

更年期障がいオンラインセミナー (医療関係者向け)

令和5年7月28日(金)
午後6時30分から7時30分まで

- 資料は鳥取県庁健康政策課のホームページに掲載しておりますので、各自ダウンロードしてご確認ください。

<https://www.pref.tottori.lg.jp/311986.htm>

次第

1. 更年期障がい関連施策に関する行政説明

説明: 鳥取県健康政策課

2. 講演

テーマ: 更年期症状・障がいの実態及び治療例

講師: 鳥取県立厚生病院

産婦人科部長 木山 智義 氏

3. 質疑応答

更年期障がい医療・相談体制関連予算(6月補正)

【事業目的】

更年期のつらい症状を抱える方を支援するため、更年期障がい医療拠点病院を設置し、関係機関と連携しながら更年期障がい対策を推進するとともに、更年期障がい相談支援センターを設置し、更年期症状・障がいに係る相談体制を整備する。

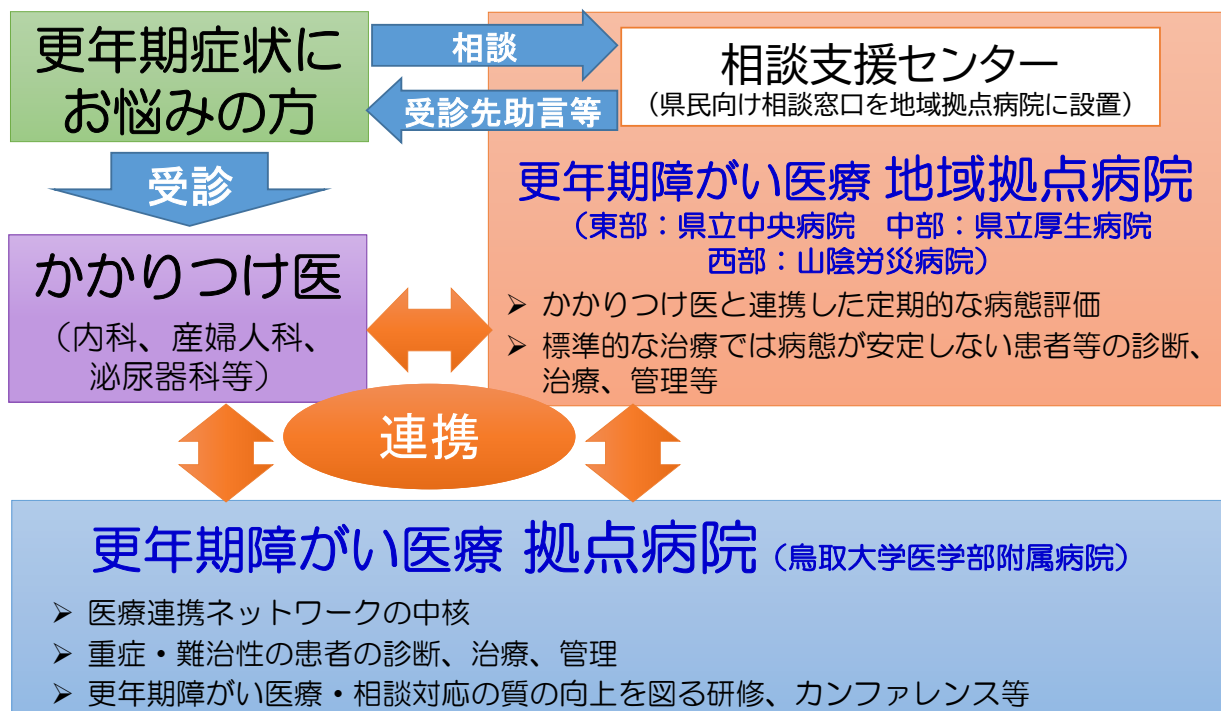
【主な事業内容】

区分	事業内容	予算額(千円)
対策推進会議の開催	医療提供体制や相談支援体制、企業・家庭での支援や県民への啓発等について課題整理し、今後の方向性を協議する。	366
更年期障がい医療拠点病院の設置	更年期障がいに対応する診療科を有する病院を県拠点病院・地域拠点病院に指定し、地域の病院及び診療所と連携した医療提供体制を整備する。	2,000
医療や相談に関わる人材の育成	更年期症状・障がいに関わる医療機関・相談機関等を対象とした研修を行い、各機関が連携した取組みを推進する。	1,000
更年期障がい相談支援センターの設置	「更年期障がい相談支援センター」を地域拠点病院に設置し、県民や医療機関からの相談に対し、適当な医療機関の紹介等を行う。	16,000
更年期障がいの普及啓発	更年期症状のある方が悩みを抱え込まずに円滑に相談機関や医療機関に相談できるよう、普及啓発を行う。	3,000
