

地域の皆様の健康とより良い病院をめざして

# 山陽小野田市民病院 から こんにちは

特集

更年期障害

2023

4

vol.49



病院の理念

誠実 公正 連携

山陽小野田市民病院

基本方針

- ・親しみやすく、思いやりのある医療を誠実にを行います。
- ・全人的かつ専門的で、良質な医療を行います。
- ・患者さんの気持ちと権利を尊重し、心温かい療養環境を提供します。
- ・市民病院としての使命を自覚し、患者さんのニーズに適切にお応えします。
- ・保健・医療・福祉・介護の連携を推進します。

〒756-0094 山陽小野田市東高泊 1863-1

TEL(0836)83-2355 FAX(0836)83-0377

E-mail : [med-soumu@city.sanyo-onoda.lg.jp](mailto:med-soumu@city.sanyo-onoda.lg.jp)

ホームページ : <https://sanyo-onoda-city-hosp.jp/>



## 特集

# 更年期障害



産婦人科 川崎 真奈



日本産科婦人科学会専門医

### はじめに

「これって更年期の症状ですか？」外来診療中、患者さんからこのような質問を受けることが少なくありません。患者さんは、ホットフラッシュのような典型的な症状ではないけれど、何らかの体調の変化・不調を感じ、更年期障害なのかそれ以外の病気なのか不安を抱きながら婦人科を受診されます。そして更年期障害として治療の必要性を指摘されても、その治療法に難色を示される患者さんも少なくない印象です。

日本人は、古来より八百万の神をたたえ、自然の摂理に従って生きることを美学とし

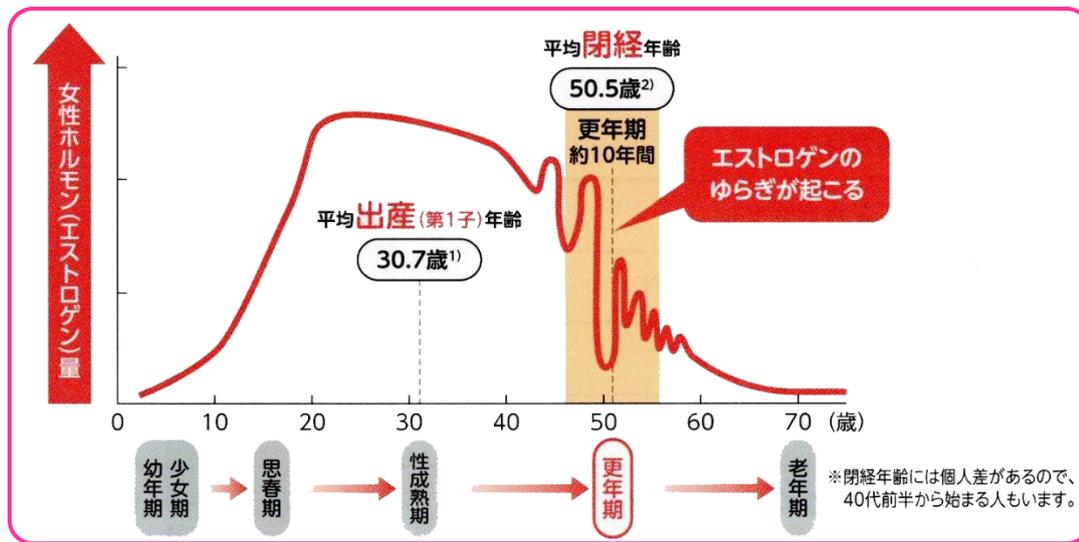
て生きてきました。無痛分娩然り、更年期障害に対するホルモン補充療法（HRT）は、本来我慢『すべき』ことに逆らって行われる医療行為、というイメージが日本人の中では未だに根強い印象です。また、子宮頸がん発症予防のHPVワクチン接種が長年敬遠されてきたのと同じように、HRTに対する一部のマイナスイメージだけが大きく脳裏に刻まれ、よくわからないけど副作用が心配、とお考えになっている患者さんも多いように思います。

本特集では、更年期障害とその治療法について簡単に、HRTについては少し詳しくご説明します。

### 更年期障害とは

閉経前の5年間と閉経後の5年間とを併せた10年間を「更年期」といいます。更年期に現れるさまざまな症状の中で他の病気に伴わないものを「更年期症状」といい、その中でも症状が重く日常生活に支障を来す状態を「更年期障害」と言います。

