

こんな相談が多くあります PART.1



Q. 包茎だと思うのですが大丈夫でしょうか？

A. 包茎とは、**亀頭部**(陰茎の先からくびれまでのつるつるした部分)が**包皮**(陰茎の周りの皮膚)に覆われている状態をいいます。亀頭部が露出している状態は「包茎ではない」ということとなります。
包茎には**真性包茎**(勃起しても、手で包皮をむいても、亀頭部が出てこない状態)と、**仮性包茎**(勃起したときや、手で包皮をむけば、亀頭部が出てくる状態)がありますが、高校生の男の子なら7~8割が包茎ともいわれていますし、そのほとんどが手術の必要がない仮性包茎です。どうしても心配な時は、**泌尿器科の病院で相談**してみましょう。また、皮をかぶっていると、包皮と亀頭部の間によごれがたまって不潔になりやすいので、毎日の入浴時には、やさしくていねいに洗うようにし、いつでも清潔を保つようにすることが大切です。



Q. 陰茎が友達と比べて小さいような気がするのですが…？

A. 同じ年齢でも、背の高さや体重など体格にずいぶん差があるように、性器もからだの一部なので、一人ひとり大きさや形も違うし、個人差もあります。しかし、**15歳を過ぎても、声変わりがない、陰毛が生えてこない**に加えて、**陰茎や精巣が小さい**なら、発育が遅れていることも考えられるので**泌尿器科医師に相談**してみましょう。



Q. 学校や家で突然勃起することがありますが心配ないでしょうか？

A. 思春期の男の子なら、だれもが経験していることなので心配することではありません。脳が性的な刺激を受けて興奮すると、自分の意志とは関係なく、陰茎が硬く大きくなって(勃起)します。
脳への性的刺激は、「目に入るもの」、「聞こえてくるもの」、「におい」などからも起こるので、自分ではコントロールできない自然なからだの反応です。



こんな相談が多くあります PART.2



Q. マスターベーションって、どんなことでしょうか？

A. マスターベーションとは、男女ともに自分の手などを用いて自分の性器を刺激し、性的快感を得る行為をいいます。自分の性の欲求をコントロールするためのもので、プライベートな行為です。また、性欲・性衝動が高まることは自然なことなので、マスターベーションをすることはいけないことはありません。
しかし、あなたたち自身のプライベートな行為ですから、他人に見せたり、他人に話したりする事ではないことを理解しておきましょう。



Q. マスターベーションのしすぎはよくないでしょうか？

A. 回数に気にする必要はありません。自分自身の性の欲求に向き合うことは、大人になっていく自覚や、自分自身の性を管理できる自信にもつながります。自分のからだや、生活の中での時間配分を考えて、自分で決めればよいのです。



Q. おっぱいが友達と比べて小さいような気がするのですが…？

A. 乳房もからだの一部なので、一人ひとり大きさや形も違うし、個人差もあります。大きくても小さくても中身は同じ。左右で大きさが違っていてもかまいません。



Q. やせたくて、ダイエットをしているんですが…？

A. ダイエットや運動などで体脂肪率が低くなってくると、月経不順、月経異常、無月経が起りやすくなります。一度卵巣機能に障害が起きると、妊娠・出産に影響することがあります。また、妊娠期にやせすぎていると低体重の赤ちゃんが生まれやすく、その子どもは将来糖尿病や高血圧などの生活習慣病を発症しやすいという報告があります。
思春期は、一生付き合っていく自分のからだをつくる大切な時期です。しっかり食べて、運動して、健康なからだをつくっていきましょう。

