

顔のほてりや動悸、うつ症状などに3年ほど前から悩まされてきた50歳のA子さんは、昨年9月、東京・銀座の小山嵩夫クリニックで更年期障害と診断された。血圧、コレステロールなどの血液検査、乳がんの検査などを受け、ホルモン補充療法(HRT)を行っても問題がないことを確認。薬を飲み始めて4か月後には、更年期の症状は消え、体調もすっかり良くなった。(坂上博)

女性の更年期障害は、主に閉経前後の45〜55歳に、女性ホルモンの分泌が急激に減るために起きる。A子さんのような症状のほか、手足の冷え、肩こり、頭痛、不眠、イライラなど人によって様々な症状が表れる。HRTは、飲み薬や張り薬を用いて、女性ホルモンを補う治療だ。エストロゲン(卵胞ホルモン)とプロゲステロン(黄体ホルモン)の2種類を併用し、手術で子宮を摘出した患者ではエストロゲンだけをを用いる。毎日薬を飲む場合や、ひと月に数日間の休みを挟みながら続ける方法もある。

更年期症状の緩和に加え、エストロゲンには骨を溶かす細胞の活動を抑える働きがあることから、骨粗しょう症の改善も期待できる。

ところが、米国国立衛生研究所が2002年、HRTを受けた患者で、乳がん、心筋梗塞などの冠動脈疾

## 更年期 ホルモン補充療法

# 治療時は検査欠かせず

患、脳卒中が、それぞれ26%、29%、41%増加したなどという研究を発表。HRTの危険性がクローズアップされた。

ただしその後、この研究

となった。日本産科婦人科学会などでも、安全にHRTを行うための診療指針をまとめ、今月出版した。

指針では、治療に伴い起きる可能性のある副作用と

5年以上続けると危険性が高まるが、死亡率は変わらない、冠動脈疾患は60歳以上だと危険性が高まる、脳梗塞の危険性は高まるが、脳出血は増加しないなど

危険性が高まるとして、より注意が必要とした。肝硬変、乳がん、心筋梗塞、脳卒中を起こしたことのある人では行わない。

小山さんは「米国では更年期の女性の約30%がHRTを受けているが、日本では2%ほど。効果や安全性についての日本の研究が進むことが望まれる」と話す。治療には保険がきき、患者負担は月数千円(小山さんのクリニックは、保険のきかない自費診療)。

の対象者には、脳卒中などになりやすい肥満や高齢者が多かったなどの問題点が浮上。危険性だけを強調するのではなく、HRTで得られるプラス面が上回る場合には実施を考慮するべきだとの方針が世界的にも標準

して、①不正性器出血②乳房痛③片頭痛④乳がん⑤動脈硬化・冠動脈疾患⑥脳卒中⑦足などの静脈に血栓ができる血栓症⑧子宮体がん⑨卵巣がん⑩子宮頸がんなど、その他のがんの10項目を列記。乳がんはと、分析した。

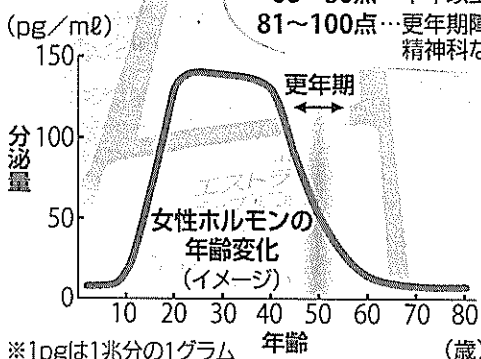
そのうえで指針は、治療を行う際には、年一回の乳がん検査や、血圧、コレステロール検査を継続することを勧めた。また60歳以上の治療開始や、5年以上の治療継続は乳がんなどの

### 更年期障害を見分ける表(小山さん作成)

○ 次の質問を読んで、現在のあなたの状態にあてはまる所に○印をつけ、点数を合計してください

症状	症状の程度(点数)			
	強	中	弱	無
1 顔がほてる	10	6	3	0
2 汗をかきやすい	10	6	3	0
3 腰や手足が冷えやすい	14	9	5	0
4 息切れ、動悸がする	12	8	4	0
5 寝付きが悪い、眠りが浅い	14	9	5	0
6 怒りやすく、すぐイライラする	12	8	4	0
7 くよくよしたり、ゆうつつになったりする	7	5	3	0
8 頭痛、めまい、吐き気がよくある	7	5	3	0
9 疲れやすい	7	4	2	0
10 肩こり、腰痛、手足の痛みがある	7	5	3	0
合計点				

- 0〜25点…問題なし
- 26〜50点…運動、食事に注意
- 51〜65点…更年期外来の受診を
- 66〜80点…半年以上の計画的治療を
- 81〜100点…更年期障害以外の可能性あり。精神科などの受診を



ホルモン補充療法を行うべきかを判断するためには、問診が大切だ



ホルモン補充療法中は、血圧や血液などの検査が欠かせない

作図：デザイン課 佐々木明日香

NPO法人メノポーズを考える会(東京)では、更年期障害に悩む女性たちのために電話相談(火・木曜の午前10時半〜午後4時半、☎03・3351・8001)を行っている。

※一般公開講座「治験ってなに?聞いてみたい!抗がん剤の治験のお話」8月1日午後1時半、東京・江東区の癌研有明病院吉田記念講堂。申し込みは、ファクスまたは往復はがきで、住所、氏名、電話・ファクス番号、「治験公開講座参加希望」と書き、〒135-8550江東区有明3の10の6 癌研研究会企画部「治験公開講座」係(申し込みファクス☎03・33520・0141、問い合わせ☎03・3570・0383)へ。

※公開市民シンポジウム「心臓突然死・心臓蘇生」11日午後1時、東京・千代田区の一橋記念講堂。無料。毎年約5万人が亡くなる心臓突然死の実態、それを防ぐ心臓蘇生のあり方について議論する。問い合わせは、日本医療学会(☎03・52216・3001)。