更年期障害の主な原因は女性ホルモン（エストロゲン）が大きくゆらぎながら低



下っていくことですが(図1)、その上に加齢などの身体的因子、成育歴や性格などの心理的因子、職場や家庭における人間関係などの社会的因子が複合的に関与することで発症すると考えられています。

出典：1) 内閣府 令和元年版 少子化社会対策白書

([https://www8.cao.go.jp/shoushi/shoushika/whitepaper/measures/w-2019/r01webhonpen/html/b1\\_s1-1-3.html](https://www8.cao.go.jp/shoushi/shoushika/whitepaper/measures/w-2019/r01webhonpen/html/b1_s1-1-3.html))

2) 日本産科婦人科学会編：産科婦人科用語集・用語解説集改訂 第4版：2018.330.

### 更年期障害の症状

更年期障害の症状は大きく3種類に分けられます。

- ①血管の拡張と放熱に関係する症状  
ほてり、のぼせ、ホットフラッシュ、発汗など

- ②その他のさまざまな身体症状  
めまい、息切れ、動悸、胸が締め付けられるような感じ、頭痛、肩こり、腰や背中の痛み、関節の痛み、冷え、しびれ、疲れやすさ、皮膚の乾燥・かゆみなど

- ③精神症状  
気分の落ち込み、意欲の低下、イライラ、情緒不安定、不眠(寝つきが悪い・眠りが浅い)など

### 更年期障害の治療法

- ①ホルモン補充療法(HRT)

少量のエストロゲンを補う治療法です。エストロゲンの急激な減少を緩やかにすることで更年期症状を抑えます。HRT

は、ほてり・のぼせ・ホットフラッシュ・発汗など血管の拡張と放熱に関係する症状に特に有効ですが、その他の症状にも有効であることがわかっています。

- ②漢方薬

漢方薬はさまざまな生薬の組み合わせで作られており、全体的な心と体のバランスの乱れを回復させる働きをもちます。HRTが使用できない場合や、多彩な更年期症状をもつ場合に試みる治療法です。

- ③向精神薬

気分の落ち込み・意欲の低下・イライラ・情緒不安定・不眠などの精神症状が最もつらい症状である場合には、抗うつ薬・抗不安薬・催眠鎮静薬などの向精神薬も用いられます。選択的セロトニン再取り込み阻害薬(SSRI)やセロトニン・ノルアドレナリン再取り込み阻害薬(SNRI)などの新規抗うつ薬は副作用も少なく、またほてり・発汗など血管の拡張と放熱に関係する症状にも有効であることが知られています。

## ホルモン補充療法(HRT)について

HRTが開始された当初に問題となった子宮体癌の急激な増加については、エスト

ロゲン製剤単独治療が原因であることが突き止められており、黄体ホルモン製剤の併用投与で子宮体癌を抑制できることが証明されています。また、これまでの研究から、HRTにより胃癌・食道癌のリスクは低下すると言われています。大腸癌についてもリスクを低下させるとの報告があり、少なくともリスクを上昇させることはないと言われています。乳癌発症のリスクについては長年議論されてきましたが、明らかに上昇させるとの研究データはありません。念のため、HRTガイドラインでは、HRT前の乳癌検診と定期的な検診を推奨しています。

HRTでは急激に失われるエストロゲンの働き(表1)を補つため、更年期症状以外に、骨密度を増加させ骨折を予防する効果が期待できます。また、脂質代謝異常の改善や糖代謝異常の予防効果も期待されます。副作用としては不正性器出血や乳房痛、

片頭痛などがあります。心筋梗塞や血栓症などの発症リスクも指摘されておりますが、これらの効果や副作用は、HRTの中でも使用する薬剤や投与方法、投与期間により異なります。

表1 エストロゲンの働き

血管・血液	悪玉(LDL)コレステロールを減らし、善玉(HDL)コレステロールを増やして血管の若さを保つ
骨	カルシウムの流出を防ぎ、骨量を保つ
皮膚	コラーゲンや水分の量を調整し、張りやうるおいを保つ
粘膜	水分量を調整し、うるおいを保つ
神経	自律神経や感覚系神経のバランスを保つ
脳	細胞の働きを活発にし、記憶力や認知力の保持に役立つ
子宮・卵巣	妊娠や出産の機能を整える
乳房	乳腺の働きを活発にする
全身	肥満を抑制する

