

第23回小児保健セミナー

2011年 6月 19日(ベルサール九段)

子宮を大切にしよう！

—思春期の月経異常の対処の仕方と
子宮頸がん予防ワクチン接種の意義—

滋賀医科大学
医学部附属病院

滋賀医科大学医学部附属病院
女性診療科 高橋 健太郎

本日の講演内容

- ✓ 思春期の月経異常の対処の仕方
- ✓ 子宮頸がん予防ワクチン接種の意義



思春期の月経異常の 対処の仕方

旧石器時代

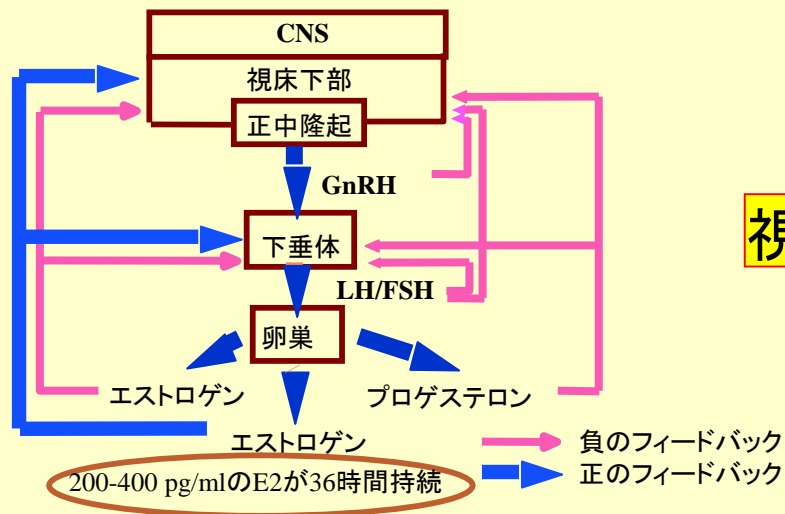
保健室でよく受ける質問

- ダイエットによる月経消失。体への影響は？
- 中学1年生、初経がまだない。様子を見ていいか？
- 生理痛がひどい。毎回内服でしのいでよいか？
- 月経が不規則。なんとかして？
- 月経量が多い。長期間。どうしたらよいか？

(中学校の養護教員より)