合計		22,366

3

更年期症状・障がいに関する医療及び相談体制

- 7月19日付で更年期障がい医療拠点病院及び地域拠点病院を指定
- 8月下旬の相談支援センター開設を目的に、拠点病院と地域拠点病院の連絡会議を随時開催
※相談支援センターの設置時間帯及び連絡先等は、開設前に各医療機関等へお知らせします



4

更年期症状・更年期障害について

～女性のエンパワーメントのために～

2023年7月28日(金)

鳥取県立厚生病院 産婦人科 木山智義

更年期障害の医療拠点設置 県、都道府県で全国初

2023年07月20日 地域ニュース 主要



地域拠点病院の指定書を受け取る広岡院長（左）と平井知事。19日、鳥取市江津の県立中央病院



鳥取県は19日、県内全域に更年期障害に関する医療拠点を設置した。鳥取大医学部付属病院（米子市）を拠点病院として中核に据え、東中西部の各地区に地域拠点病院を指定した。都道府県による更年期症状・障害に関する拠点病院の設置は全国初。

地域拠点病院となるのは、県立中央病院（鳥取市）、県立厚生病院（倉吉市）、山陰労災病院（米子市）の3病院で、8月中に相談支援センターも院内に開設する方針。専任看護師などを配属して相談を受け、医療機関につなげたり、症例情報を収集したりする。

<https://www.nnn.co.jp/articles/-/96493>

更年期症状・更年期障害について

～女性のエンパワーメントのために～

エンパワーメント (empowerment、エンパワメントとも) とは
…

(中略) エンパワメント (湧活) とは、人びとに夢や希望を与え、
勇気づけ、人が本来持っているすばらしい、生きる力を
湧き出させることと定義される。

Wikipediaより

今日のお話

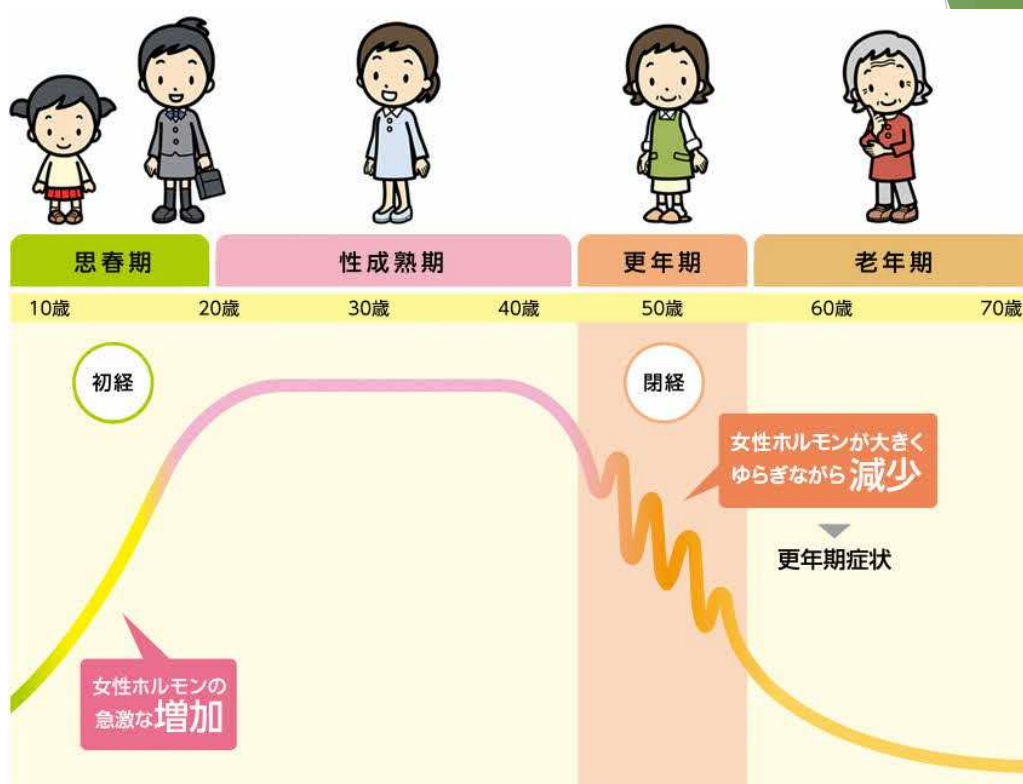
- ①更年期とは？更年期障害とは？
- ②更年期症状・障害の治療について
- ③症例検討

