

健康万歩計は、西北五医師会が、皆さんが健康で元気に過ごすために必要な情報を提供し、ドクターからのアドバイスを紹介するコーナーです。

健康 万歩計

月経痛は我慢しないで

加藤レディースクリニック 院長 加藤 充弘 先生



女性と男性の機能の大きな違いは、女性に子供を産むための子宮があることと、卵巣から排卵後妊娠しなかった場合、月経が来ることです。

初経の年齢は12歳頃ですが、月経に伴って起こる病的症状を月経困難症といいます。下腹部痛、腰痛、腹部膨満感、吐き気、頭痛、疲労・脱力感、食欲不振、イライラ、下痢および憂うつに多くみられます。月経痛は初経後2～3年で始まり、月経の初日や2日目頃の出血が多いときに強く、痛みの性質は痙攣(けいれん)性、周期性です。その原因は、子宮頸管が狭小であることによる月経血流出時の痛みや、プロスタグランジン(PG)などの内因性活性物質による子宮の過収縮によります。持続性の腹痛・腰痛などの痛みや吐き気などの消化器症状は、月経血が卵管を通過して腹腔内に流出し貯留するためです。また排卵後に卵巣から放出される黄体ホルモンは頭痛や精神症状の原因となります。

初経年齢から高校生くらい(18歳以下)までを思春期とすると、この年齢の女子が婦人科を受診する場合の主訴の多くは月経異常と月経痛です。子宮筋腫や子宮内膜症が認められるものを器質的月経困難症と言います。それらの婦人科器質的疾患がないものを機能的月経困難症と診断されます。しかし、器質的疾患の有無を診断するために必ず婦人科診察(診察台での内診や超音波検査)が必要な訳ではありません。問診で性交歴のない女子は、おなかからの超音波検査等で判断します。婦人科では必ず内診する訳ではありません。ご安心ください。

どちらの月経困難症にしろ、子宮内膜で産生さ

れるPGの関与が痛みの原因として大きいので鎮痛剤として、PGの合成阻害薬である非ステロイド性抗炎症薬(NSAIDs:ロキソニンなど)が有効です。また、カロナールや鎮痙剤(ブスコパンなど)が有効な場合もあります。習慣性になる薬剤ではありませんので、症状があるときは気軽に服用すべきです。我慢の必要はありません。

鎮痛剤で痛みのコントロールが困難な場合、ピル周期での治療が有効です。ピルは排卵を抑制するため卵巣機能全体を抑制するので、子宮内膜の肥厚が妨げられます。よって月経血は少量となり月経痛が軽快します。ピルは避妊薬ですが、ピル服用中止後2～3カ月で排卵機能は回復し妊娠が可能となります。また、ドーピング薬剤ではありませんので、将来挙児希望の女性やアスリートには有用な薬剤です。初経後3カ月を経過していれば安全に使用できることも明らかになっていますので、成長の程度を診て中高生から服用の検討が可能です。さらに副作用の少ない超低用量ピルは保険適応薬なので服用しやすくなっています。

器質的疾患があり、ピル周期でも病状が改善しない場合や、副作用等でピルが服用できない場合は、黄体ホルモン剤(ディナゲスト)やアンタゴニスト(レルミナ)で無月経の期間を作ることが可能です。閉経してしまえば問題とならない病状なので、閉経期近い女性には、“逃げ切り療法”と言われる有効です。それぞれ更年期症状などの副作用がありますので、専門医と相談しましょう。

以上のように、月経痛には種々の治療法があります。それぞれの年代で適した治療法を選択すればよいのです。我慢をしないで相談してください。

まちなか喫茶

和モダンカフェ

テイクアウト(お持ち帰り)絶賛継続中!!

皆様のお役に立てれば幸いです

営業時間:11:00～22:00 定休日:8/13、12/31、1/1

■歓送迎会・結婚式の二次会・女子会などご予約承ります!
五所川原市大町509-3 TEL・FAX 0173-33-5251

広告募集

～広報ごしよがわらでは有料広告を募集しています～

広報は市内全域に配布され広く読まれています。広告掲載で五所川原市を応援していただけませんか?

掲載料金はこのサイズで15,000円

詳細はホームページでもご覧いただけます。

<http://www.city.goshogawara.lg.jp/jouhou/other/koho-koukoku.html>
申込先 総務課広報係 内線2117