



女性更年期障害

女性疾患 *Case 1*

ホルモン補充療法の適切な使用は
健康寿命にも貢献する

その人に合った種類と使い方を適切に行うことで安心して受けられる治療法であり、怖がることはありません。

骨年齢、血管年齢、腸年齢は「3つの健康年齢」といわれ、これらが健康であることは、寝たきりを防ぎ、元気に健康寿命を延ばすことにもつながると言えます。その意味では、ホルモン補充療法は女性の健康に有効な治療法だと思いますので、更年期以降の女性のヘルスケアのためにも、更年期の悩みは婦人科医に相談することをお勧めします。

更年期とは、閉経前後5年くらいずつの時期と定義され、日本人の閉経年齢は50歳くらいです。一般的には45〜55歳頃と言えます。更年期障害は、閉経によって女性ホルモン（主にエストロゲン）が減少することによる体への影響と、「空の巣症候群」とも言われ、子育てが一段落ついたり、親の介護の問題など、人生の節目の時期とも重なり、生活環境の変化によるストレスも大きく影響しています。

主な症状は、初期には不正出血や月経不順、次にのぼせ、ほてり、多汗、体がだるい、肩こり、手足の冷え、さらに頭痛やめまい、不眠や不安感、うつなどの精神神経症状、い

わゆる不定愁訴と言われるさまざまな症状を訴えます。検査は、採血による女性ホルモンの数値で診断がつき、同じような症状が特徴の甲状腺疾患や、その他の内科的疾患、うつ症状が強い場合には、それぞれ専門医に紹介します。

治療は、減少したエストロゲンを補うホルモン補充療法を基本に行いますが、既往疾患などで使えない人などには漢方薬や抗うつ剤を用いたり、カウンセリングも行います。またホルモン補充療法は、閉経後に現れることのある腔や外陰部の委縮による腔炎や腔の不快感といった症状や、性交痛にも効果があります。さらに、エストロゲンは皮膚

や骨、血管など、さまざまな臓器にも作用していて、加齢にともない動脈硬化による脳梗塞や心筋梗塞、骨粗しょう症にも影響を与えるため、これらの病気を予防する意味でも有効な治療法と考えられます。

その一方、ホルモン補充療法については、乳がんの発症リスクを高め、血栓症が増え

るという研究データが2003年にアメリカで発表されました。しかし、その後のさまざまな調査の結果、女性ホルモンにはエストロゲンとプロゲステロンの2種類があり、エストロゲン単独の使用では子宮内膜がんの発症リスクが高くなるのが分かり、子宮がある人にはプロゲステロンとの併用療法を行うこととされています。さらにエストロゲン単独の人を調べると、乳がんのリスクは高くなり、逆に低くなるということが分かり、乳がんのリスクを高めるのはプロゲステロンが原因であることが分かりました。なおかつ乳がんについては、エストロゲンとプロゲステロンを併用した人と、併用していない人を比べると、乳がんの発症リスクは併用した人で1・35倍と高くなりますが、死亡率では併用した人の方が低くなっているのです。

血栓症についても、エストロゲンを飲み薬ではなく、貼るタイプや塗るタイプの薬で皮膚から吸収すると、発症リスクは高くないことが分かっています。その意味でも、



あきら
西川 鑑氏
院長

1988年札幌医科大学医学部卒業。日本産科婦人科学会、日本婦人科腫瘍学会各専門医。日本臨床細胞学会細胞診専門医。日本産科婦人科内視鏡学会技術認定医。臨床遺伝専門医ほか。医学博士

にしかわウイメンズヘルスクリニック

札幌市中央区南1条西14丁目291-81 ウィステリア南1条ビル2階
TEL011-213-1730 <https://nishikawa-whc.com/>