

月経痛（生理痛）のメカニズムについて 第1週目（3月5日放送分）

月経痛は成人女性の70%～80%の方が経験されますが、逆に月経痛がほとんどない割合は20%前後とされています。痛みの程度も軽い時、または強い時までさまざまですが、一般に無排卵であった時は、痛みも軽くなるため、月経痛も排卵の有無との関連性もある言われています。月経痛は一般に思春期に強く、年齢とともに軽くなり、また 出産で軽くなるともいわれています。月経痛のメカニズムに関してはまだ十分には解明されていませんが、2つの説があります。1つの説は、排卵後、子宮内膜で子宮収縮作用のあるプロスタグランジンという物質が増加し、子宮血液量の減少・虚血が痛みを発生させたり、プロスタグランジンが月経時の子宮内膜の剥離した知覚神経反応を増強する為、といわれています。鎮痛剤である、非ステロイド性消炎鎮痛剤がプロスタグランジンの合成を抑える為、一般に月経痛に使用されているという説が支持されています。2つ目の説は、子宮がまだ未熟の為に、子宮の内子宮口が月経直前から弛緩せず、緊張度が高くなり、月経血の流出が妨げるようになり、子宮はよりいっそう子宮収縮し、子宮筋の虚血及び、骨盤内のうっ血で痛みを生じるとされています。

月経困難症について 第2週目（3月12日放送分）

月経困難症とは、月経に伴う症状、とくに月経痛として下腹部痛や腰痛が主であり、その他に消化器症状である嘔気、下痢等、日常生活に支障をきたす身体症状であり、さらに精神的な面にまで影響している場合を言います。月経痛は成人女性の70～80%が経験されますが、鎮痛薬を服用している女性は約30%で、その内2割の女性は薬を服用しても、生活の質を低下しているとされ、最近、社会問題として認識されています。月経困難症の分類と原因ですが、機能性月経困難症と器質性月経困難症があり、機能性月経困難症は思春期に多く、20歳前後までとされ、医学的には、何にも病気が原因でないもので、その90%は子宮頸管（子宮の入り口）の未熟や子宮内の痛みの原因物質である、プロスタグランジンが原因とされ、年齢とともに軽快し治癒する傾向があるとされています。器質性月経困難症は20才以上の成人で、子宮内膜症、子宮筋腫、子宮腺筋症等の骨盤内に疾患がある場合で、月経痛が強い場合はまずは器質性の疾患がないかどうかを優先であり、医療機関にて精密検査が必要であります。

月経困難症の検査について 第3週目（3月19日放送分）

月経痛のみで婦人科受診することは、各年齢層で、考えも異なりますが、とくに若年者ではどうしても婦人科に受診しずらく、母親と同伴で受診して相談されたり、成人女性の場合では悪性の病気ではないかという不安、あるいは不妊症や癌にならないかという不安で受診されますが、婦人科は他の診療科と比べると、受診する側に心理的なハードルがあり、検査に入る前にまず月経困難症について説明し、どのような検査を行うか情報提供することが大切です。月経困難症の9割は機能性月経困難症であり、病気が原因である器質性月経困難症のあるものは約1割であること的事实を説明し、検査を行います。検査の目的は器質的疾患（子宮及び両側の卵巣、その他、骨盤内の疾患の有無が主な目的であります。最初に、月経歴・妊娠歴等を問診し、内診、経膈エコー検査、を行い、症例によっては血液検査でCA-125などの腫瘍マーカーを測定し、細胞診、膈分泌物の細菌検査、CT、MRIの検査を行うことがあります。内診に関しては、受診経験のない方には、どのような形で診察が行われるかを説明しておく必要があります。また、若年者や性交渉のない方、原則として内診はせず、問診のあと、経腹エコーを行うことが多いです。

月経困難症の治療は主として、症状の軽減と生活の質の改善で、9割が機能性月経困難症であるため、痛みのメカニズムより、薬物療法が中心であります。① 非ステロイド性消炎鎮痛剤（NSAIDsといいますが、市販薬もあります）が多く使用されます。その鎮痛剤には子宮の収縮をもたらすプロスタグランジンの合成を抑える為、有効である。痛みが非常に強い場合は頓用として座薬があり、速効性がある。② 経口避妊薬（低用量ピル）排卵が抑制し、その結果、子宮内膜の増殖も抑制され、月経血が少なくなり、痛みが抑えられる。③ 漢方薬（痛みの諸症状と証を見極め、投与が必要とされます）④ 食事療法（栄養不足になると無月経になるように、栄養成分など、バランスがとれた食事を取ることが必要です。⑤ 運動療法（冷えを防ぎ、血液循環を良くする）⑥ 民間療法（安全性と費用対効果がポイントなる）、以上、個人の身体的、精神的な症状に応じて、それぞれ治療が必要です。最後に月経困難症は疾患（病気）であり、家族、学校、配偶者、職場等は、月経困難症の理解が必要で、また、精神的なサポートも必要であると思います。我々医療側も 2割の女性が月経時に苦痛を訴えても受診者は1%にも満たないため、今後情報提供、相談機関の整備、医療機関への受診の勧め等が必要だと思います。