当院では、毎週月曜日に、更年期女性の健康ケア外来という外来診療枠を設けています。こちらでは、日本抗加齢医学会認定医でもある村上明弘医師が適切な治療法をご提案します。もちろん、その他の外来枠でも構いませんので、「更年期かな?」と思ったら我々産婦人科医師にお気軽にお尋ねください。

皆に明るく楽しく生きる権利があります。あなたが笑顔で生き生きと過ごすことで、周りの人たちもきっと笑顔になると思っています。



## 梅毒について



みなさんは「梅毒」と聞いたらどのような病気を思い浮かべますか？

昔の性感染症といったイメージを持たれている方もいらっしゃるかもしれませんが、梅毒は近年患者数が増えている性感染症です。

梅毒の原因はトレポネーマ・パリダムという細菌です。

性行為などによって皮膚や粘膜の小さな傷口から感染したり、梅毒に感染しているお母さんから胎盤を通過しておなかの赤ちゃんに感染します。

トレポネーマ・パリダム菌は胎盤が完成する妊娠16週前後までは胎児に感染しないとされています。しかし、胎盤完成後に無治療の場合は、胎児の70～100%に感染し、1/3は死産になるといわれています。そのため、早期発見&早期治療がとても大切です。



検査室では梅毒の検査であるTP抗体とRPRを測定しています。

特徴としては、TP抗体は梅毒に特異性が高いけれど、治癒後も陽性のままなので治療効果は反映しません。RPRは感染後早期に陽性になりますが他の要因でも陽性になる可能性があり、梅毒に対する特異性は低いです。しかしTP抗体と違って治療の効き目があれば数値が下がってきます。この2つの検査を同時に測定することで梅毒のスクリーニングや治療効果をみることができます。



典型的な梅毒の症状の局所の赤いしこり（初期硬結や硬性下疳）は数週間であってしまい、痛みがありません。そのため、とくに女性は気づけないことも多いです。その後に行ける全身および口腔内の発疹も痛みやかゆみがなく、数週間から数ヶ月であってしまいます。しかし消えたからといって治ったわけではなく、感染力がある状態なので、その時期に自分のパートナーも感染させてしまう危険があります。

性感染症で病院を受診することがなんだか恥ずかしかったり、不安な気持ちがきつとあると思います。けれど自分だけでなく大切なパートナーや赤ちゃんを守るために、疑わしい症状があれば積極的に受診して検査をすることで早期発見&早期治療をしましょう。



臨床検査技師 古谷 敦美

# かかりつけ医紹介

## なわたクリニック

内科・循環器科・婦人科



副院長

縄田 智恵子 先生



院長

縄田 修吾 先生

2013年11月から、これまで多くのことを学ばせて頂いた山口大学医学部のある宇部市の西に位置する、自然豊かな「沖ノ旦」の地に、新たなクリニックを開院させていただきました。

私ども二人は、医師となって20年以上、それぞれ、内科・循環器内科医、産婦人科医として基幹病院で臨床に携わってまいりました。これまで学んできた専門の知識や技術を活かして、心新たに、より身近な形で、地域の皆さまに貢献できるよう、微力ながら努めてまいりたいと思います。

「少しでも人のお役に立ちたい」という「想い」をもったスタッフとともに、皆さまに気軽に受診して頂けるような、そして、「きずな」を感じていただけるような、温かみのあるクリニックを目指してまいります。

### なわたクリニック

所在地 山口県宇部市大字沖ノ旦 686-1

電話番号 0836-39-8737 (代表)

内科・循環器内科と婦人科の受付・待合室は別々になっております。

内科・循環器内科 0836-39-7272

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:30	○	○	○	○	○	○
午後 14:00~17:30		○	○	○	○	



内科の待合室

婦人科 0836-39-5757

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:30	○	○	○	○	○	○
午後 14:00~17:30		○	○	◎	○	