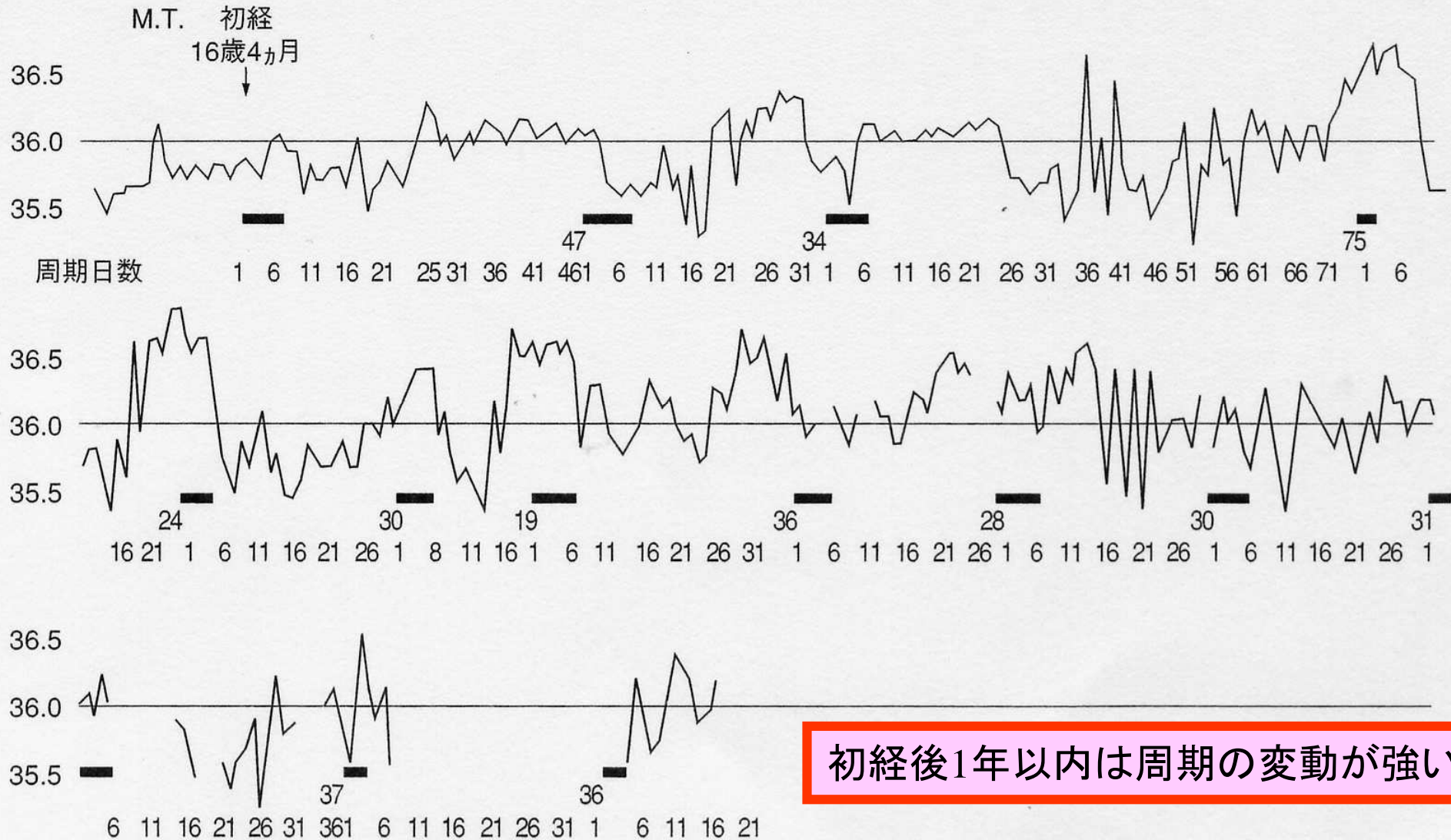
月経とは

- 月経は約1か月の間隔で起こり、限られた日数で自然に止まる子宮内膜からの周期的な出血