今日のお話

①更年期とは？更年期障害とは？

②更年期症状・障害の治療について

③症例検討





生殖期から老年期への移行期である。この時期では加齢に伴い性腺機能が衰退し、とくに卵巣では排卵などの機能が消失しはじめ、やがて月経が不順から完全に停止し、閉経となる。その後は、生殖内分泌機能が低下する。更年期とは、閉経の前後5年間をいう。

日本産科婦人科学会 産科婦人科用語集・用語解説集より

更年期 ≠ 更年期障害

更年期症状の中で日常生活に支障をきたす病態を**更年期障害**と定義する。更年期症状、更年期障害の**主たる原因は卵巣機能の低下**であり、これに加齢に伴う身体的変化、精神・心理的な要因、社会文化的な環境因子などが複合的に影響することにより症状が発現すると考えられている。

日本産科婦人科学会 産科婦人科用語集・用語解説集改訂第4版(2018年)

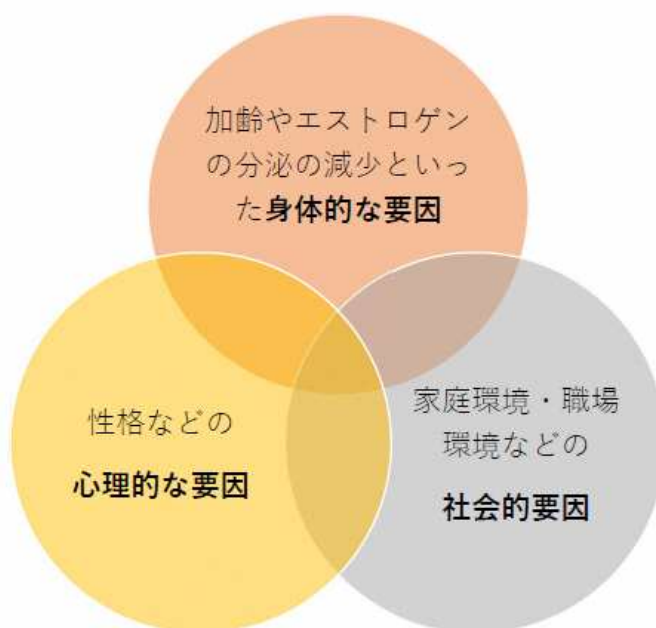
更年期； 閉経前後の期間のこと。
一般的には前後5年ずつ、
計10年の「期間」をいう。

更年期障害；更年期に起こる様々なつらい症状

必ずしもつらい症状が起こるとは限らない！

※閉経・・・月経が永久に停止すること。
(最後の月経から1年間月経がない状態)

