455
21	指を切ったりお皿を割ったりなど、失敗が多くなる		.535					.634
10	緊張しやすくなる		.513					.545
30	通じがよくなる		.499					.584
26	さびしくなる		.497					.518
24	吐き気がする			.627				.523
34	不安になる			.614				.545
8	めまいがする			.419				.438
7	おしっこによく行きたくなる			.400				.405
28	便秘になる				.703			.554
6	体重が増えてくる				.686			.543
36	足がむくむ				.524			.554
5	食べ物の好みが変わる(例 甘いものが食べたくなる)				.479			.488
14	肌が荒れる				.476			.488
25	腰が痛くなる					.745		.627
22	下腹部が痛くなる					.703		.585
9	肩や首がこる					.540		.590
23	外に出たり、または、人とのつきあいを避けたいくなる					.422		.455
35	食欲がなくなる					.413		.404
16	お乳が痛くなる						.815	.749
32	腹部や乳房がはる						.783	.720
29	下痢になる						.403	.406

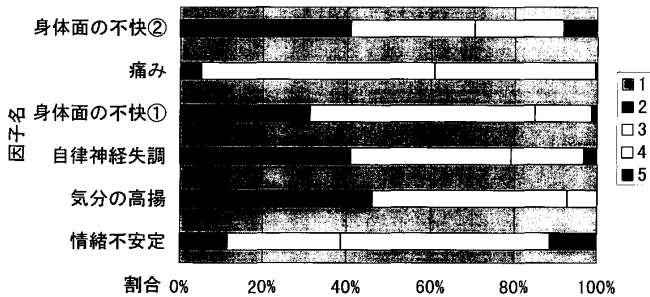


図2 月経随伴症状の因子ごとの得点分布

果から、高校生では月経周期に応じた生活パターンが十分には確立していないと思われる。月経周期の体験を重ねることで、次第に自分の生活リズムの中に月経を取りこんでいけるものと思われるが、出来るだけ早い時点で月経周期に応じた生活パターンを組み立てることが、快適に月経と過ごすことが出来るポイントになると思われこの点への家庭や教育現場での対応が望まれる。

### 3. 月経に対するイメージ

今回の結果では、女子高校生は月経を「自然な出来事」として受けいれているだけでなく、「大切な出来事」と肯定的にとらえている。しかし、一方で「制約を受ける出来事」と否定的にもとらえている。これは高村(1991)<sup>14)</sup>が、18歳までは月経を女性の特質としてとらえ、積極的に肯定しながらも、煩わしいものとしてとらえがちであること、つまり肯定的

にとらえながらも、否定的にもとらえている、アンビバレントな傾向があるという指摘と同様の結果と思われる。アンビバレントにしかとらえられないのは、まだ月経の肯定的意味合いを実感するよりも日常生活で月経によって支障を受けることが多いため、否定的なイメージ拭うことができないためと思われる。しかし女子高校生が高い割合で月経があることを肯定的にとらえていることは、高校生が月経を肯定的にとらえることができつつある段階であるとともに、最近の月経教育が改善されてきた成果と思われる。一方、今回の結果では、「影響のない出来事」としている人の割合は高くなっており、月経自体は女性の日常生活に影響を与えられることから疑問が残る。

### 4. 月経随伴症状

今回の結果では他の症状に比べて「情緒不安定」と「痛み」が高く評価されている。それに比して、「気分の高揚」や水分量の変化からくと思われる全身症状の「身体面の不快」などは訴えがそれほど高くない。「痛み」はどの年齢の時点でも比較的訴えが多い症状と思われるが、高村他(1993)<sup>15)</sup>は、無気力やいらいらなどの精神的な症状が18歳までは年齢とともに増加し、その後減少していくことを指摘している。今回の結果でも確かに精神的な訴えは他の症状と比べ高くなっている。月経随伴症状の中

でも精神的症状は環境的な影響を受けやすいと思われるが、もともと月経によって日常生活の支障をきたしやすい生活パターンにいると思われる女子高校生は、月経があること自体に不快感に感じ、それが精神症状の悪化を及ぼしている可能性もあると思わ