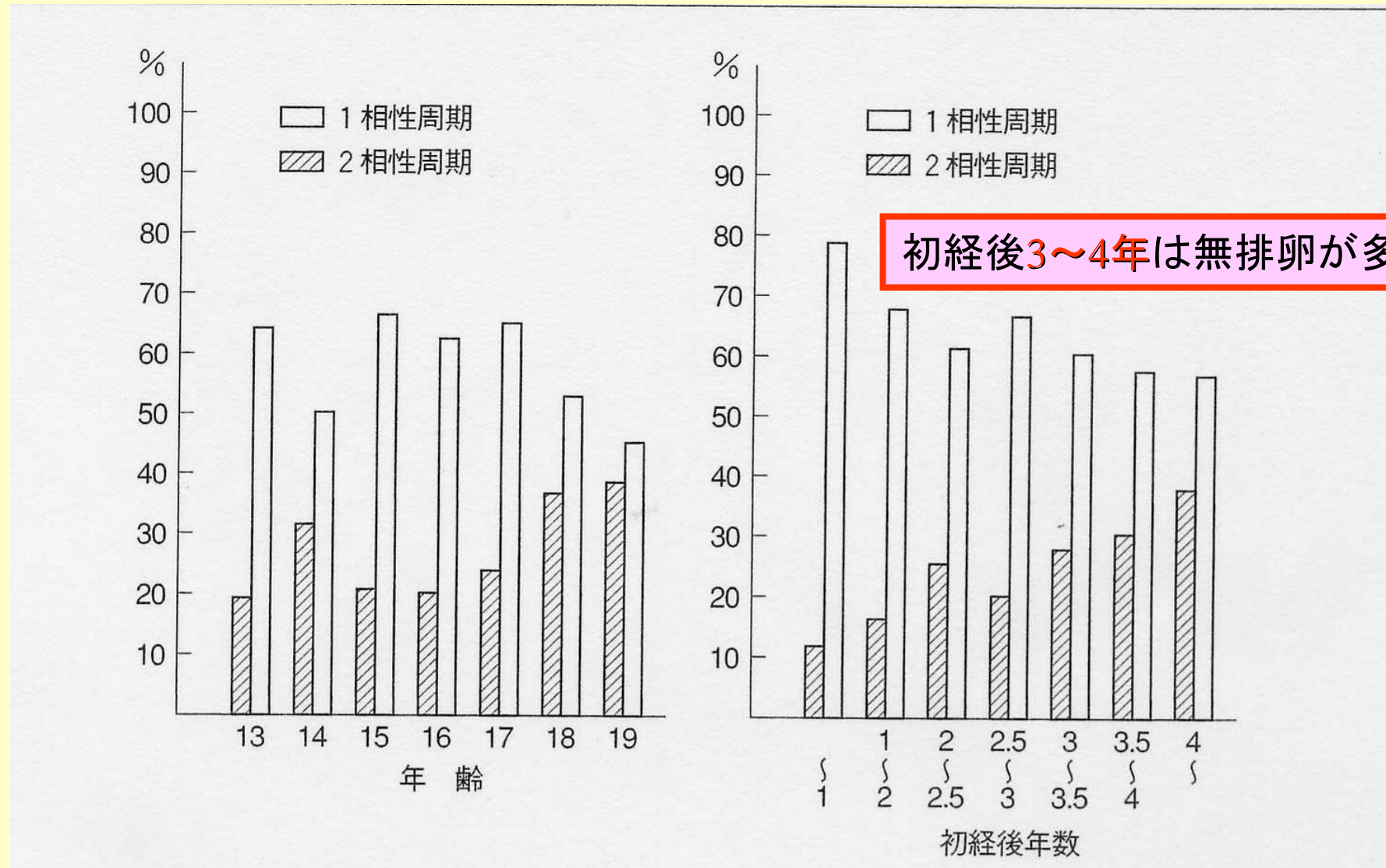
視床下部・下垂体・卵巣系のフィードバック機構

初経後1年間の基礎体温



(松本清一、1964)

