



ジェミーナ[®] 配合錠を
服用される患者さんへ

目 次

ジェミーナ®配合錠について	2
ジェミーナ®配合錠のシートの使い方	3-4
(お薬の服用方法)	
服用中のトラブル、副作用について	5-6
服用中に注意していただきたいこと	7-8
ジェミーナ®配合錠Q&A	9-12
「ジェミー先生の服用サポート」の使い方 ...	13-14

ジェミーナ® 配合錠について

月経困難症は、月経（生理）にともなって下腹部痛などの症状がおり、日常生活に支障をきたすことから、治療を必要とする疾患です。

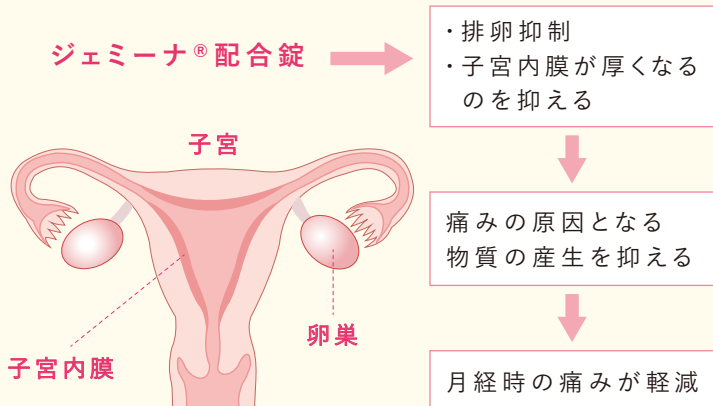
ジェミーナ® 配合錠は、**月経困難症の治療薬**で、次の2種類の有効成分が配合されています。

エストロゲン（卵胞ホルモン）：エチニルエストラジオール

プロゲステン（黄体ホルモン）：レボノルゲストレル

—— ジェミーナ® 配合錠のはたらき ——

有効成分のはたらきにより排卵を抑え、子宮内膜が厚くならないようにすることで、痛みの原因となる物質「プロスタグランジン」の産生を抑制し、月経困難症の症状を軽減します。



ジェミーナ[®] 配合錠のシートの使い方 (お薬の服用方法)

ジェミーナ[®] 配合錠は「21日間服用+7日間休薬」または「77日間服用+7日間休薬」のスケジュールで使用するお薬です。医師の指示に従い、いずれかの方法で服用してください。

ジェミーナ[®] 配合錠には、21錠シートと28錠シートの2種類があります。保管するときは、乳幼児、小児の手の届かないところで、光、高温、湿気を避けてください。本剤は月経困難症の治療薬です。避妊目的で使用することはできません。

- 毎日同じ時刻に服用するようにしましょう。
- ジェミーナ[®] 配合錠を初めて服用する場合は、月経の第1日目から5日目の間に飲み始めてください。
- 医師の指示に従い服用を続けることが重要です。

「21日間服用+7日間休薬」の場合

- 1 1日1錠、毎日同じ時刻に服用します。
- 2 21錠シートを飲み終えたら、7日間服用を休みます。
- 3 7日間の休薬後、前回と同様に服用と休薬を繰り返していきます。



21日間服用

1

休薬期間中に月経のような出血がみられることがあります。7日間の休薬後、出血の有無にかかわらず、次のシートの服用を開始してください。



21日間服用

3

.....

「7日間服用+7日間休薬」の場合

- 1 1日1錠、毎日同じ時刻に服用します。
- 2 28錠シートを2つ(56日間)連続で飲み続け、次に21錠シートを飲み始めます。
- 3 21錠シートを飲み終えたら、7日間服用を休みます。
- 4 7日間の休薬後、前回と同様に服用と休薬を繰り返していきます。