婦人科の待合室

◎：完全予約制

休診日：月・土曜日午後・日曜日・祝日

- ・婦人科月曜午後は大学病院勤務です。
- ・第1・3・5木曜午後は休診となる場合があります。



## Topics①

### 令和5年度の表紙絵画 作者のご紹介

令和5年度の広報誌の表紙は、山陽小野田市出身の松井富美子様  
の自費出版「植物画で彩る我が家の四季」「植物画で彩る野の花」の中  
から12ヶ月を掲載させていただきます。

#### プロフィール

- 1934.10 山陽小野田市後潟に生まれる
- 1953. 3 山口県立小野田高等学校卒業
- 1955. 3 山口県立山口女子短大卒業
- 1955.11 結婚して愛知県安城市に住む
- 1963. 2 名古屋市千種区に転居
- 1992.10 植物画を高橋京子先生に師事
- 1996. 4 三島三治先生に師事
- 2009. 3 東海林富子先生に師事



季節ごとの様々な植物を1年間掲載いたしますのでご期待ください。

## フリーWi-Fi（公衆無線LAN）サービスを開始しました

当院では、患者の皆さんへのサービスの充実と利便性の向上を図るために、令和5年2月22日より3階腎・透析センター、5病棟、6病棟、7病棟、8病棟でフリーWi-Fiによるインターネット接続サービスの提供を開始しました。お持ちのスマートフォンやタブレットなどから無料で利用できます。なお、ご利用については、入院案内等にてご確認ください。

### 【ご利用にあたって】

- 本サービスの利用を開始した時点で当院の定める利用規程に同意をいただいたものとさせていただきます。
- 医療行為への影響がある場合、医師や病院職員から利用の中止をお願いする場合があります。
- 当院では、機器の貸し出し、接続設定の補助などはいたしかねますのでご了承ください。
- 通信機器の保護及び管理は、ご利用者の責任において行ってください。
- マナーを守り、周囲の方にご配慮いただいたうえで、ご利用ください。

（患者さんの声）



念願のWi-Fiつなげて下さり入院生活が少し良くなりました。

特に今面会もできないので、通信にも問題なくTV電話ができることが嬉しいです。

ここから新たな規則をつくらなくても済むような、秩序のある使い方を私たち患者も気をつけていきたいなと思います。

### 我が家の一枚

クワガタ  
(オオクワガタ)



2022年8月に購入しました。最近では冬眠中でエサを食べることもあまりなく、生きているか不安でしたが、ちゃんと生きていました（笑）  
(産婦人科医師 川崎)

### 今月の表紙

オオシマザクラ

ソメイヨシノ「優れた美人」

作者 松井富美子 さん

大島をはじめ伊豆諸島が原産。花は純白で大きく開花して日が経つと紅色をおびてきます。葉は塩漬けにして桜餅を包む葉に使われます。

ソメイヨシノはオオシマザクラとヒガンザクラとの自然雑種で伊豆半島で発生したといわれ、それを東京の染井にあった植木屋が売り出し全国に広まって、今ではサクラといえばソメイヨシノであるかのように思われているほどです。

