

## 孫娘の診断結果が心配

### 質問

孫娘が「多嚢胞性卵巣症候群」と診断されているようです。屋間  
にアルバイトをしながら定時制高校に通って

いますが、今はアルバイトをやめています。  
どのような治療法があるのか教えてください。

### 答え

多嚢胞性  
卵巣症候群

多嚢胞性卵巣症候群は、英語名を略してPCOSと呼ばれています。PCOSの特徴は月経不順、卵巣の多嚢胞所見です。多嚢胞所見とは卵巣の中に見える小さな卵胞の数が多く、超音波検査で分かります。PCOSの約5人に1人は、にきび、多毛、肥満を伴っています。PCOSの原因はまだ分かっていませんが、卵巣で男性ホルモンができて、性質が変わっているようです。また、肥満は病態を助長します。PCOS以外にも月経



松崎 利也准教授  
徳島大学大学院  
産科婦人科学分野  
(徳島市蔵本町)

## 多嚢胞性卵巣症候群と月経不順

## 治療の判断 基礎体温で

不順を来す疾患はありま  
す。ダイエット、ストレ  
ス、過度の運動などで起  
きる月経不順は、原因が  
解消されたら治ります。  
また、出産の後に月経不  
順になることや、脳腫瘍  
が原因のこともあります。  
一方、PCOSの月経  
不順にはきつかけがな  
く、初経のころからずつ  
と続いているのが最大の  
特徴です。月経周期は2  
〜3カ月に1回程度が多  
く、時には3カ月以上も  
ない状態(無月経)にな  
ります。PCOSの月経  
不順は一人一人違います  
ので、治療が必要かどう  
かを見分けるために、し  
ばらく基礎体温(寝起き  
の体温)をつけてみま  
しょう。  
月経不順でも、月経の  
前に1〜2週間の高温期  
(月経後の低周期から0  
・3度くらい高い時期)  
があれば、治療はしな  
くてよいと見えます。低温  
相ばかりの一相性で次の  
月経になるような、女  
性ホルモンによる治療が  
必要です。低温一相性の  
月経不順を放置してい  
ると、子宮の病気になる  
恐れがあるからです。し  
かし、ホルモンの治療を  
していれば、そのような  
危険はありません。  
治療は、黄体ホルモン  
(女性ホルモン)の薬を  
月経7〜10日間飲むだけ  
で、副作用もほとんどな  
く簡単なものです。にき  
びにも悩んでおられ、月  
経不順と同時に治療した  
いのなら、低用量経口避  
妊薬(ピル)を使いま  
す。  
肥満体形でしたら、こ  
の際、ダイエットにチャ  
レンジしましょう。体重  
が5〜10%減ると、月経  
不順は70〜80%高い割合  
で改善します。ただし  
ダイエットが難しいのも  
事実です。一つの方法と  
して機能性食品をお勧め  
します。  
機能性食品はカロリー  
が低く、他の栄養素は入  
っています。粉を水や牛  
乳で溶くタイプのものが  
多数発売されています。  
1日1〜2食を機能性食  
品に置き換えれば、健康  
的に痩せることが可能で  
す。  
またPCOSの方は、  
年々ともなメタボリック  
症候群、糖尿病、高血圧  
などになりやすい傾向が  
あり、それは肥満を伴う  
場合に顕著です。その意  
味でも太り過ぎには注意  
しましょう。  
PCOSの方は月経不  
順のため、妊娠してない  
ことがありません。将来、  
妊娠を望む時期になれば  
排卵を誘発する治療が必  
要かもしれません。そ  
れはその時に考えればい  
いことです。PCOSは  
妊娠できない体質ではあ  
りませんのでご心配な  
く。