



産婦人科 受診チェックリスト

早めの受診で、 今も未来も守れる

産婦人科では、痛みや不調をやわらげる方法を一緒に考えます
早めの相談で、将来の健康や妊娠に関わるトラブルを防げる可能性があります

次のような症状や悩みがあれば、産婦人科のある医療機関※で医師が相談にのります
現時点で症状がなくても相談にのります

※ 婦人科クリニック、レディースクリニック、ウィメンズクリニック等を含みます

✓ 生理の悩み

- 生理痛がつらく、がまんしている
- 生理の出血量が多い(夜用ナプキンを1-2時間おきに交換する)
- 生理の量が少ない(量が多い日でもナプキンを交換なしで過ごせる)
- 生理周期が不安定(正常な生理周期は24-38日)
- 15歳を過ぎてても生理が一度も来ない
- 2, 3か月生理が来ないことがある
- 生理前にイライラや気分の落ち込みなど気持ちの変化がある
- 生理前の眠気・腰痛、むくみ、肌荒れなどの症状が出る
- 生理の時期をずらせるか相談したい

💬 気になる症状・相談

- 外陰部にかゆみ・ブツブツなどのできものがある
- おりものの匂いがきつい/いつもと違う状態のおりものが出る
- パートナーが性感染症だった
- 妊娠したかもしれない
- 避妊の方法について知りたい
- 緊急避妊(アフターピル)について知りたい