

## 女性の健康づくりにおける課題について

( 分 野 )	( 委 員 の 主 な 意 見 )
健康づくり全般	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 啓発活動を行うとき、データをどう読み、どういうことに重点を置くかということは、大変重要な問題である。</li> <li>・ ライフステージによって女性の健康づくりへの取り組み方は変わる。</li> <li>・ 若年者を対象とした普及啓発は、思春期という観点から行うこととが必要であるが、月経関連障害やリプロダクションといった観点から行うことも必要である。</li> <li>・ 女性の健康づくりには、男性の理解を深めることもできるように実施する必要がある。</li> </ul>
栄養摂取と食育 過度のダイエット 等	<p>(若年期のやせ)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 近年、増加している。</li> <li>・ 適切な栄養が摂取されていない懸念がある。</li> <li>・ 骨密度に悪影響を及ぼすと考えられている。</li> <li>・ 若年者への栄養摂取等の普及啓発は、思春期の体づくりという観点からだけでなく、月経関連障害やリプロダクションといった観点から行うことも必要である。</li> </ul> <p>(更年期世代)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 気分が落ち込む等の症状により家事に支障をきたし、適切な栄養摂取ができないことも考えられる。</li> </ul> <p>(性感染症等)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 特に若年者に対し、性感染症の知識を普及啓発する必要がある。</li> <li>・ 子宮頸がんのリスク要因であるパピローマウイルス感染の予防に関し、普及啓発が必要である。</li> <li>・ 各種検診等の知識を普及啓発する必要がある。</li> <li>・ 性感染症の普及啓発方法（どのような形で、どのくらいの年齢を対象とするか等）について検討すべきである。</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 不妊で悩む女性へのサポートも必要である。</li> </ul>
<p><b>乳がん、子宮がん等</b></p>	<p><b>(各種検診等の受診率)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 乳がん・子宮頸がん等の検診受診率は欧米に比べて低い。</li> </ul> <p><b>(普及啓発等)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 検診率を上げるためには、がんの知識の普及啓発や財政的な支援が望まれる。</li> <li>・ がん治療後に社会復帰を果たした人（いわゆる「がんサバイバー」）を啓発活動にとりこむことも良い。</li> <li>・ 成人だけでなく、学校教育における普及啓発活動が必要である。 <ul style="list-style-type: none"> <li>※ 学校教育における普及啓発活動は、児童・生徒の母親にも効果が期待される。</li> </ul> </li> <li>・ 女性の健康づくりに関して男性の理解を深めるような視点が必要である。 <ul style="list-style-type: none"> <li>※ 子宮がんと乳がんは女性に特有であるが、がんで死亡する人数は胃がんや大腸がんのほうが多い。男性・女性の比較という視点での情報提示をう必要がある。男性は自分のところと、さらに奥さんのところを見ると期待される。</li> </ul> </li> </ul>
<p><b>更年期症状・更年期障害、骨粗鬆症、うつ</b></p>	<p><b>(月経関連症状)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 月経関連症状は、女性の就労や家庭生活等に影響を与えていると思われる。</li> <li>・ 月経前緊張症や月経痛の知識を普及啓発する必要である。</li> </ul> <p><b>(更年期症状・更年期障害)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 加齢に伴い、エストロゲン（女性ホルモン）の分泌は減少する。</li> <li>・ 更年期症状（更年期障害）は、「女性ホルモンの減少」「本人を取り巻く環境」「本人の気質」の3つが相互に作用して発現すると考えられている。</li> <li>・ 更年期症状（更年期障害）は、対症療法では改善しないことが多い。</li> </ul>

- ・ 医療従事者・一般女性の更年期に関する認識不足が複数科受診（ドクターショッピング）の原因のひとつである。
- ・ 日本では、女性ホルモン補充療法はあまり実践されていない。
- ・ 女性ホルモンを補充することで予防できる疾病もあることを普及啓発する必要があるのではないか。
- ・ 更年期には、不調を抱えていても受診に至らない潜在的患者が相当数いると推測される。
- ・ 閉経前には、女性の循環器疾患罹患率は男性よりも低いが、閉経後は罹患率が上昇する。

