

女子高校生における月経に対するイメージと 月経随伴症状の関係について

武井 祐子*1

緒 言

女性は、概ね1カ月に1度おとずれる月経とともに、初経時から閉経時までの長い期間を過ごしている。したがって、その月経期間をできるだけ快適に過ごしたいと考えるのは当然のことである。

月経に関する研究は現在まで様々な分野で数多く行われてきた。それらの研究には、月経周期が女性の精神症状や認知活動、作業に影響を与えると指摘するものもあれば、そのことを疑問視するような報告もみられる¹⁻⁴⁾。これらの矛盾した報告から考えると、月経随伴症状や月経周期の影響を正しく認識することで、より快適に月経期間を過ごすことができるのではないかと考えられる。

従来、月経に対するイメージは否定的なものであると指摘されていた⁵⁾。しかし、最近は女性性、母性との関係から、月経に対するイメージをより前向きにとらえる研究がされるようになってきている⁶⁻⁹⁾。このような研究が重ねられる中で、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が異なるということも報告されており¹⁰⁻¹²⁾、筆者も女子大学生・大学院生や女子高校生を対象に、両者の月経に対するイメージおよび月経随伴症状について若干の考察を行ってきた^{13,14)}。

本報告では、女子高校生を対象に調査を行った結果から¹⁴⁾、月経に対するイメージと月経随伴症状について両者に関係がみられるかを明らかにし、より快適に月経周期を乗り切れるよう援助する方法について検討することを目的とする。

方 法

1. 調査対象者

県内の公立高校家政科に通う女子高校生232名。

2. 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。筆者が大学生・大学院生を対象に行った調査で使用した質問紙¹³⁾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。内容自体に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は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。

3. 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、各自で回答してもらった。

4. 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

筆者が以前に報告した¹⁴⁾月経に対するイメージと月経随伴症状の各因子名と各因子に所属する質問紙の項目内容は表1及び表2のとおりである。

これら月経に対するイメージと月経随伴症状の各々の因子ごとに相関を求めた(表3)。月経に対するイメージの第I因子は月経随伴症状の第II因子と負の相関がみられた($r=-.137, p<.05$)。月経に対するイメージの第II因子は月経随伴症状の第I因子と正の相関がみられた($r=.134, p<.05$)。月経に対するイメージの第III因子は月経随伴症状の第II因子、第III因子と正の相関がみられた(第II因子 $r=.238, p<.001$, 第III因子 $r=.146, p<.05$)。月経に対するイメージの第IV因子は月経随伴症状の第I因子、第II因子、第III因子、第IV因子と正の相関がみられた(第I因子 $r=.226, p<.001$, 第II

*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

因子	項目番号	質問紙項目内
第 I 因子	8	月経は、女性にとって必要なものである
	1	月経は女性にとって、重要なものである
	1 8	月経は大人の女性であることのあかしである
	2 2	月経があることは、子どもが産めることでうれしい
	1 5	月経は女性にとっての責任または義務である
	3 0	正常な月経は、女性の健康さを示すバロメーターである
第 II 因子	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
	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
	2	月経がないと不安になる
	1 2	月経は、人生や生活にリズムがあることを示している
第 III 因子	5	月経中が一ヶ月の中で一番快適に感じる
	2 6	月経は女性の喜びである
	2 0	月経があることは誇らしい
	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。
	1 0	なんらかの方法で、月経を楽しむことができる
	2 5	月経がないという点で、男性は現実的に得をしている
	1 7	月経があることは面倒だ
第 IV 因子	3 1	月経中の女性は、汚れていると思う
	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
	1 3	月経があることで、男より女のほうが偉いと思う
	7	月経は病気のようなものである
	1 1	月経は恥ずかしいものである
第 V 因子	1 6	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
	1 9	月経による気分の変化はほとんどない
	2 3	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
	1 4	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
第 VI 因子	2 7	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
	2 1	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
第 VII 因子	2 8	月経中にはひかえたほうがいい行動がある
	2 9	月経は我慢しなくてはいけないものである
	2 4	月経は不思議なことである

表2 月経随伴症状

因子	項目番号	質問紙項目内容
第I因子	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
	4	考えがまとまらなかつたり、または、判断力がにぶくなつたりする
	1 5	集中力が低下する
	2	気分が動揺する（情緒不安定）
	1	おこりっぽくなる
	1 1	いらいらする
	2 0	考えがマイナス方向にむかいやすい
	1 8	身体がだるくなる
	2 7	疲れやすくなる
	1 2	頭が痛くなる
	1 3	ゆううつになる
	1 7	眠くなつたり、いねむりをしたりする
第II因子	1 9	優しい気分になる
	3 1	素直になる
	3 3	活動的になる
	2 1	指を切つたりお皿を割つたりなど、失敗が多くなる
	1 0	緊張しやすくなる
	3 0	通じがよくなる
	2 6	さびしくなる
第III因子	2 4	吐き気がする
	3 4	不安になる
	8	めまいがする
	7	おしっこによく行きたくなる
第IV因子	2 8	便秘になる
	6	体重が増えてくる
	3 6	足がむくむ
	5	食べ物の好みが変わる（例 甘いものが食べたくなる）
1 4	肌が荒れる	
第V因子	2 5	腰が痛くなる
	2 2	下腹部が痛くなる
	9	肩や首がこる
	2 3	外に出たり、または、人とのつきあいを避けたいくなる
	3 5	食欲がなくなる
第VI因子	1 6	お乳が痛くなる
	3 2	腹部や乳房がはる
	2 9	下痢になる

因子 $r=.248$, $p<.001$, 第 III 因子 $r=.214$, $p<.01$, 第 IV 因子 $r=.198$, $p<.01$). 月経に対するイメージの第 VI 因子は月経随伴症状の第 II 因子と正の相関がみられた ($r=.156$, $p<.05$). 月経に対するイメージの第 VII 因子は月経随伴症状の第 I 因子, 第 III 因子と正の相関がみられた (第 I 因子 $r=.327$, $p<.001$, 第 III 因子 $r=.220$, $p<.01$). 月経に対するイメージの第 V 因子は月経随伴症状のどの因子とも, 月経随伴症状の第 V 因子と第 VI 因子はどの月経に対するイメージとも相関がみられなかった.