更年期障害の原因



<https://www.pref.tottori.lg.jp/302613.htm>

更年期障害の症状

自律神経失調症状

- 血管運動神経：のぼせ、発汗、寒気、冷え、動悸
- 胸部：胸痛、息苦しさ
- 全身：疲労感、頭痛、肩こり、めまい

精神的症状

- 情緒不安定、イライラ、怒りっぽい
- 抑うつ気分、涙もろくなる、意欲低下
- 不安感

その他の症状

- 運動器：腰痛、関節・筋肉痛、手のこわばり、むくみ、しびれ
- 消化器：吐き気、食欲不振、腹痛、便秘・下痢
- 皮膚粘膜：乾燥感、湿疹、かゆみ、蟻走感(ぎそうかん：皮膚にアリがはうような不快感)
- 泌尿生殖器：排尿障害、頻尿、性交障害、外陰部違和感

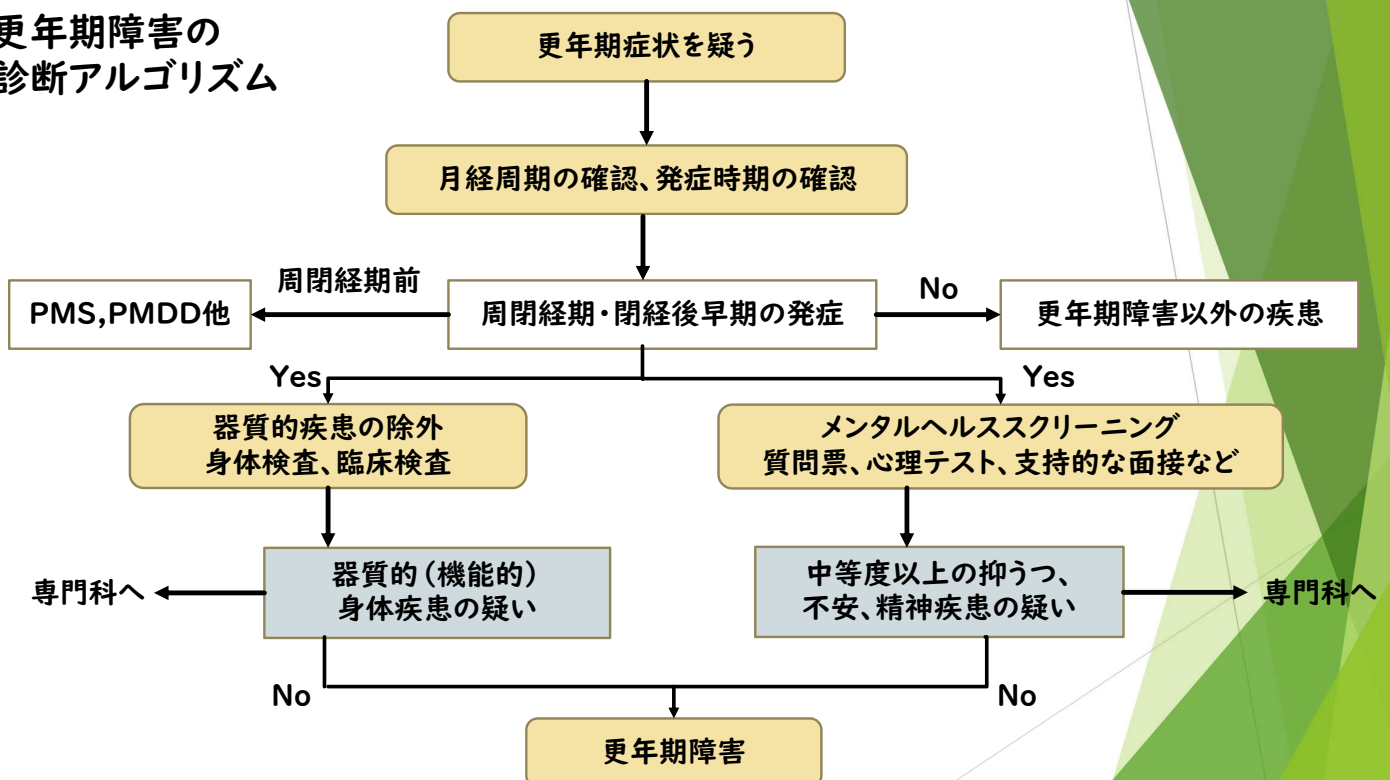
女性医学ガイドブック更年期医療編2014年度版(日本女性医学学会編)より

更年期に見られる症状と考えておくべき疾患

更年期に見られる症状	考えておくべき疾患
肩こり	肩関節周囲炎、頸椎症、後縦靭帯骨化症、高血圧、冠動脈疾患
倦怠感	貧血、心疾患、糖尿病、 <u>甲状腺機能亢進症・低下症</u> 、肺結核
めまい	メニエル病、良性発作性頭位めまい症、貧血、 <u>不安障害</u> 、 <u>抑うつ障害</u>
動悸	貧血、不整脈、 <u>甲状腺機能亢進症</u> 、 <u>パニック障害</u>
ホットフラッシュ	<u>甲状腺機能亢進症</u> 、 <u>不安障害</u> 、カルチノイド
発汗	<u>甲状腺機能亢進症</u> 、 <u>パニック障害</u>
不眠	<u>抑うつ障害</u> 、 <u>不安障害</u> 、睡眠時無呼吸症候群
頭痛	片頭痛、脳腫瘍、脳血管障害
抑うつ	<u>抑うつ障害</u> 、 <u>甲状腺機能低下症</u> 、認知症、アルコール依存症、脳梗塞
集中力低下	<u>抑うつ障害</u> 、認知症
不定愁訴	身体症状症、 <u>病気不安症</u> 、 <u>抑うつ障害</u> 、 <u>不安障害</u>