休薬期間中に月経のような出血がみられることがあります。7日間の休薬後、出血の有無にかかわらず、次の28錠シートの服用を開始してください。



当日、いつもの時刻に
飲み忘れた場合

気づいた時点で当日分の1錠を服用してください。

前日に
飲み忘れた場合

気づいた時点で、飲み忘れていた前日分の1錠を服用し、当日分の1錠もいつもの時刻に服用してください。

2日以上
飲み忘れた場合

2日以上飲み忘れた場合は、気づいた時点で前日分の1錠を服用し、当日分の1錠はいつもの時刻に服用してください。
(1日に2錠を超えて飲むことはありません。)

▶ いずれの場合も翌日からは通常通りに服用を続けてください。

前日に
飲み忘れ

2日以上の
飲み忘れ



〈気づいた時〉 〈いつもの時刻〉

前日の分
1錠 + 当日の分
1錠



※ 飲み忘れが多くなると、不正出血が起こる可能性が高くなります。毎日決まった時刻にきちんと服用するようにしましょう。

服用中のトラブル、副作用について

服用初期に現れることの多いマイナートラブル

服用初期（1～2ヵ月頃）は、次のような症状が出る場合があります。

乳房の
張り

下腹部
の痛み



軽度の
吐き気



頭痛



不正出血
(休薬期間以外に
起こる出血)

ほとんどの場合、服用を続けるうちに治まりますが、
症状がひどい場合や長く続く場合は医師に相談してください。

重大なトラブル（頻度は少ないものの、すぐに対処すべき重大な副作用）

頻度は少ないものの、月経困難症治療薬などの低用量エストロゲン・プロゲスチン配合剤の重大な副作用に血栓症があります。血栓症は、血のかたまりで血管が詰まる病気です。発症したら、ただちに医療機関で対応する必要があります。

主な血栓症

足の静脈に血栓ができる深部静脈血栓症、その血栓が移動して肺の動脈に詰まる肺塞栓症などがあります。一般的に、エコノミークラス症候群などの名前で知られています。また、動脈にできる血栓症として、心筋梗塞や脳梗塞があります。



血栓症のリスクを減らすために

喫煙者や肥満の方では血栓症のリスクが高まります。禁煙し、バランスの良い食事を心がけましょう。また、長時間同じ姿勢でいたり、水分が不足したりすると血栓症が起こりやすくなります。適度に体を動かしたり、こまめに水分をとったりするようにしましょう。

