

～更年期障害とくすり～

更年期障害とは

更年期とは、閉経の前後数年間のことをいい、個人差はありますが、およそ 45～55 歳までの間を指します。

この時期になると、卵巣の機能が低下し始め、女性ホルモン（エストロゲン）の分泌が急激に減少します。それにより現れる体調の変化を更年期障害といいます。症状の出方は、強さや期間にかなり個人差がありますが、日常生活に支障が出るくらい症状が重い場合には治療を行う必要があります。

更年期障害の症状

更年期障害には、実に様々な症状がありますが、代表的なものを次に挙げます。

- ・ほてり、のぼせ、多汗
- ・冷え、しびれ
- ・動悸、息切れ
- ・疲れやすい、むくみ
- ・不眠、イライラ、うつ状態
- ・腰痛、肩こり、関節痛
- ・食欲不振、便秘、下痢
- ・皮膚の乾燥、かゆみ
- ・頻尿、尿失禁
- ・性交時の痛み

※これらの症状は、必ずしも更年期障害によるものとは限りません。更年期障害だと思っただけで放っておいたら、実は別の病気だったという場合もあるので、自己判断はせずに受診してください。



更年期障害の治療薬

更年期障害に使用する薬剤には、次のようなものがあります。

- ・ホルモン剤
- ・精神安定剤、抗うつ薬
- ・自律神経調整薬
- ・漢方薬

ここでは、ホルモン剤を使用した治療法について詳しく説明していきます。

ホルモン補充療法（HRT）

減少した女性ホルモン（エストロゲン）を、薬によって外から補充する方法です。飲み薬と貼り薬があります。貼り薬は皮膚から直接血流に吸収されるため、胃腸や肝臓に負担をかけないという利点がありますが、皮膚の弱い方ではかぶれることもあります。

いずれの薬も、休薬期間を設けるなど、投与方法にはいくつかのパターンがあるので、医師の指示に従って正しく使用してください。



HRT は、更年期障害による様々な症状を改善するだけでなく、骨粗鬆症にも効果があると言われています。これは、エストロゲンが骨の形成にも関わっているからです。

副作用は・・・？

HRT を受けると、子宮出血、乳房の張り等の症状が起こることがあります。これらはホルモンの作用なので通常は心配ありませんが、2週間以上続く場合は検査が必要です。また、出血は投与方法の工夫である程度コントロールすることができるので、主治医とよく相談してください。