思春期少女の基礎体温による2相性周期と1相性周期の頻度

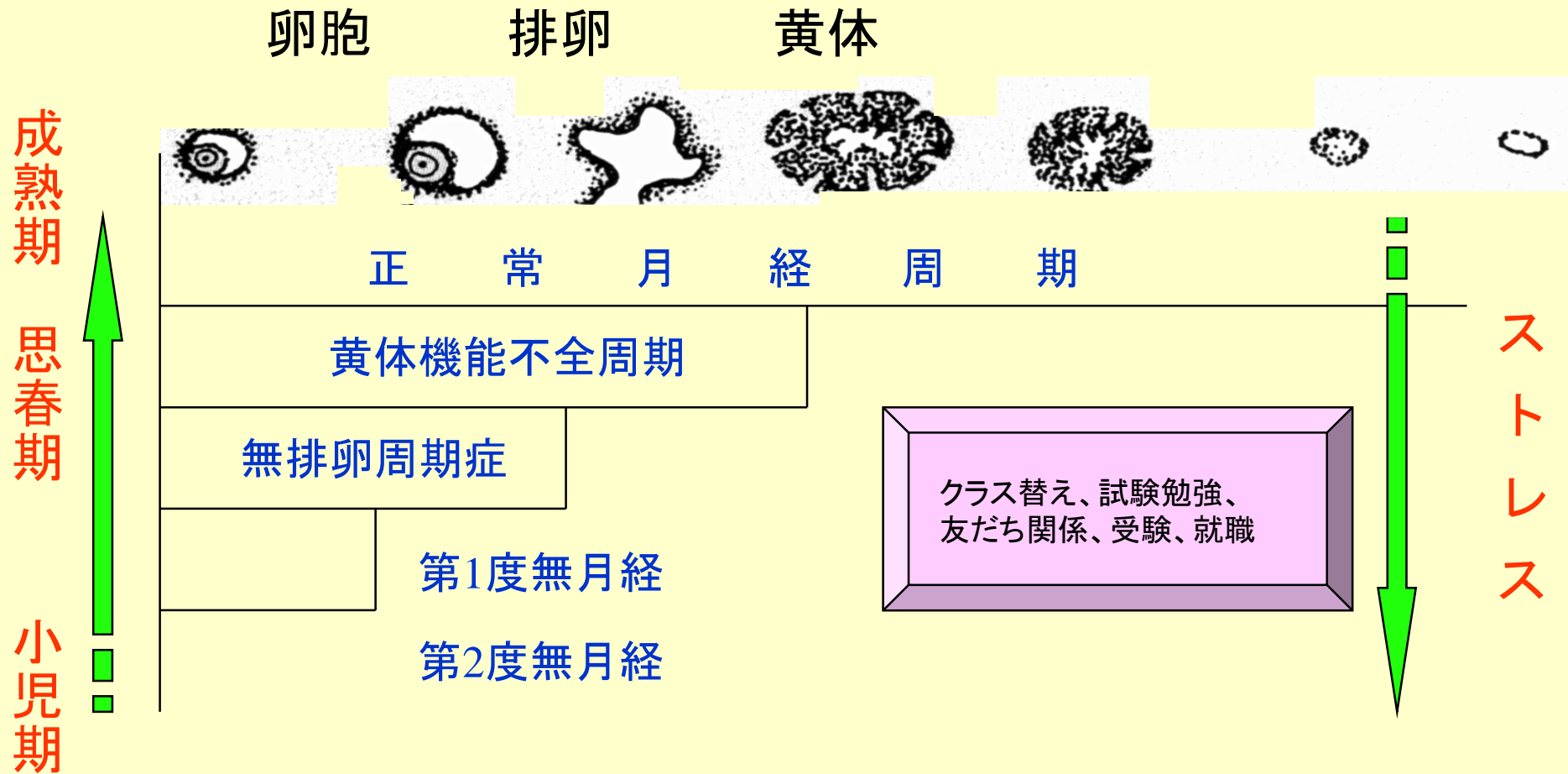


初経後3~4年は無排卵が多い

月経周期の成熟は初経後7年を要す

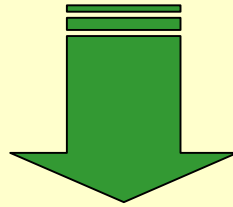
(松本清一、1993)

卵胞の発育段階による月経周期の分類



思春期の月経異常

- すべての思春期少女が経験する現象



- いたずらに神経過敏になる必要はない

どのようなときに月経異常を
病気として扱うか？

日常的に思春期少女に
肉体的、精神的な悪影
響を及ぼす場合に限る

どのようなときに月経異常を 病気として扱うか？

- 適正な年齢で月経が発来しない場合
- 正常月経の範囲を大きく逸脱し、
性器出血を不快に感じる場合や
高度の貧血を伴う場合

思春期の月経異常の種類とその定義

1. 初経の異常

- (1) 早発月経 初経が10歳未満で始まるもの
- (2) 遅発月経 15歳以上18歳未満に初経を発生したもの
- (3) 原発性無月経 18歳を過ぎても初経の起こらないもの

2. 周期の異常 (月経周期日数の正常範囲は25～38日, その変動が6日以内)

- (1) 頻発月経 月経周期が24日以内に繰り返すもの
- (2) 希発月経 月経周期が39日以上3か月以内のもの
- (3) 不整周期 上記の正常周期にあてはまらない

3. 持続日数の異常 (月経持続日数の正常範囲は3～7日)