禁煙する



こまめに水分補給する



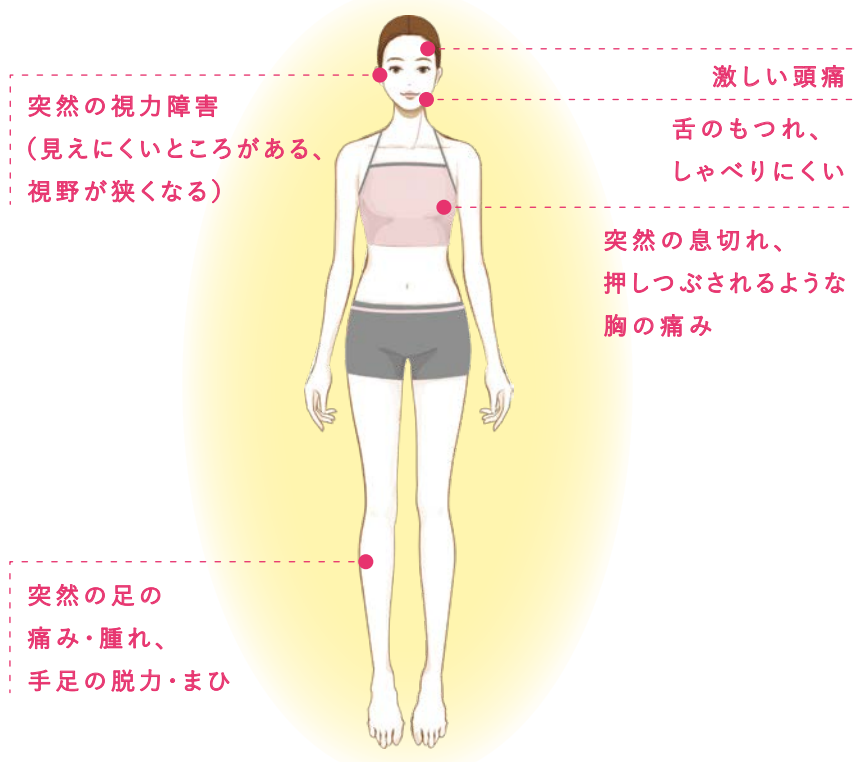
長時間
同じ姿勢で
いない



服用中に注意していただきたいこと

次のような症状があらわれた場合は、血栓症の疑いがあります。
すぐに飲むのをやめて救急医療機関を受診してください。

部位	主な症状
頭部	激しい頭痛
眼	突然の視力障害（見えにくいところがある、視野が狭くなる）
口や喉	舌のもつれ、しゃべりにくい
胸部	突然の息切れ、押しつぶされるような胸の痛み
手・足	突然の足の痛み・腫れ、手足の脱力・まひ



症状が軽くても「足の痛み・腫れ・しびれ・発赤・ほてり、頭痛、吐き気・嘔吐(おうと)」などがあらわれた場合や、「体を動かせない、脱水」などの状態になった場合は、飲むのをやめてすぐに医師に相談してください。

患者携帯カードを持ち歩きましょう

ジェミーナ®配合錠を服用している間は、患者携帯カードを常に持ち歩いてください。このカードには、血栓症に関する注意事項が記載されています。他の診療科、医療機関を受診する際には、このカードを必ず提示してください。

患者携帯カード 月経困難症治療剤

ジェミーナ®配合錠を服用している方へ

- ジェミーナ®配合錠を服用すると、**血栓症(血管内に血のかたまりが詰まる病気)**を発現する可能性があります。
- 血栓症の早期発見のためにも**定期的な診察**を受けてください。
- 次のような症状があらわれた場合は、**すぐに飲むのをやめて救急医療機関を受診**してください。

- 突然の足の痛み・腫れ
- 手足の脱力・まひ
- 突然の息切れ、押しつぶされるような胸の痛み
- 激しい頭痛、舌のもつれ・しゃべりにくい
- 突然の視力障害(見えにくいところがある、視野が狭くなる)など

他の診療科、医療機関を受診する際には、
このカードを必ず提示してください。

D2

患者携帯カード 月経困難症治療剤

ジェミーナ®配合錠を服用している方へ

- 次のような症状があらわれた場合は、**症状が軽くても飲むのをやめてすぐに医師に相談**してください。

足の痛み・腫れ・しびれ・発赤・はてり、頭痛、吐き気・嘔吐(おうと)など

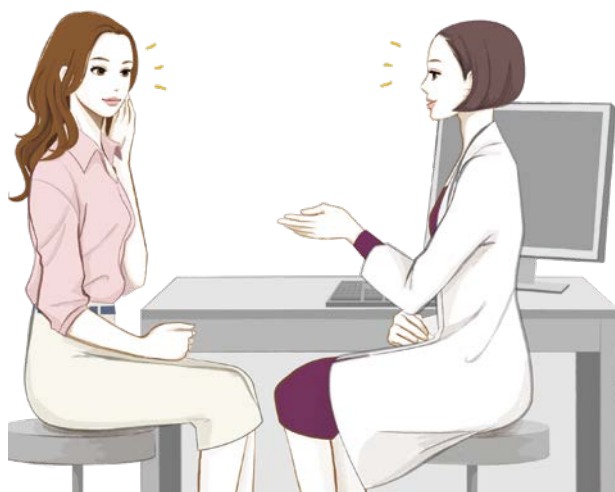
- 次のような状態になった場合、**飲むのをやめてすぐに医師に相談**してください。

