

図2 骨粗鬆症の危険因子

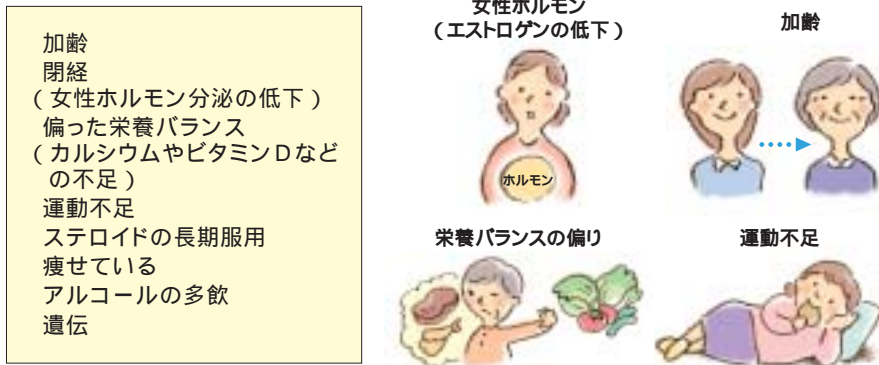


表1 高脂血症の診断基準

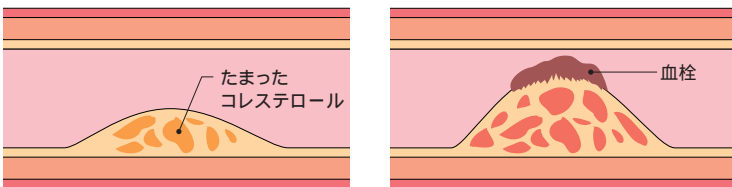
(血清脂質値:空腹時採血) (単位:mg/dl)

総コレステロール	LDLコレステロール	HDLコレステロール	中性脂肪
220以上	140以上	40未満	150以上

50歳代女性の2人に1人が総コレステロール高値者

高脂血症の人は年々増加しています。現在総コレステロール値が220以上を示す人の割合は、男性26.5%、女性36.1%、なかでも50歳代の女性では53.5%が該当します。他人事と思わずにもう一度、見直してみましょう。

図3 高脂血症を見逃していると、動脈硬化が進行していく



1. コレステロールが増えると、血管壁の内側に入り込んでこぶをつくる。
2. こぶを覆う膜が破れると、傷ついた部分を修復しようと血小板が集まって血栓をつくる。これが血管をふさいだり、血流を悪くする。

動脈硬化が進み、脳や心臓の血管の血流が悪くなると、心筋梗塞、脳卒中などを起すおそれがある!

必要なのは先入観にとらわれず、十分な理解により症状を自らの生活習慣の内から改善し、医療に依存しないことです。しかし、更年期障害と全く関係ない病気が隠れていることもあるので、症状があれば十分な検査、検査が必要です。

高脂血症

閉経後のエストロゲンの低下は血中LDLを蓄積し、さらに超悪玉といわれる小型LDLに変化させます。高脂血症とは血液の中の脂質が病的に多い状態をいいます。総コレステロール220 mg/dl以上、LDLコレステロール140 mg/dl以上といったものが一応の目安となっています(表1)。血液中の脂質が高いことにより血管の壁に取り込まれ、血管の壁が厚くな

ると同時に内腔が狭まることにより血液の流れが障害し、血栓ができやすくなったり、高血圧になつたりします(図3)。血栓は他のさまざまな所で血管を詰まらせて、臓器の障害をきたします。エストロゲンの補充により高脂血症が抑制されることが理解されてきましたが、動脈硬化を悪化させるといふ報告もあり、現在、動脈硬化の予防を目的としたホルモン補充療法は原則的に行なわないことになっています。

痴ほう、アルツハイマー病
更年期前後のエストロゲンの低下と記憶力の変化に相関が認められ、男

性より多かった女性の脳血流量は五十歳代の中ごろを過ぎると男女差が無くなるなど、脳の機能とエストロゲンの関係が示唆されています。

更年期症状の治療指針

ホットフラッシュや尿道、腔粘膜状態にはホルモン補充療法が推奨されます。ホルモン補充療法は症状があり、内分泌学的にエストロゲンが低値で、FSH、LHが高値を示し、卵巣の機能が低下していると判断される例に行なうことが原則です。また、ホルモン補充療法に含まれるエストロゲンは子宮と乳腺に対して発がん性を有

最後に

更年期障害は女性ホルモンの不足による自律神経失調症と考えられます。その症状は個人差が大きく、時には症状そのものが時間とともに変化することが多いのです。一般的にはほてりや発汗、のぼせといった血管運動神経系の症状が最も多いようです。外国との比較においては、更年期に対する理解とともに更年期障害が増える傾向もあり、治療対象数も増えるようです。

肩こりや腰痛などの骨格筋症状や頭痛、めまい、耳鳴りなどの症状については、やはり症状に応じた治療法となります。

骨粗鬆症や高脂血症に対してホルモン補充療法を第一選択せずに、全体的な症状を考慮して最適な方法を決定します。

するといつ報告もあり、長期間服用する場合は定期がん検診が必要です。精神症状についてはカウンセリングにより必要な治療を検討してもらいます。