腰痛	腰部椎間板ヘルニア、変形性脊椎症、子宮筋腫
下肢痛	椎間板ヘルニア、脊柱管狭窄症
関節痛	変形性関節症、関節リウマチ

女性医学ガイドブック 更年期医療編(2019年度版)より

更年期障害の診断アルゴリズム



女性医学ガイドブック 更年期医療編(2019年度版)より



今日のお話

- ①更年期とは？更年期障害とは？
- ②更年期症状・障害の治療について
- ③症例検討

更年期障害に対する薬物療法

ホルモン補充療法	欠乏したエストロゲンを体内に補充し体内のエストロゲン量を一定量に維持し、諸症状を軽減
漢方薬	頭痛やイライラ感など原因の特定が難しい症状の改善を目的に投与
向精神薬 (抗うつ薬、抗不安薬、催眠鎮静薬)	うつや不安などの精神的な症状が強い場合に投与

ホルモン補充療法 (Hormone Replacement Therapy: HRT)



ホルモン補充療法に用いる薬剤

		成分名	用量	薬剤名	
エストロゲン単剤	飲む(錠剤)	結合型エストロゲン	通常量	プレマリン錠 0.625mg (1錠)	
		エストラジオール	半分量	ジュリナ錠 0.5mg (1錠)	
		エストリオール	低用量	エストリール錠 1mg (2錠)	
	経皮吸収剤	貼る(パッチ)	エストラジオール	通常量	エストラーナ 0.72mg (1枚)
			塗る(ジェル)	エストラジオール	通常量
		エストラジオール		半分量	ル・エストロジェル 0.06% (1プッシュ)
		挿入する(錠剤)	エストリオール	低用量	エストリール錠 0.5mg (1錠)
	エストロゲン 黄体ホルモン配合剤	飲む(錠剤)	エストラジオール/ レボノルゲステレル	通常量	※ ウェールナラ配合錠 (1錠中) エストラジオール 1mg、レボノルゲステレル 0.04mg
		経皮吸収・貼る (パッチ)	エストラジオール/ 酢酸ノルエチステロン	通常量	※ メノエイドコンビパッチ (1錠中) エストラジオール 0.62mg、 酢酸ノルエチステロン 2.70mg