体を動かさない、脱水 など

長時間同じ姿勢でいたり、水分が不足したりすると血栓症が起こりやすくなります。
適度に体を動かしたり、こまめに水分をとるようにしましょう。

受診医療機関の先生方へ

- この患者さんはジェミーナ®配合錠(卵巣ホルモン・黄体ホルモン配合剤)を服用しています。
- 患者さんが本カードの赤枠内に記載されている症状を訴えて受診した場合には、**卵巣ホルモン・黄体ホルモン配合剤に関連した血栓症®の可能性を念頭に**おいた診察をお願いします。
※主に下肢静脈血栓症、肺血栓症検査、まれに頭蓋内静脈洞血栓症、脳梗塞、腸間膜血栓症、網膜血栓症、心筋梗塞等
- 異常な症状があれば必要に応じて処方室にご相談ください。



ジェミーナ® 配合錠 Q&A

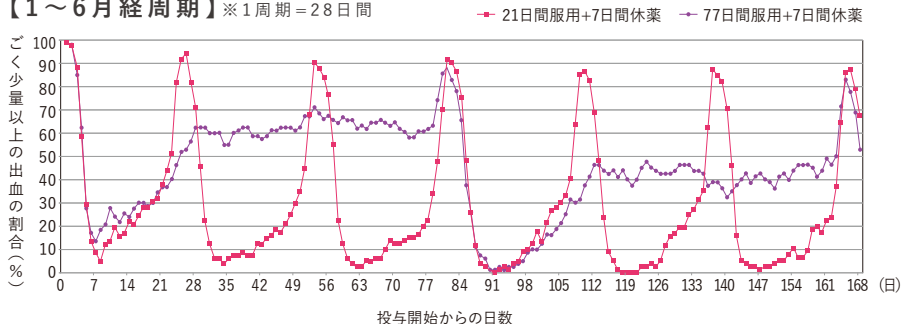
Q1

月経の予定(休薬期間)ではない日に不正出血がありました。この薬を飲み続けて良いですか？

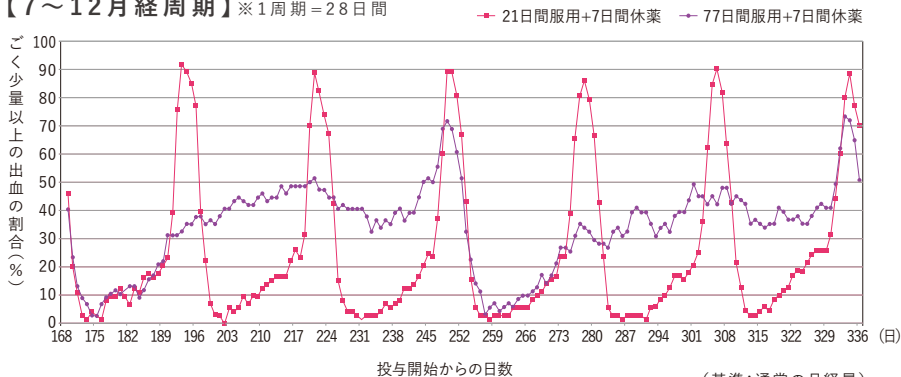
- A.** 基本的にはそのまま服用を継続してください。服用中のマイナートラブルとして、月経時(休薬期間)以外に不正出血がみられることがあります。服用を始めた初期に多いといわれ、服用を続けることで安定してきます。ただし、長期間にわたって出血が続いたり、出血量が多い場合には、医師にご相談ください。

■ 性器出血が認められた女性の割合 (ごく少量以上の出血)

【1～6月経周期】※1周期=28日間



【7～12月経周期】※1周期=28日間



(図表は、このお薬を服用した女性の状態を示しています)

