

1. ドイツでの婦人科検診

ドイツでは検診も保険対象になります。保険が定めている婦人科検診の内容と頻度は、20歳から1年に1度の婦人科診察です。その際に子宮頸部の細胞診を取ります。子宮頸部癌の検査のためです。30歳からは乳がん検査のための乳房触診が加わります。35歳からは子宮頸がん検査は細胞診とHPV検査となります。このコンビ検査が異常なければ3年毎のコンビ検査になります。

HPVというのはヒューマンパピローマウイルスのことです。現在では子宮頸がんおよび陰部癌の99%はハイリスク型のHPV感染によるものであると明らかになってきています。HPVは100種以上の種類がありますが、癌になるハイリスク型とそれ以外のローリスク型に分類されます。性経験のある女性の50-80%がかかると言われていますが、その90%は自然治癒しています。残り10%が治りきらず持続感染となり、1-3%が10数年かけて癌へと進行していきます。それでHPV検査が項目に入ってきました。

HPV感染が癌の原因であれば予防しましょうということで予防接種があります。現在ドイツでは9種のハイリスク型対応の予防接種です。対象は9から17歳の男女です。9-14歳で受ければ6カ月の間隔を置いて2回接種で済みます。15-17歳では3回接種（2か月後、さらに4か月後）です。それ以降の年齢での接種ももちろん効果はありますが保険適応外となりますし、性交渉が始まる前にと推奨されています。

検診を癌の検査とすれば目標は子宮頸がんと乳がんです。乳がんに関しては30歳から乳房触診を受けることになりますが、毎月の自己触診をお勧めいたします。生理のあと丁寧に触ってみてしこりが無いか変化が無いかとみてください。50歳から69歳まで2年毎にマンモグラフィースクリーニングセンターから招待が来ます。日時指定で問診票も事前に送られてきます。記入して持っていきマンモグラフィーを受けるだけですから無視しないでください。

婦人科検診の際に超音波検査のオプションがあります。子宮卵巣、骨盤内の画像診断です。ことに卵巣がんの発見には欠かせないものです。内診だけではわかりにくいです。乳房の超音波検査も可能です。診察で何か異常が見つければ、その後の治療 精密検査に関して 更なる指示が受けれます。検診はがんの発見のみではなく 婦人科の先生との相談の時間ともなりますので ご活用ください。

2. ドイツでの妊活

まずはかかりつけの（検診を受けている）婦人科の先生に相談してください。

1年以上妊娠を希望しながら努力しても実らない場合は 不妊治療センター（Kinderwunschzentrum）への紹介となります。男性のほうは泌尿器科で精液検査は受けれます。不妊治療もある程度保険が効くのですが 女性の年齢は40歳までとなっています。

女性の因子はかなり複雑で 開業婦人科医としてはタイミングを見るために超音波検査をしたり 排卵誘発剤を使ったりとできないわけではありませんが 保険の制限がありますので 早々に紹介となります。不妊治療センターの最初の受診は夫婦そろってで 細かな問診と一般的な検査になります。2回目の受診で方針を話し合い治療に入っていきます。早々に人工授精、さらに体外受精とステップアップしていきます。不妊治療そのものに関しては日本のレベルと大きな違いはないと思います。

検査の進め方の違いといえば 卵管造影検査をしません。もしするとすれば 超音波で見ながらの卵管通水検査でしょう。それも一番最初の検査としてではないです。それと腹腔鏡を勧められることもあります。骨盤内の癒着 卵管の機能を直接見るためです。日帰りでの処置のような感覚です。

精神的なサポートとしてのカウンセリングも受けれるシステムではありますが 言葉の問題があるとすれば 利用は難しいですね。