

# 女性の更年期障害

健康

通信

常陸大宮済生会病院

内科・循環器科  
中山 美緒先生

更年期とは閉経の前後5年間をいいます。この期間に現れる多種多様な症状の中で、その他の内臓の病気が原因でない症状を更年期症状とし、さらに、日常生活に支障をきたす病態を更年期障害と定めています。主な原因は卵巣機能の低下ですが、これに加齢に伴う身体的変化、精神状態や社会的な環境が複雑に影響するといわれています。

更年期障害は表1のように様々な症状を起こします。診断基準がありませんが、更年期スコア（日本産婦人科学会生殖・内分泌委員会）が使用されています。また前述したように、多臓器の病気ではないことを判断した後に診断できる病気があり、検査を多数受けるケースもあります。表2は更年期障害と類似した症状をきたす病気の例です。このように様々な病気との鑑別が必要になります。

治療は、①女性ホルモンの補充療法 ②不安やうつ症状を改善する薬剤 ③漢方薬など、様々な治療法があります。女性ホルモンの補充療法は婦人科で行っています。更年期障害の症状は人によって異なりますので、主治医とよく相談をして治療法の選択をしてください。

<表1 更年期障害の代表的な症状>

1	血管運動神経症状	ほてり、のぼせ、動悸、冷えなど
2	精神神経症状	抑うつ、不安、睡眠障害、疲労感など
3	運動器系症状	肩こり、腰背部痛、関節痛など
4	感覚器系症状	耳鳴り、めまいなど



<表2 更年期障害と類似している病気>

症状	類似した病名	検査	受診する科
ほてり・発汗	甲状腺機能亢進症 カルシウム拮抗薬服用	甲状腺ホルモン測定	内科 内分泌内科
動悸、心悸亢進、倦怠感	不整脈、心疾患、貧血、肝機能障害	心電図、採血	内科 循環器内科、消化器内科
頭痛、めまい	脳卒中、脳腫瘍、メニエール病	CT、MRI、平衡検査	脳神経外科 神経内科、耳鼻科
腰痛、関節痛、肩こり	椎間板ヘルニア 変形性膝関節症 肩頸腕症候群	レントゲン写真、MRI	整形外科
指のこわばり	関節リウマチ	採血	内科 膠原病科
不安、抑うつ	うつ病	問診	心療内科、精神科、メンタルクリニック