



いわて医療通信 【更年期】

# 女性更年期について①

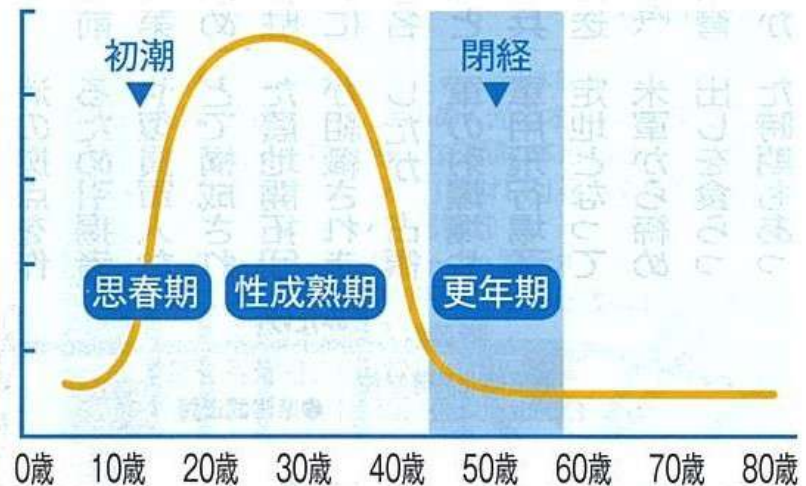
今回から女性の更年期について記載します。

## 更年期障害と女性ホルモン

女性は年齢とともにだいたい4つのライフステージ(思春期・性成熟期・更年期・高齢期)を経験します。更年期とは、女性が閉経を迎える前後5年間のことを指します(日本産婦人科学会より)。個人差はありますが、ふつうは5歳前後で閉経を迎えることから、45歳ぐらいから55歳ぐらいまでの約10年間が更年期にあたると考えられます。年齢を重ねるごとに卵

巣機能が低下しはじめ、特に更年期を迎える頃には女性ホルモンの分泌が急激に減ってきます。女性ホルモンの代表であるエストロゲンの代表であるエストロゲン(卵胞ホルモン)は女性の一生に大きく影響します。エストロゲンが作られるようになるのは、思春期に入ってから初経(初潮)を迎えたあたりで、その後、急激に分泌量が増えて、20代〜40代前半にピークを迎え(図1)、妊娠や出産、授乳に適した状態に。そして子育てがひと段落した5歳前後から分泌量は徐々に減っていき、エストロゲンの作用を図2に示します。このように工

▼図1 エストロゲンの量の変化



▼図2 エストロゲンの作用

肝臓	LDL 受容体増加
血管・血液	血管拡張作用、凝固能亢進、血管保護作用
骨	骨量の維持、コラーゲンの合成促進
皮膚	皮脂腺の分泌抑制、コラーゲンの合成促進
その他	電解質代謝：水、Na貯留

小山理恵

岩手医科大学産婦人科学講座