### 今月の生花

毎週病院玄関ロビーにて生け込みをしていただいています。

小原流 優和会



花材名 桃、チューリップ、スイトピー  
撮影日 3月1日

山陽小野田市民病院診療日程表

※外来受付時間（初診 11:00 まで／再診 11:30 まで）外に受診を希望される際は、必ず来院前にお問い合わせください。

(令和5年4月1日現在) の医師は要予約

山陽小野田市民病院からこんにちは

Vol.49

山陽小野田市民病院広報誌

令和5年4月1日発行

診療科名		月	火	水	木	金
内科	一 診	豊重充広 (糖尿病・内分泌・血液)	豊重充広 (糖尿病・内分泌・血液)	松隈雅史 (血液・糖尿病・内分泌) ☆有好香子 (糖尿病・内分泌) ☆湯尻俊昭 (第2・4水曜日午後・血液)	豊重充広 (糖尿病・内分泌・血液)	矢賀 健 (糖尿病・内分泌)
	二 診	時山 裕 (消化器)	矢賀 健 (糖尿病・内分泌)	時山 裕 (消化器)	今井智子 (糖尿病・内分泌) ☆山崎隆弘 (午後・肝臓外来)	山口大学医師 (リウマチ・膠原病)
	三 診		瀬戸啓介 (消化器)	☆伊藤千与 (午前・呼吸器)	時山 裕 (消化器)	瀬戸啓介 (消化器)
	四 診	山口大学医師 (午前・循環器) ☆平野綱彦 (午後・呼吸器)	☆河村 篤 (循環器)	山本普隆 (循環器)	☆平野綱彦 (午後・呼吸器)	☆河村 篤 (午前・循環器)
	五 診	小林正和 (循環器)	山本普隆 (循環器)	小林正和 (循環器)	小林正和 (循環器)	山本普隆 (循環器)
外科	一 診	大樂耕司	藤岡顕太郎	大樂耕司	藤岡顕太郎	藤岡顕太郎
	二 診 8:30 - 9:00 11:00 - 11:30	工藤淳一	末廣祐樹	工藤淳一	末廣祐樹	大樂耕司
	午後 13:00 - 17:00	☆田中俊樹 (呼吸器外科外来)				
整形外科	一 診	脇阪敦彦	前田 崇 (新患)	脇阪敦彦	脇阪敦彦 (新患)	前田 崇 (新患)
	二 診	叶原亜紅 (新患)	叶原亜紅 (新患)	☆柿並康太郎 (新患)	前田 崇	叶原亜紅
泌尿器科	一 診	山本義明 (新患)	山本義明 (第1・3・5新患)	中山祐起 (新患)	中山祐起 (新患)	山本義明 (新患)
	二 診	中山祐起	中山祐起 (第2・4新患)	山本義明	山口大学医師	中山祐起
麻酔科	疼痛外来	内田雅人	棟久晃司	内田雅人	内田雅人	
	術前診察	棟久晃司	内田雅人	棟久晃司	棟久晃司	棟久晃司
	緩和ケア 10:00 - 12:00			内田雅人		
産婦人科	婦人科	村上明弘 <small>更年期女性の健康ケア外来</small>	田中結美子	藤田麻美	村上明弘	川崎真奈
	産科	田中結美子	藤田麻美	村上明弘	川崎真奈	田中結美子
	午後 午後受付 新患・予約外受付 13:00-15:30		川崎真奈		住浪義則	住浪義則
小児科	午前 (受付時間) 9:00-11:00	☆福田 謙	☆星出まどか	☆橘高節明 (第1・3・5水曜日) ☆岡田裕介 (第2・4水曜日)	☆坂田恭史	☆元永貴大
	午後 (受付時間) 13:30-15:30	☆長谷川俊史 (第1月曜日) ☆時高留依 (第2・3・4・5月曜日)		☆兼安秀信	☆濱野弘樹	☆藤本洋輔
眼科	午前	☆砂田潤希	☆太田真実	☆徳久佳代子	☆中村 陸	☆内 翔平
	午後 (受付時間) 13:00-15:00	☆砂田潤希				
耳鼻咽喉科	午後 (受付時間) 14:00-15:30	☆橋本 誠		☆橋本智子	☆田原哲也 (第1・3木曜日)	☆菅原一真
皮膚科	一 診	☆杉本紘子		☆浅野伸幸		
脳神経外科 (紹介・再診のみ)	一 診 (診療時間) 10:00-11:30		☆河野亜希子			☆岡 史朗
脳神経内科 完全紹介予約制	午後				☆西原秀昭	
精神科 完全紹介予約制	一 診					☆土生建介
歯科口腔外科 (原則予約制) 必ず歯科口腔外科で 予約をお取り下さい	(新患受付時間) 8:30 - 11:00	福田てる代 浜辺優子	福田てる代 浜辺優子	福田てる代 浜辺優子	福田てる代 浜辺優子	福田てる代 浜辺優子
	14:00 - 15:00	福田てる代 浜辺優子	☆梅田浩嗣 (手術患者のみ)	福田てる代 浜辺優子	福田てる代 浜辺優子	福田てる代 浜辺優子
禁煙外来 完全予約制	午後 13:30 - 14:30	篠崎文彦				

お問い合わせ：山陽小野田市民病院 総務課

☆非常勤医師

Tel 0836-83-2355 Fax 0836-83-0377 E-mail : [med-soumu@city.sanyo-onoda.lg.jp](mailto:med-soumu@city.sanyo-onoda.lg.jp)