

部会報告

旭川市医師会研修会

旭川市医師会女性医師部会

部会長 長谷部 千登美

女性医師部会の平成30年度研修会が、平成31年3月18日に、星野リゾートOMO7旭川にて開催されました。ご講演いただいたのは、カレスサッポロ時計台記念病院 副院長・女性総合診療センター長の藤井美穂先生で、『ウイミンズヘルスサポートの基礎を考える』というテーマのお話をうかがいました。

女性は40歳を過ぎたころから徐々にエストロゲン量が低下し、月経不順・不正出血・のぼせ・ほてり・発汗・疲労感や鬱症状など、さまざまな症状を引き起こす原因になります。男性でも男性ホルモンのテストステロンが加齢に伴って低下するのですが、女性のほうがより早期に低下が起こるという違いがあり、これがいわゆる更年期症状といわれる各種症状の原因です。エストロゲン分泌量は、55歳で男性と同等、60歳になると男性の半分にまで低下するのだそうです。エストロゲンは様々な臓器に対して保護作用を有しており、その分泌低下に伴い、脳・中枢神経系では物忘れ・抑うつ、循環器系では心血管疾患のリスク増加、脂質代謝ではコレステロールや中性脂肪の上昇、泌尿生殖器系では排尿障害や性器の萎縮、骨では骨量の減少などを引き起こすとされています。

一方、男性ホルモンであるテストステロンも女性においても年齢とともに減少することがわかっており、不妊や更年期障害、性機能障害などに対して生理的範囲内の低用量・間欠的投与が有効であるともいわれているとのことでした。

加齢に伴う生理的な変化とはいいながら、更年期になり様々な症状で辛い思いをされている方には、適切なホルモン補充療法を行っていくことが重要といえます。

また、大豆を原料として作られたエクオールについてのご紹介もいただきました。これは、エストロゲン作用として更年期に起こりうる様々な症状を改善させるほか、抗酸化作用もあるといわれており、しみ・しわ・動脈硬化などにも効果が期待できるとのことです。『今日の治療指針2018年版』にも、更年期障害の治療に用いられるサプリメントとして、エクオールが掲載されているとのことでした。

ご講演のあと、参加いただいた多くの部会員から、藤井先生にいろいろなご相談がされていたようです。

日々患者様の心配をされている先生方が、ご自分の健康を振り返っていただける機会となり、誠に有意義な研修会だったと思います。