#### （骨粗鬆症）

- ・ エストロゲンの減少に伴い、骨粗鬆症に罹りやすくなる。
- ・ 若年期のやせが影響するともいわれている。

#### （骨折）

- ・ 高齢者では女性のほうが男性よりも頻度が高い。
- ・ 要介護状態となる原因の一つである。

#### （うつ症状等）

- ・ 一般的に、うつ症状を訴えて受診する患者は、女性のほうが多い。
- ・ 「更年期のうつ」と「精神科のうつ」とでは、対応を変える必要があるといわれている。
- ・ 更年期のうつは女性ホルモンの欠乏に関連があるとも言われている。

- ・ 更年期うつの頻度については、データが不足している。
- ・ うつ症状を訴える患者が内科を訪れることが多いため、内科医に対し更年期の知識を普及啓発する必要がある。
- ・ 女性の結婚、出産や育児の時期と、職場での昇格、家族の介護の時期など環境が大きく変化する時期と体調が変化する時期が重なることもあり、精神的な支援が必要である。
- ・ 女性の健康には、精神的な部分も大きく影響すると思われるので、食事・運動・美容などライフスタイルと医療の融合ということも考える必要もあるのではないか。
- ・ うつ症状には、長時間労働の影響もあると思われ、ワーク・

	<p>ライフ・バランスとの関連性を調査する必要もある。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ワーク・ライフ・バランスに関して、普及啓発する必要がある。</li> </ul> <p><b>(普及啓発等)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>思春期、妊娠・出産時、更年期におけるエストロゲン分泌量の変化や加齢に伴う変化、それらへの対処法等の適切な情報を国民や医療関係者に普及啓発する必要がある。</li> <li>女性センターや保健所等における更年期に関する相談窓口を充実する必要がある。</li> <li>地域医療の枠組みの中（地域の医師会や保健所など）で、更年期症状をサポートできる仕組みを考える必要があるのではないか。</li> <li>既にある地区組織や婦人会等を活性化させ、市町村や若年者も予防活動に組み入れるような魅力ある活動をしていく必要がある。</li> </ul> <p><b>(研究事業等)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>更年期女性の特性を明らかにするため生活習慣や経済状態と、疾病頻度（更年期症状やうつ等）の関連について大規模な研究する必要がある。</li> <li>女性の生涯における様々な問題について研究や情報発信をしていただく機関を期待する。</li> </ul>
<p><b>喫煙や飲酒、歯の健康等</b></p>	<p><b>(飲酒や喫煙等)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>女性のアルコール依存症は、重症化しやすいといわれている。</li> <li>アルコール依存のうち、更年期の不調がトリガーとなっているものも指摘されている。</li> <li>近年になって、女性の喫煙率が増加していることは問題である。</li> <li>禁煙に対する日本の中の取組は、世界と比べて緩やか過ぎないかという印象がある。</li> <li>喫煙の影響には性差があり、特に閉経前の喫煙習慣が健康へ及ぼす悪影響は大きい。データを示して普及啓発する必要がある。</li> </ul>

- ・ 女性のほうが、男性よりも気管支がたばこの影響を受けやすく、女性の方が慢性閉塞性肺疾患になりやすいことを普及啓発する必要がある。
- ・ 女性は男性とは違って、隠れて喫煙する傾向が強いといわれており、女性を対象に喫煙対策をするには、男性とは違った工夫が必要である。
- ・ また、男女に関わらず、吸えない環境をいかにつくっていくかという視点も重要である。

#### (歯科疾患)

- ・ 80歳になった時点で自分の歯を20本以上持っているが、男性は3割近くであるが、女性は約1割半である。
- ・ 歯科医療の枠組みや歯科に関する健康情報から抜けてしまった方々がいるのではないか。
- ・ 特に、更年期以降、歯の治療後に、「咬合時に違和感がある」「口腔内が粘つく」などの不定愁訴を発端として「うつ」になる女性が多い印象がある。
- ・ 歯周炎と動脈硬化や糖尿病に相関があるというエビデンスもあり、歯や口の健康と全身状態との関係についての普及啓発が必要かもしれない。