- (1) 過短月経 月経持続日数が2日以内のもの
- (2) 過長月経 月経持続日数が8日以上のもの
- (3) 過多月経 月経の出血量が異常に多いもの (140 ml以上)
- (4) 過少月経 月経の出血量が異常に少ないもの (20 ml以下)
(月経持続期間が3日以内のもの)

4. 続発性無月経 これまであった月経が3カ月以上停止したもの

5. 機能性子宮出血 器質性疾患を認めない子宮からの不正出血

6. 機能性月経困難症 月経期間中に随伴して起こる病的症状

月経に関する悩みを聞く場合の要点と知識

- 十分な時間を割く
- 必ず一度は思春期少女と1対1で話す
- 月経の発来には体脂肪が関係

月経は体脂肪と密接に関係しており、月経初来には体脂肪率が17%以上必要であり、正常月経周期の確立には22%以上必要である

(Frisch RE, 1988)

月経に関する悩みを聞く場合の要点と知識

- 十分な時間を割く
- 必ず一度は思春期少女と1対1で話す
- 月経の発来には体脂肪が関係
- 月経のしくみ

月経血

出血すると血液は固まる

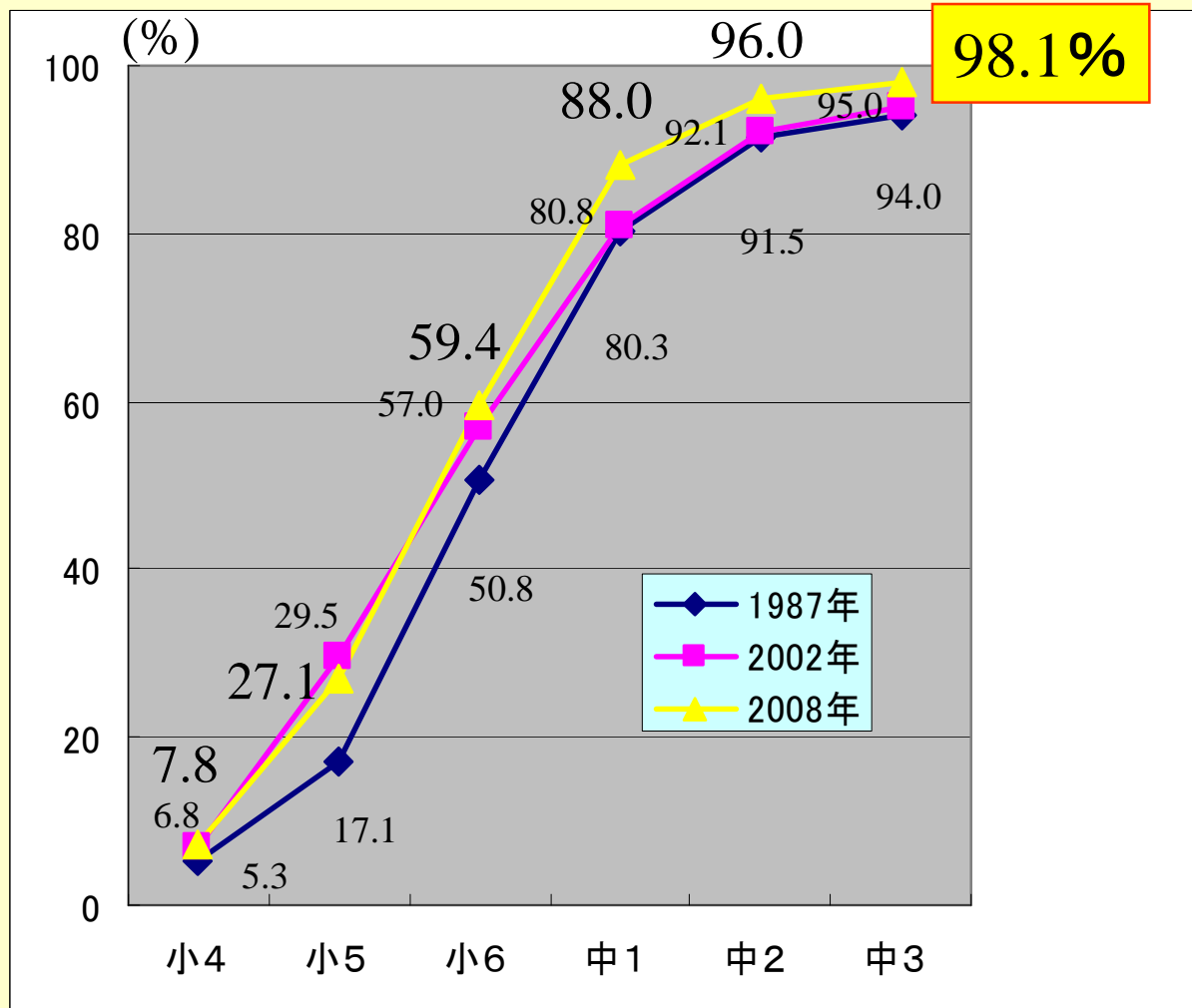
月経血は固まらずサラサラしている

塊 (clots) のまま
(レバー様) 排出

- ・月経血量が多いと血液を溶解する酵素不足
- ・溶解する時間の不足

子宮内でいったん
固まった血液が
溶解して出てくる

初経年齢(中3までの累積)



小5の初経発来率が増加し、
性的成熟の早期化が
認められる

(東京都幼稚園・小・中・高・身障性教育研究会：2008年調査 児童・生徒の性)