ホルモン補充療法の禁忌と慎重投与

ホルモン補充療法ができない方	慎重投与、条件付き投与が可能な方
重度の肝障害がある方 乳癌の方、過去に治療した方 子宮内膜がんの方 不正出血がある方 静脈血栓がある方、過去に治療した方 心筋梗塞や動脈硬化がある方 脳卒中の方	子宮内膜がん、卵巣がんの既往がある方 肥満の方 60歳以上や閉経後10年以上経過している方 血栓症のリスクがある方 一部の狭心症の方 慢性肝障害の方 胆のう炎や胆石症の方 高度な脂質代謝異常 高度な糖尿病や高血圧の方 子宮筋腫、子宮内膜症、子宮腺筋症の既往がある方 片頭痛 てんかん 急性ポルフィリン血症 全身性エリテマトーデス(SLE)



漢方薬 (婦人科三大漢方)



特徴

体力が弱く、貧血気味で少しむくみがあり、主に下半身の冷えを訴え、頭痛・めまい・肩こりなどを訴える

体力が弱く、肩こり・疲れがあり、さまざまに変化する精神神経症状を訴える

体力があり、赤ら顔でのぼせを訴える

「更年期障害」「血の道症」の適応をもつ漢方処方

「更年期障害」

(11) 柴胡桂枝乾姜湯、(23) 当帰芍薬散、(25) 桂枝茯苓丸、
(57) 温清飲、(63) 五積散、(105) 通導散、(106) 温経湯、
(113) 三黄瀉心湯

「血の道症」

(11) 柴胡桂枝乾姜湯、(24) 加味逍遙散、(57) 温清飲、
(67) 女神散、(71) 四物湯、(106) 温経湯、(113) 三黄瀉心湯、
(124) 川芎茶調散、(125) 桂枝茯苓丸加薏苡仁

産婦人科診療ガイドライン婦人科外来編2020より

今日のお話

①更年期とは？更年期障害とは？

②更年期症状・障害の治療について

③症例検討

【症例】 4妊2産 初診時49歳、現在55歳 BMI:25.3

X年(49歳) 卵巣腫大あり、近医より紹介。MRIにて機能性嚢胞と診断。
X+1年(50歳) Hb:8.6g/dlであり鉄剤処方。
X+2年(51歳) Hb:10.5g/dlと改善傾向にあったが、動悸・息切れの訴えあり
加味逍遙散処方、E2:12、FSH:72
不安の訴えも強く精神科紹介。精神科的疾患は除外。
X+3年2月(52歳) E2:140、FSH:72.2、甲状腺機能異常なし。
X+4年2月(53歳) 動悸・便秘に対し桃核承気湯を処方。**※閉経を迎える**
X+5年5月(54歳) 動悸の訴え増強し、近医内科で心電図異常なし。
6月 E2:6.1、FSH:90、甲状腺機能異常なし。桂枝茯苓丸処方。
X+6年2月(55歳) 動悸・Hot flushあり柴胡加竜骨牡蛎湯を追加。

— 器質的疾患の除外
— 漢方療法の変遷

----- 女性ホルモン検査はあくまでも参考程度

まとめ

- ・更年期障害には診断基準はなく、更年期というライフステージにおける状態としての症状と考えると矛盾しないことが判断基準となる。
- ・ホルモン補充療法では禁忌や慎重投与に注意して治療を行うことが必要である。
- ・漢方療法では、一つの処方で合わない場合、別の処方に変えてみて効果をみることも必要である。
- ・更年期障害の原因は、卵巣機能の低下だけではないため、精神・心理的な要因、社会文化的な環境因子を考慮して、傾聴に努め、受容的、共感的な態度で臨むことが重要である。

Take Home Message

- ・更年期は「人生100年時代」と呼ばれる現代において、折り返し地点です。これからを上手に過ごしていけるように女性をエンパワーメントできる方法を考えていきましょう。
- ・「聞く力」をもって、患者さんの社会的・心理的背景を考慮していきましょう。
- ・ひとつの治療で上手くいかなかったても、継続してかかわっていればその人に合った治療法が見つかるはずでず。受容的、共感的な態度を大切にしていきましょう。

ご清聴ありがとうございました。

鳥取県立厚生病院 産婦人科 木山智義 (きやまともいき)
連絡先: kiyamat@pref.tottori.lg.jp