

「更年期」我慢せず受診を

閉経前後の「ほてり」やイライラ、頭痛…

徳大病院産科婦人科 木内 理世医師

閉経前後の女性の多くに特有の症状が表れる更年期障害。生活に支障を来すほど重いケースもあるものの、治療による症状の緩和が可能で、専門医は「我慢せずに来院してほしい」と呼び掛ける。徳島大学病院産科婦人科の木内理世医師に、更年期障害の症状や治療方法について聞いた。(聞き手=乾栄里子)



女性ホルモン急減が原因

塗り薬や漢方で症状緩和

更年期障害のホルモン補充治療で使用する貼り薬(左)と塗り薬=徳島大学病院

更年期症状は、多くの女性に表れます。日本人の閉経年齢の中央値は52.1歳。更年期はその前後5年程度です。個人差はありますが、だいたい45〜55歳頃に当たります。

症状は大きく分けて三つあります。▽ホットフラッシュ(ほてり、のぼせ、発汗)、冷えなどの血管運動神経症状▽イライラや不眠、気分の落ち込みなどの精神症状▽関節痛、肩凝り、めまい、頭痛などの身体症状です。明確な診断基準はありませんが、更年期に当たる年齢で他の病気の可能性がない場合、こうした症状があると更年期障害と診断しています。

原因は、女性ホルモン「エストロゲン」の減少です。エストロゲンの急激な分泌量の変化により、さまざまな症状が引き起こされます。男性にも更年期障害があらわれます。

症状を緩和するための治療には、ホルモン補充療法(HRT)や漢方療法などがあります。HRTはジェル状の塗り薬や貼り薬、飲み薬でエストロゲンなどを補充し、女性ホルモンの急

激な変化を緩和します。ホットフラッシュに代表される血管運動神経症状に特に効果が高いです。

漢方療法は、更年期に伴う症状を抑える対症療法的な治療です。メインの漢方薬が3種類ほどあり、その人の体質や症状に合わせて処方します。精神症状に対しては抗不安薬、睡眠薬などの服薬のほか、カウンセリングや生活習慣の改善なども勧められています。

更年期障害は予防が難しく、誰にでも起こりうるものです。しかしながら「病気でないから」と我慢している方も多いように思います。更年期障害には健康保険が適用され、治療を受ければ症状が緩和されます。その効果は高く、治療を受けた患者さんの多くが満足してくれました。

徳島大学病院産科婦人科では、更年期障害や月経異常など女性特有の病気に特化したヘルスケア外来を開設しています。エストロゲンが減少すると高血圧や脂質異常症、骨粗しょう症などにもなりやすくなります。また、更年期障害だと思っていない、別の病気が潜んでいる可能性もあります。自身の健康状態を確認するためにも、更年期障害の症状があれば気軽に受診してもらいたいです。