月経発来時期の異常

● 10歳未満で初経がある

早発閉経

中枢性特発性が多い。
最終身長を伸ばすことが治療の目的
GnRH-a投与

● 15歳になっても初経がない

遅発閉経

18歳

原発性無月経

Turner症候群等の染色体異常
Rokitansky症候群
見せかけの無月経 → 二次性徴有り

月経不順

● 頻発月経や過多月経で高度貧血を伴う

20日以内

- ・ナプキンを1時間毎に買っても間に合わない
- ・凝血塊が出る

造血剤投与

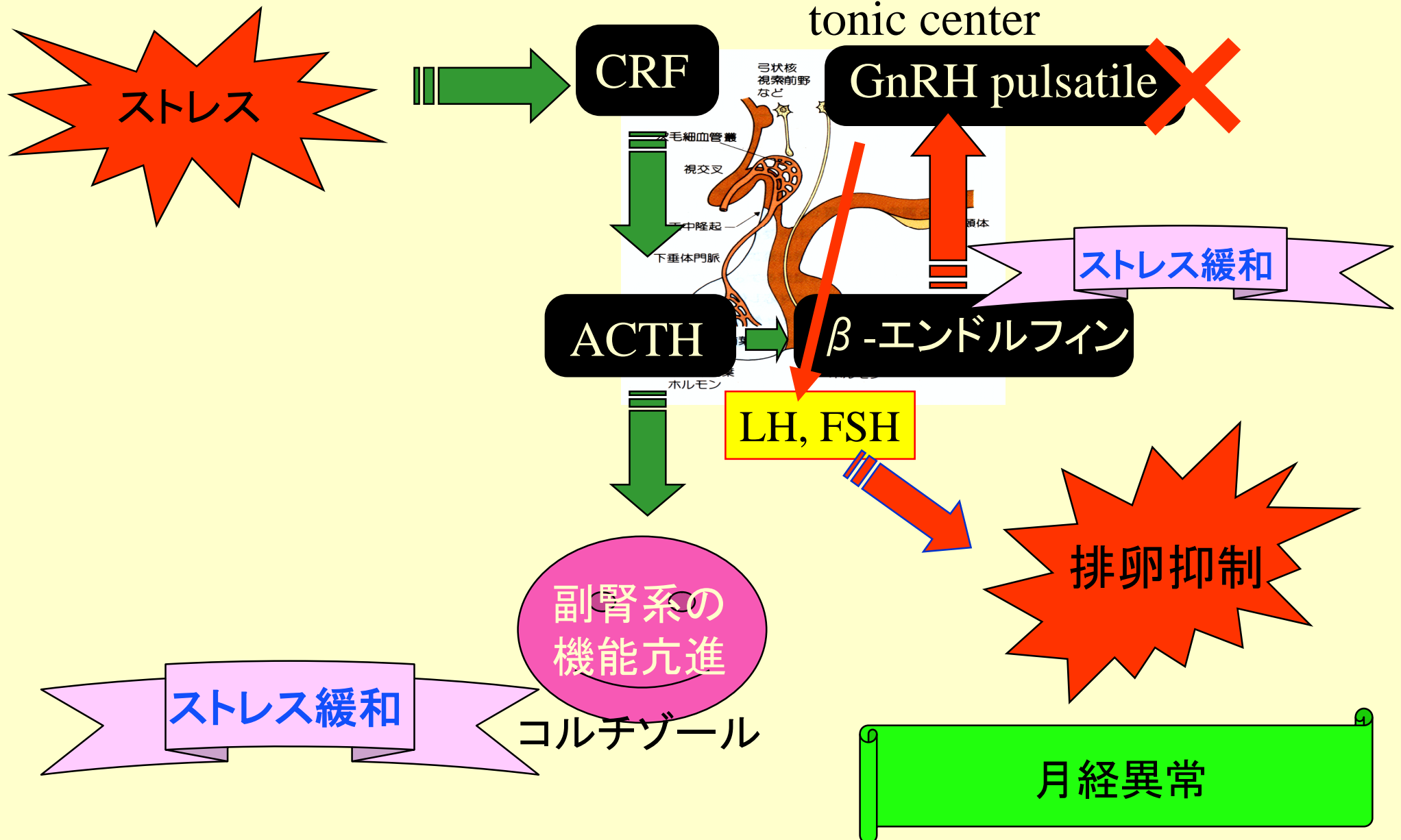
● 月経が3カ月以上ない続発性無月経

未熟性(卵巣機能の未熟)
ストレス性(入学、失恋等のストレス)
体重減少性(ダイエット、摂食障害)
運動性(水泳、マラソン、新体操等の過度の運動)



生活指導

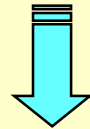
ストレスによる排卵障害の機序



ダイエットによる体重減少性無月経

3か月以内に元の体重の
20%以上減少する場合

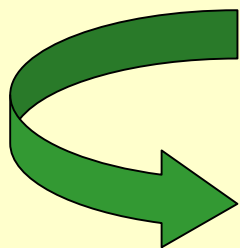
例えば50 kgの女性が40 kgになる



無理なダイエットは中止するように指導する

続発性無月経の対処の仕方

- 無月経期間が **8か月以上**では第2度無月経が多くなり、治療によっても自然排卵周期を回復しがたい
- 長期間に及ぶ低エストロゲン状態は妊孕性の低下や骨粗鬆症の発症にもかかわる



生活改善後4～6カ月経っても月経がない場合は治療

思春期の不正出血（機能性子宮出血）

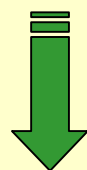
● 15日以上持続する性器出血

無排卵の破綻出血

学校生活に影響を及ぼす可能性がある場合に治療の対象



高度の鉄欠乏性貧血



心理的影響大



不安⇒ノイローゼ⇒不登校

思春期の月経痛

- 機能性で加齢とともに改善
- 無排卵では認められない

日常生活に支障がある場合に治療の対象



対処法

- 規則的な生活と十分な睡眠
- ストレッチ中心の適度な運動の継続
- 我慢しないで、鎮痛薬を痛みの出る前に！
- 低用量ピルも有効

子宮頸がん予防ワクチン

接種の意義

子宮頸がん

年間15,000人が発症し、3,500人が死亡
女性特有な癌の第2位

