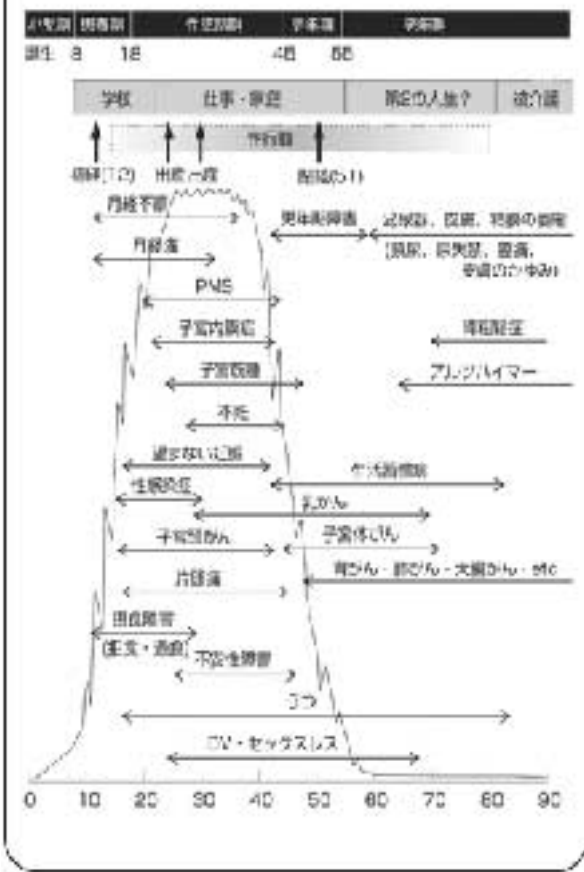


年代による女性ホルモンの動きと多い病気



いることもあり、「月経痛はあるのが自然で、痛みは我慢するほうがよい」と思い込んでいると、疾患の発見を遅らせてしまうので要注意です。

最近では、働く女性の月経障害が、勤務に差し支えたり、勤労に対する不安や自信喪失をひきおこしている実態が、調査結果に出ています。月経障害は放っておかず、早いうちに婦人科医に相談しましょう。

望まない妊娠と性感感染症

望まない妊娠や予定外の妊娠は、同じ妊娠でも、望んで妊娠するときとは大きな健康上の相違があります。ひとつには、在学中や未婚、仕事との両立、経済的事情、高年妊娠などで出産を回避する場合、わが国では10代妊娠の約

70%、20〜30代妊娠では20〜30%、40代妊娠の約80%が中絶を選択しています。このような場合は、心にとっても、また、社会的な健康にとっても、良好とはいえません。

出産を選択したケースでも、退学、退職、結婚等の人生の転機をやむなくされることも多く、それが自ら望んで選択したものでなければ、離婚、虐待につながるりかねない危険もはらんでいます。妊娠は計画的に、避妊は低用量ピルなど確実な方法をとりましょう。

一方、クラミジアや淋菌などの性感感染症は、10〜20代の女性に大変多くなっており、これも男性との性差があります。女性は解剖学的に粘膜面がひろく、分泌液が内部に貯留しやすいため、感染をおこしやすいと考えられており、

HPV(ヒトパピローマウイルス)感染が、がん化に関係している子宮頸がんの若年者への広がりも、性感感染症の爆発的な蔓延と関係があります。性交時には、コンドームを確実に併用し、性感症も予防しなければ、将来の不妊やがんなど健康を著しく損なうこととなります。

乳がん

わが国の乳がんは、ライフスタイルの変化とともに増え続けており、いまや23人にひとりが乳がんになるといわれる時代になりました。それには、高カロリー・高脂肪食、運動不足、妊娠や授乳機会の減少など、いくつかの誘因が考えられています。ライフスタイルや少産少子化をすぐには変えられない以上、乳がんを早く発見し、治療するのが、命と乳房を失わないために何より大切です。現在、乳がんの発症年齢は徐々に低下しているので、20代から検診をはじめ、30代ではマンモグラフィなどきちんとした専門家による乳がん検診を受けることが大事です。「若いから」「乳房が小さいから」「血縁に乳がんはないから」「自分でチェックしているから」「検査は痛いときいたから」検診を受けないという女性に、ぜひ検診の必要性を知らせてあげてください。

やっかいごと

このように、女性の健康を守る運動

は、まず正しい知識を得て、健康をおびやかすものに対して予防すること、異常を早期発見して対策をたてること、毎日の生活を快適に、安定した心身をもって生活できることを目的としています。上手に女性外来を利用して、かしこく健康を守っていただけたらと思います。

筆者紹介

1984年、弘前大学医学部卒業。02年よりウイミンズ・ウェルネス銀座クリニックを開設。03年、女性の心とからだ、社会とのかかわりを総合的にとらえ、健康維持を助ける医療(女性外来)をすすめる会「女性医療ネットワーク」を設立。女性の生涯にわたる健康のためにさまざまな情報提供、啓発活動を行っている。著書に『女性ホルモン塾』(小学館)『はじめての「女性外来」』(PHP研究所)『ブレ更年期からはじめよう』(かもがわ出版)『女性検診』がよくわかる本』(小学館)ほか。

