

「更年期障害かもと思ったら」2024年7月16日

こんにちは🌸

うちのドクターの田中です。

これから、この場で医学のお話や私の趣味のお話等を徒然なるままに綴っていかれたらと思います。

宜しく願います🌸

今日は、「更年期障害」についてのお話。

女性の心身の健康維持にとっても重要な、卵巣から分泌されるホルモン**エストロゲン**。

年齢を重ねるとともに卵巣機能が低下し、エストロゲンが急激に減少することで起こり

うる心身の不調を**更年期障害**といいます。

更年期は、閉経前後約10年といわれ、個人差はありますが大体**45歳～55歳頃**。

更年期障害の症状は、のぼせや疲労、肩こり、頭痛といった身体的な不調から

気分の落ち込み、イライラ等のメンタルトラブルまで多岐にわたります。

診断は、症状の問診（重症度をはかる更年期指数チェックリストというツールもあります）や、閉経時期が近いかどうかの予測で女性ホルモン数値の測定を行うこともあります。

治療は、漢方薬、ホルモン補充療法、また諸症状に応じて、プラセンタ注射、睡眠薬、抗不安薬等様々あります。

漢方薬治療は、患者さんの体質（冷えか暑がりか、体型、体力あるなし etc）に応じて

選択します。

薬効に関しては個人差があり、速効というより緩やかにじわじわと効いていくイメージですが、自覚症状の改善のみならず、根本的な体質改善にもアプローチできるので、

「なんとなく体が楽になった」と服用継続を望まれる方も多いです！

ホルモン補充療法は、不足しているエストロゲンを補う治療で、経口薬だけでなくジェルや

張り薬等の外用薬もあります。

更年期症状の改善だけでなく、エストロゲン減少によって引き起こされうる動脈硬化や

骨粗しょう症等の予防効果も期待できますが、一方で、血栓症や子宮体癌発症のリスクもあり、既往・併存疾患によっては、投薬ができないケースもあります。

当院では、お悩みの症状に応じて、漢方薬やそのほかの治療に関してご提案し、

すこしでも皆さんが抱えているしんどさが楽になるようお手伝いできたらと思います。

どうぞお気軽にご相談くださいね♪

うちのドクター医師 田中紗代子

『ドクター田中のひとり言』

今回はわたしのいちおし Summer Tune…💧

2006年えびちゃんのアネッサのCMで流れていた
BONNIE PINKさんの A Perfect Sky ♥

青い空、青い海、きらぎらの太陽、

なんともいえない解放感、

夏の夜のきらめき、そのなかでのひとさじの

せつなさ・・・

夏がきたらこれでしょ！っていうくらいわたしの大好きな曲です ♥