表3 月経に対するイメージと月経随伴症状の因子間の相関

症状 イメージ	I 情緒不安定	II 気分の高揚	III 自律神経失調	IV 身体面の不快①	V 痛み	VI 身体面の不快②
I 大切な出来事	.074	-.137*	-.065	.0003	-.006	-.048
II 自然な出来事	.134*	.021	.057	-.052	.062	.065
III 嬉しい出来事	.102	.238***	.146*	.073	-.015	.034
IV 不快な出来事	.226***	.248***	.214**	.198**	-.045	.111
V 影響のない出来事	-.006	-.021	-.074	.031	-.026	.101
VI 偏見のある出来事	.060	.156*	.007	.131	-.041	-.020
VII 制約を受ける出来事	.327***	.002	.220**	.027	-.041	.121

* $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

考 察

今回の調査対象の女子高校生は, 月経に対するイメージについては「自然な出来事」として受け入れ, 「大切な出来事」と肯定的にとらえる一方で, 「制約を受ける出来事」と否定的にとらえていること, つまりアンビバレントなイメージを抱えていることが分かった. また月経随伴症状については, 他の症状に比べて「情緒不安定」と「痛み」が高く評価され, それに比べて「気分の高揚」や水分量の変化からくる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はなっていない¹⁴⁾.

以上の結果をふまえて, 両者の関係を検討してみた.

「痛み」はどの年齢でも訴える割合が比較的高い症状であり, 今回の調査でも高かったことから, 月経に対するイメージとの関連も深いのではないかと予想された. しかし, 今回の結果では両者に関連はみられなかった. 一方, 同様に今回の結果で訴える割合の高かった, 精神的な症状である「情緒不安定」は月経に対するイメージの中で, とくに「不快な出来事」「制約を受ける出来事」というような否定的なイメージとの関係がみられた. 女子高校生の月経に対する保健行動について調べた村井・目崎 (1999) によると, 「痛み」という月経随伴症状については, 他の月経随伴症状に比べて積極的な保健行動がとられると指摘されている¹⁵⁾. 精神的な症状に比べて, 「痛み」という月経に伴う身体的症状は周囲の理解が得やすく, 積極的な対処行動もとりやすいため, 症状自体が緩和され, 月経に対するイメージとの関係が低くなるのではないかと考えられる. しかし, その一方で「情緒不安定」などの精神的な症状は周囲の理解が得にくいばかりか, そのことで日常生活の制約を受けたりするため, さらにいらいらするなど, 症状自体が悪化することもあると考えられる. つまり, 月経随伴症状自体からくる不快症状を環境的な要因でさらに悪化させるという悪循環が生じており, 月経に対するイメージと月経随伴症状が互いに影響を与えあって, 状況を悪化させているのではないかと考えられる.

以上の結果から, 月経随伴症状の中でもどちらかという周囲の理解が得やすく, 本人も対処が比較的容易だと考えられる「痛み」よりも, 精神的な症状へのケアについて, 環境面, 周囲の理解などの点からサポートすることが必要であり, そのことによって月経期がより快適にすごすことができるのではないかと考えられる.

文 献

- Gallant SJ, Popiel DA, Hoffman DM, Chakraborty PK and Hamilton JA (1992) Using dairy rating to confirm premenstrual syndrome/Late luteal phase dysphoric disorder. Part1. Effects and demand characteristics and expectations. *Psychosomatic Medicine*, **54**, 149-166.
- Gallant SJ, Popiel DA, Hoffman DM, Chakraborty PK and Hamilton JA (1992) Using dairy rating to confirm premenstrual syndrome/Late luteal phase dysphoric disorder. Part2. What makes a "real" difference? *Psychosomatic Medicine*, **54**, 167-181.
- Rapkin AJ, Chang LC and Reading AE (1988) Comparison of retrospective and prospective assessment of premenstrual symptoms. *Psychology Reports*, **62**, 55-60.
- Sommer B (1973) The effect of menstruation on cognitive and perceptual-motor behavior: a review. *Psychosomatic Medicine*, **35**(6), 515-534.
- 松本清一 (1991) 月経に関する考え方の変遷. 産婦人科の実際, **41**(7), 919-925.
- 高村寿子 (1996) 思春期女性の自己確立に関する研究—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.
- 7) 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.
- 8) 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.
- 9) 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.
- 10) 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.
- 11) 高村寿子 (1991) これからの月経教育. 思春期学, **9**(4), 387-395.
- 12) 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.
- 13) 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.
- 14) 武井祐子 (1999) 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. 川崎医療福祉学会誌, **9**(2), 275-279.
- 15) 村井文江, 目崎 登 (1999) 高校生の月経に関する保健行動とその影響要因—フォーカスグループ法による探索的研究—. 思春期学, **17**(4), 436-445.

(平成12年4月28日受理)

Menstrual Problems of Female High School Students — Their Perceptions about Menstruation —

Yuuko TAKEI

(Accepted Apr. 28, 2000)

Key words : FEMALE HIGH SCHOOL STUDENTS, MENSTRUAL PROBLEMS, MENSTRUAL ATTITUDES

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.10, No.1, 2000 175-179)