れる。

今後は今回の研究での疑問点、月経に対するイメージと月経随伴症状の関連性について検討していきたい。

## 文 献

- 1) 石川中, 赤地陽 (訳) (1986) ライフサイクルからみた女性の心と体. 医学書院, (Hertz DG & Molinski H (1980) *Psychosomatik der Frau*. Springer Verlag, Berlin Heidelberg), pp33-58.
- 2) Asso Doreen (1983) *The real menstrual cycle*. The Pitman Press.
- 3) 児玉憲典 (訳) (1987) ワンス・ア・マンス. 時空出版, (Katharina Dalton (1978) ONCE A MONTH. Fontana Paperbacks).
- 4) Gallant SJ, Popiel DA, Hoffman DM, Chakraborty PK, & Hamilton JA (1992) Using dairy rating to confirm premenstrual syndrome/Late luteal phase dysphoric disorder. Part 1. Effects and demand characteristics and expectations. *Psychosomatic Medicine*, **54**, 149-166.
- 5) Gallant SJ, Popiel DA, Hoffman DM, Chakraborty PK & Hamilton JA (1992) Using dairy rating to confirm premenstrual syndrome/Late luteal phase dysphoric disorder. Part 2. What makes a "real" difference? *Psychosomatic Medicine*, **54**, 167-181.
- 6) Rapkin AJ, Chang LC & Reading AE (1988) Comparison of retrospective and prospective assessment of premenstrual symptoms. *Psychology Reports*, **62**, 55-60.
- 7) Sommer B (1973) The effect of menstruation on cognitive and perceptual-motor behavior:a review. *Psychosomatic Medicine*, **35**(6), 515-534.
- 8) 武井祐子 (1994) 月経に対するイメージと月経症状に関する研究. 広島大学大学院教育学研究科修士論文抄, pp69-72.
- 9) 高村寿子 (1996) 思春期女性の自己確立に関する研究 一年齢と月経周期の推移からみた女性性・母性および月経の同一化-. 思春期学, **14**(2), 121-132.
- 10) 本田育美, 後藤節子, 工藤ハツヨ (1997) 月経イメージ形成からみた母性意識の検討. 母性衛生, **38**(4), 455-463.
- 11) 稲垣恵美, 林マツノ, 森田幸子 (1998) 月経時の日常生活への影響について - 母性意識と関連させて -. 母性衛生, **39**(1), 81-87.
- 12) 宮中文子 (1998) 青年女子の月経随伴症状と母性性に関する研究 (第二報) - 母性性との関連から -. 母性衛生, **39**(2), 245-249.
- 13) 長谷川明美, 吉田幸子, 川崎佳代子, 柴田真理子, 矢野恵子 (1987) 年代別にみた女子の月経観について. 思春期学, **5**(4), 556-561.
- 14) 高村寿子 (1991) これからの月経教育. 思春期学, **9**(4), 387-395.
- 15) 高村寿子, 松本清一 (1993) 月経に関する意識や行動からみた成熟年齢. 思春期学, **10**(4), 344.
- 16) MSG 研究会 (1990) 月経に関する意識と行動の調査.
- 17) 大井伸子, 吐山ムツコ, 皆木里加, 大井治昭 (1991) 月経に関する調査 (1) (中学生, 高校生, 短大生の実態). 思春期学, **9**(3), 254-260.

(平成11年11月10日受理)

## Menstrual Attitude and Menstrual Distress of Girl High School Students

Yuuko Takei

(Accepted Nov. 10, 1999)

Key words : GIRL HIGH SCHOOL STUDENTS, MENSTRUAL DISTRESS, MENSTRUAL ATTITUDE

Correspondence to : Yuuko TAKEI

Department of Clinical Psychology, Faculty of Medical Welfare

Kawasaki University of Medical Welfare

Kurashiki, 701-0193, Japan

(Kawasaki Journal of Medical Welfare Vol.9, No.2, 1999 275-279)