

『月経困難症』

日本に900万人もの患者さんがいると推計されながら、受診する人が少ない疾患。婦人科系の病気が潜んでいる場合もあります。



柏崎総合医療センター  
産婦人科 部長  
コバヤシ ヒロコ  
小林 弘子

1988年群馬大学医学部卒業、産科婦人科学教室入局。桐生厚生病院、伊勢崎市民病院、国立東信病院、国立高崎病院、群馬大学医学部附属病院、大宮赤十字病院を経て1997年新潟大学医学部産科婦人科学教室入局。立川総合病院を経て2012年より現職。日本産婦人科学会専門医、母体保護法指定医。新潟県女性医師ネット世話人(2010年)、日本産科婦人科学会女性ヘルスケアアドバイザー養成プログラム修了(2016年)に加え、柏崎市の高校生を対象とした性教育講演会、柏崎教育委員会、新潟産業大学、柏崎市薬剤師会の講演会で講師を務める。

※撮影時のみマスクを外しています。

「生理痛は病気じゃない」とは限らない

月経困難症と生理痛の違いは、月経前や開始後のつら

い症状によって日常生活に支障があるかどうかです。痛み止めが欠かせなかったり、学校や会社、家事を休んだりするほどの重い症状を月経困難症と呼びます。中には子宮筋腫や子宮内膜症などの病気が隠れている場合もあります。

「生理痛は病気じゃないから」と我慢する人も多いのですが、たとえば毎月の生理のうち3日間すごくつらい症状があるとすると、1年間で1か月くらいは症状に苦しんでいることとなります。最近で



は初潮が早まり、出産回数や授乳期間も減少していることから、生理の回数が昔の人の約2倍に増えているといわれます。長い人生を考えると、痛みを我慢するのはもったいないのではないのでしょうか。

海外ではかかりつけの産婦人科医を持つことが一般的な国もありますが、日本ではまだまだ受診のハードルが高いことも課題です。誤解されることも多いのですが、診察では必ず内診をするとは限りません。月経困難症の場合、大切なのは問診です。どんなことで困っているのか具体的に聞いて聞きます。必要に応じて採血や超音波検査などを行いますので、ぜひ安心して受診してください。

中高生にも安心して使えるLEP(ピル)が普及

治療法は、主に生活指導と服薬です。生活指導は、自分のリズムを知って月経と付き合いやすくする方法や、入浴や薬の飲み方についてアドバイスします。ちなみに市販の鎮痛剤をギリギリまで我慢して

飲まない人も多いのですが、痛み物質がたくさん出る前に飲むことがポイントです。薬を処方する際は、子宮筋腫や子宮内膜症の有無、年齢症状に応じてホルモン剤や漢方薬などを使いわけています。

10代〜30代の若い方に効果が高いのはLEP(ピル)です。避妊目的の場合はOCと呼び、同じ薬ですが目的に応じて区別し、月経困難症治療の場合は保険が適用されます。

腫や子宮内膜症の有無、年齢症状に応じてホルモン剤や漢方薬などを使いわけています。



LEPは排卵を抑える薬なので、月経の量と痛みが減り、きちんと定期的に来る利点もあります。飲み方の注意点はありますが、月経をコントロールし部活や受験でベスト

パフォーマンスを発揮したいという中高生の利用も増えています。将来の妊娠にも影響はありません。

女性が健康に生きていくためのケアを

月経困難症は、10代から閉経近い年齢の方まで、多くの方が困っている疾患です。閉経前に月経が重くなり、子宮体がんが見つかった例もあります。

つらい症状を我慢するのではなく、女性が健康に過ごすためのヘルスケアとして、ぜひ産婦人科をご利用いただきたいと思います。



柏崎総合医療センターでは、学生を対象とした産婦人科の「思春期外来」を開設しています。15時頃に外来時間を設定していますので、放課後等に受診していただけます。曜日や予約など、詳しくはお問い合わせください。