

性の知識が乏しいのは、若い人に限ったことじゃない。自分の娘に必要なことを教えられる？ そう考えると、自信がない人たちに、頼りになるブログがある。「Dr. 半熟卵のつぶやき」。書いているのは、広島市出身の産婦人科医師の須藤なほみさん(東京都在住)だ。楽天の人気ブログランキング「医学部門」で10週連続1位となり、この春には本にもなった。排卵の仕組みからピルの効用、婦人科系トラブルまで実に分かりやすい。「すべての女性をハッピーにしたい!」。Dr. 半熟卵のメッセージを届ける。(聞き手・木ノ元陽子)



## 人気ブログを書籍化 須藤なほみ医師(広島)に聞く

# 避妊女性 は主体性を

## ピルの効用を伝えたい

「避妊にはピルを。性感染症予防にはコンドームを」。ただ、この基本を伝えたくて、ブログを始めました。

ピルは、ほぼ確実に避妊できるだけではなく、月経痛を改善したり体調を整えたりする効用があります。なのに、女性が避妊をリードすることへの偏見もあって、なかなか浸透

しません。

でも望まない妊娠をして、悩み、傷つくのは女性でしょ。だから女性にはもっと主体性を持ってもらいたい。若い患者さんの中には「ピルを飲むんだったら、彼に相談して…」という人がいます。言語道断でないんですから。

十代の人工中絶が問題になっていきます。でも、十代の中絶率が68・2

%なのに対して、四十代は66・6%。きちんと避妊できていないのは同じ。妊娠を「アクシデント」と表現する人がいますが、そうでしょうか。妊娠は狙ってするもの。ベビーは授かるもの。妊娠を望まない女性全員に、ピルをお勧めしたいくらいです。

ピルがきちんと飲める人は自己管理ができる人。自分のライフプラン

感想を患者さんに伝えていきます。これぞ女性医師の強みです。

本には、ブログの中から「これだけは知ってほしい」内容を厳選しました。婦人科検診の大切さや、女性ホルモンの役割、更年期障害との付き合い方…。医師からの説明を十分に引き出すためのコツなどにも触れています。「先生にすべてお任せします」ではなく、自分の体にもっと関心を持ってもらいたいです。

とにかく女性をサポートする仕事がかかると産婦人科医になりました。不安をいっぱい抱えながら、周りには相談できる人はいない。ブログは、そんな人たちの駆け込み寺のようなもの。自分の体験もさらけ出しながら、診察室で患者さんに語りかけるつもりで書いていきます。

を自己決定できる人です。私も全種類のピルを試して、自分なりの



「すべて、女性が明るく元気に過ごせるように。そう願いながらブログを書いています」と語る須藤医師

すとう・なほみ 2001年広島大医学部卒業。広島大学病院や国立病院機構貝島医療センターを経て、04年からウィメンズウエルネス銀座クリニックで最先端の女性医療を学ぶ。今年2月から虎の門病院産婦人科勤務。2年前からブログ「Dr. 半熟卵のつぶやき」(<http://plaza.rakuten.co.jp/hanniyuku/>)を開設、アクセス数が通算60万件を超える人気ブログに。

広島市内で開業するのが目標。婦人科だけではなく、心療内科やエステサロン、バランスのいい総菜を量り売りするフード部門などもある「総合女性ヘルスケアセンター」を目指しています。

東京で目いっぱい経験を積んで、地元に戻元したい。開業は、医師になって十年目の二〇一〇年十一月と決めています。「思えば叶う」が座右の銘です。