臨床試験結果より

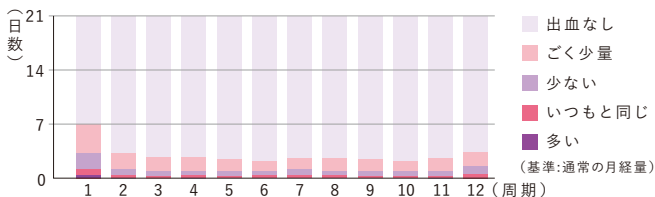
■性器出血の日数と程度の推移

【投与期間中:休薬期間を除く】

出血のある日数のうち、「ごく少量」が高い割合を占めていました。

「21日間服用+7日間休薬」

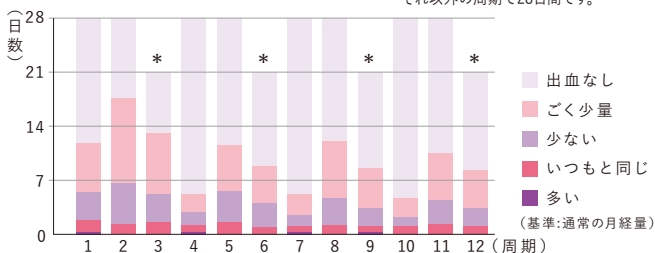
●服用日数は、全ての周期で21日間です。



出血があったときは、おりものシートやナプキンを使用しましょう。出血のあった日を記録しておいて、お医者さんに伝えることも大切です。

「7日間服用+7日間休薬」

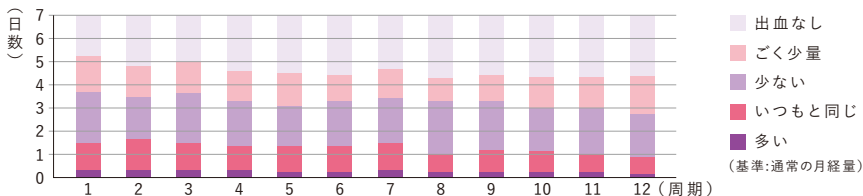
●服用日数は、第3,6,9,12周期*で21日間、それ以外の周期で28日間です。



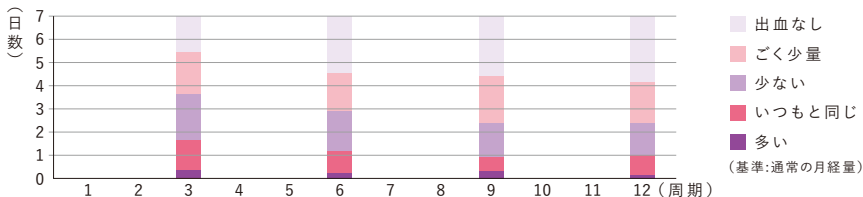
【休薬期間中】

休薬期間中の出血量は、いつもの月経より少なくなっていく傾向がみられます。

「21日間服用+7日間休薬」



「7日間服用+7日間休薬」



(図表は このお薬を服用した女性の程度別の出血日数の平均値を示しています)

臨床試験結果より

ジェミーナ® 配合錠 Q & A

Q2

このお薬の服用中、
月経がなくなってしまったのですが大丈夫でしょうか？

A. お薬によって子宮内膜が厚くならないため、月経時（休薬期間）の出血量が少なくなっていく傾向がみられます。また、月経がない場合もあります。

このお薬は、排卵を抑えることで子宮内膜が厚くならないようにし、痛みの原因となる物質の産生を抑え、月経困難症の痛みを和らげます。

月経困難症は、月経時の出血に伴い痛みを感じるが多いため、治療のためにも、なるべく出血の頻度（月経回数）を少なくすることが望ましいとされています。

ただし、以下の場合には医師にご相談ください。

- 指導されたスケジュール通りに服用できず、月経がない
- 21日間服用＋7日間休薬の方法で服用している間に、2周期連続して月経がない

Q3

このお薬の服用を長期間続けると、
将来妊娠しにくくなることはありますか？

A. 服用によって将来妊娠しにくくなることはありません。

このお薬を服用中は、排卵が抑えられています。服用をやめると身体は通常の状態に戻り、月経が再開します。

ただし、服用をやめてしばらくしても再開しない場合には、医師にご相談ください。

このお薬の臨床試験では、1年間お薬を飲み続け、服用をやめた後で月経が再開しない人はいませんでした。

Q4 このお薬を服用すると体重は増えますか？

- A.** このお薬の服用によって太ることはほとんどありません。
1年間にわたって行われたこのお薬の臨床試験では、体重の変化はほとんどみられませんでした。

Q5 このお薬を服用するとがんになりやすいですか？

- A.** がんになりやすくなるということはありません。
このお薬などのエストロゲン・プロゲステロン配合剤は、子宮体がんや卵巣がんのリスクを下げることがわかっています。乳がんのリスクについては、わずかに上がる可能性がありますが、服用をやめると服用前と同程度になります。乳がんの検査として、自己検診（セルフチェック）を行ってください。

