心と体にアドバイス

健康よもやま話

公益財団法人中国労働衛生協会
会長
宮田 明

1974年岡山大学医学部卒。医学博士。公立学校共済組合中国中央病院血液内科部長・副院長、尾道市立市民病院院長を経て、2015年より健康診断、保健指導・健康教育、産業衛生、社会貢献事業などを行う(公)中国労働衛生協会の理事長を務め、25年7月より会長に。日本血液学会専門医指導医、人間ドック健診専門医、日本禁煙学会認定専門医など。座右の銘は「待てば海路の日和あり」「降りやまない雨はない」。

Vol.47「性差医学・性差医療(その2)」

「エストロゲン」の作用が影響

前回の2月20日号では、「性差を考慮した医療」が医学界に受け入れるようになった歴史的経緯について説明しました。今回は女性に多い疾患を中心に紹介したいと思います。

性差を際立たせる病態に最も影響が大きいのは女性ホルモンで、特にその主軸をなすのはエストロゲンです。女性のライフステージにおいて、一八―四五歳ごろの性成熟期に、最もエストロゲンの分泌が安定します。女性は平均五〇歳で閉経を迎えますが、その前後五年間を「更年期」と呼び、人生の大きなターニングポイントになります。

エストロゲンの分泌量とライフステージにおける疾患には密接な関連があります。性成熟期にはエストロゲンの作用が強く、子宮筋腫、子宮内膜症、乳がん、子宮体がんに関連します。更年期にはエストロゲン作用の低下と関連して骨粗しょう症が発症し、進行します。

閉経後はエストロゲンレベルの低下に伴い、高血圧症、脂質異常症、糖尿病といったさまざまな生活習慣病を発症し、骨粗しょう症、脳血管障害、認知症などのため転倒・骨折が増えて、要介護状態になる原因となります。

更年期障害は「更年期に現れるさまざまな症状の中で、他の病気に伴わないもの(更年期症状)のうち、特に日常生活に支障を来す病態」と定義されます。

典型的症状はホットフラッシュ(のぼせ、ほてり)、寝汗、発汗、動悸、むくみなどの血管運動神経症状と、精神神経症状(頭痛、めまい、不眠など)、運動器症状(肩凝り、腰痛、しびれなど)、消化器症状、泌尿器・生殖器症状など多岐にわたります。治療にはホルモン補充療法などがあり、有効性が高いといわれていますので、心当たりの方は女性専門外来などへご相談ください。

エストロゲンは心血管系を保護する作用があり、脳梗塞の発症年齢は女性の方が明らかに高いのですが、閉経後はその作用が失われ、急激に動脈硬化が進みます。心疾患でも、急性心筋梗塞時の女性の死亡率は男性の約二倍▽冠動脈閉塞を伴わない心筋梗塞が多い▽微小冠動脈の収縮で起きる微小血管狭心症が多い―といった特徴があります。

その他の女性に多い疾患

次に、直接エストロゲンの作用と関係のない疾患を挙げます。

消化器疾患ではアルコール性肝障害が男性の三分の二の飲酒量で起きるとか、膵嚢胞性腫瘍、特に粘液性嚢胞腫瘍が女性に多いとされています。甲状腺疾患は女性に多いことが知られ、甲状腺機能亢進症や甲状腺機能低下症の発症頻度は男性の一〇倍といわれています。

免疫系が自己の正常な組織を攻撃する自己免疫疾患は、女性であることがその発症に大きく関係します。発症率は自己免疫性甲状腺疾患であるバセドー病や橋本病のほか、全身性エリテマトーデス、シェーグレン症候群で男性の七―一〇倍程度、膠原病の中で最も多いとされる関節リウマチでは非高齢者で男性の三倍です。

脳に関しては、脳動脈瘤は女性が男性の約二倍▽くも膜下出血の男女比は三対七▽女性の片頭痛の有病率は男性の三・六倍で、特に二〇―四〇代の女性で高い(18%)▽女性の方が年齢による脳の萎縮が早く、特にアルツハイマー型認知症になりやすい▽うつ病の生涯罹患率は女性が男性の約二倍―ということを知っておいてもよいでしょう。

定期健康診断・生活習慣病予防健診・人間ドック・特定健康診査・各種がん検診
地域初 フレイル予防ドック 始めました! あなたの会社の 健康経営 サポートします!

公益財団法人
中国労働衛生協会
福山市引野町5-14-2
☎084-941-8211
https://churou-wp.sub.jp

定年退職後の健康管理はどうしたらいいの?とお悩みの方
●健康診断のご案内 ●健康情報の発信 ●健康イベントのご案内
入会費無料 『げんきサポートクラブ』におまかせください!