

# 更年期について

## 更年期障害とは

おおよそ45〜55歳に起こる不定愁訴症候群で、かつ日常生活に支障を及ぼすものとされています。

閉経が近づくと卵巣機能が低下し、卵巣をもっと働かせようよう脳下垂体や視床下部から過剰にホルモンが放出されます。これによって、ホルモンや自律神経のバランスの乱れが起こります。

突然の発汗、不眠、抑うつ気分を訴えて来院される方が多いのですが、症状は大きく分けて4つに分類されます。

①顔のほてり、突然の発汗、寝汗、動悸、冷え性などの血管運動障害

②首筋から肩に及ぶ肩こり、腰痛、関節痛などの運動器官系障害

③不眠、不安、抑うつ気分、頭痛、記憶力減退などの精神神経障害

④手足のしびれ感などの知覚障害があります。

この症状に当てはまればすべて更年期障害かというところ、必ずしもそうとは限りません。その他の病気でも同様の症状が出現することがあります。自律神経失調症、神経症、うつ病、統合失調症などでも起こります。

## 更年期障害の診断

話を聞いただけでもおおよそ見当はつきませんが、血液検査を行い、卵巣ホルモンが低下し、脳下垂体から出る卵胞刺激ホルモンが過剰に分泌されていれば診断がつかます。

## 更年期障害の治療法

ホルモン剤、抗うつ剤、抗不安剤、漢方薬などがあります。

ホルモン剤は経口薬、貼付薬、ゼリーなどさまざまな形があり、それぞれ特徴があり



佐伯地区医師会

えがわ・けんじ  
江川 健士先生

ます。ホルモン剤と聞けばすぐがんになるのではと心配する方がおられますが、上手に使用すればほとんど心配はありません。ただし長期使用の場合、乳がんの発生率が多少上がるとの報告もありますので、毎年の乳がん検診も必ず受けてください。

あれこれと一人で悩む前に、まずは産婦人科医に相談しましょう。

## なるほど!!健康講座

問合せ 廿日市市保健センター ☎@1610