Q6 このお薬の服用中、
他のお薬やサプリメントを飲んでもいいですか？

- A.** まずは医師または薬剤師に相談しましょう。
お薬やサプリメントの種類によっては、このお薬の効果に影響が出る場合があります。
たとえば、エストロゲンやプロゲステロンを含む経口避妊薬などは一緒に服用することができません。
このお薬と他のお薬やサプリメントを一緒に服用する場合は、使用前に必ず医師または薬剤師にご相談ください。

気になることがあったら、医師、薬剤師等にご相談ください。



スマートフォンアプリを利用した服用リマインド 「ジェミーナの服用サポート」の使い方

本サービスは、ジェミーナ®配合錠を服用しており、スマートフォン及びタブレット(iOS、Android)を使用している方に向けたサービスです。

ジェミーナ®配合錠は、毎日同じ時刻に服用することが大切なお薬です。

服用時刻の通知や服用の仕方に関するQ&A機能で、ジェミーナ®配合錠の服用をサポートします。

おもな機能

服用時刻の通知	設定した時刻に服用をしたかどうか、毎日、通知が送られます。
Q&A	服用の仕方など、よくある質問に対する回答を確認することができます。
服用状況などが確認できるカレンダー	スマートフォンアプリから登録した服用状況、出血や生理痛などをカレンダーから確認することができます。

※本システムの利用には、別途通信料がかかります。

本システムの使い方



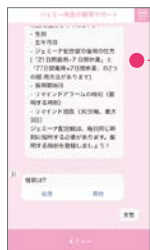
▲ iOSをお使いの方

▲ Androidをお使いの方

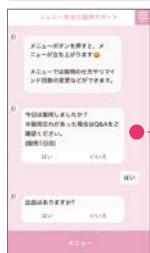
- 1 スマートフォンアプリを左記のQRコードからダウンロードします。
- 2 スマートフォンアプリを起動し、左記の画面からログインします。



3 インストールが完了すると、個人情報の取り扱いとサイトポリシーへの同意画面に移動します。「はい」を選択すると、初期設定画面へ移動します。



4 初回に、性別、生年月日、ジェミーナ®配合錠の服用の仕方(「21日間服用+7日間休薬」もしくは「77日間服用+7日間休薬」)を選択します。続いて、服用開始日、毎日の服用確認リマインド時刻及びリマインド回数を登録します(ここで登録した内容は、メニュー画面の「設定変更」から変更が可能です)。



5 設定した時刻に毎日服用したかどうかの確認通知が来ます。服用した場合は「はい」を選択します(選択しない場合は30分毎に登録時に設定した回数の通知がきます)。



6 毎日の体調管理として、出血や生理痛の有無を登録することができます。



7 スマートフォンアプリ画面下部のメニューを押すと、メニュー画面が開きます。服用の仕方など質問がある場合は、「Q&A一覧」から回答を確認することができます。

8 服用カレンダーを確認したい時には、メニュー画面の「服用カレンダー」ボタンを押します。

9 カレンダー内では左図のように服用状況や出血、生理痛のあった日をアイコンで確認することができます。



医療機関名

【ジェミーナ[®] 配合錠に関するお問い合わせ】

ノーベルファーマ株式会社 カスタマーセンター
TEL:0120-003-140
受付時間:平日9:00~18:00 (土・日・祝日、会社休日を除く)

あすか製薬株式会社 くすり相談室
TEL:0120-848-339
受付時間:月~金曜日 9:00~17:30 (祝日および当社休日を除く)