

## 女性にとっても身近な病気

# “子宮筋腫”

「子宮筋腫」は30～50歳代前半の女性によくみられる極めてポピュラーな病気です。皆さんの周りにも子宮筋腫の方がいらっしゃるのではないでしょうか。では、子宮筋腫ができるとどんな症状が出てくるのでしょうか？月経量が多くなり貧血になる、月経痛が強くなる、月経以外の出血、いわゆる不正出血がある、妊娠しにくくなったり、流産の原因にもなったりする…。今回は、とても身近な病気、「子宮筋腫」についてお話しします。

小池病院 産科部長 前田岳史

### まず、どんな病気なのでしょう？

「子宮筋腫」は子宮の筋肉内にできる良性の腫瘍(こぶ)です。成熟女性の約30%(3～4人に1人)に発生すると言われ、女性の腫瘍性疾患の中で最も多い病気です。

### 子宮筋腫の分類

「子宮筋腫」は発生する場所によって漿膜下筋腫、筋層内筋腫、粘膜下筋腫に分類されます

#### 漿膜下筋腫

子宮漿膜直下(子宮の外側)に発生した筋腫で、子宮の表面に向かって発育します。症状が軽いのが特徴です。

#### 筋層内筋腫

子宮筋層内に発生し、もっとも多い種類です。

#### 粘膜下筋腫

子宮内膜直下(子宮の内側)に発生

し、子宮内腔に向かって発育します。筋腫が小さくても過多月経や月経痛などの症状が強いです。特殊なものに分娩筋腫があります。

### 原因としては…

「子宮筋腫」がなぜできるのか、その原因については、実はよくわかっていません。月経が始まるまでの年代では子宮筋腫はほとんどみられないこと、閉経後には子宮筋腫が小さくなることなどから、子宮筋腫の発育には、エストロゲンやプロゲステロンなどの女性ホルモンが大きな影響を与えていると考えられています。また、遺伝性については、子宮筋腫の方がいる家系の場合、いない家系よりも3～4倍の確率で子宮筋腫が発生しているという報告があります。

### その症状

無症状のこともあります。次のような症状がみられます。

#### 月経過多

月経時の出血が多い。

#### 月経痛

月経時の腹痛、腰痛が強い。

#### 頻発月経

月経の回数が多い。

#### 不正出血

月経ではない子宮からの出血がある。

#### 腹痛や腰痛

月経痛以外の痛みがある。

#### 圧迫症状

子宮筋腫がかなり大きくなるとまわりの臓器を圧迫して症状が出ます。膀胱を圧迫して尿が近くなったり、尿が出にくくなったり、腸を圧迫して便秘になることがあります。

#### 下腹のしこり

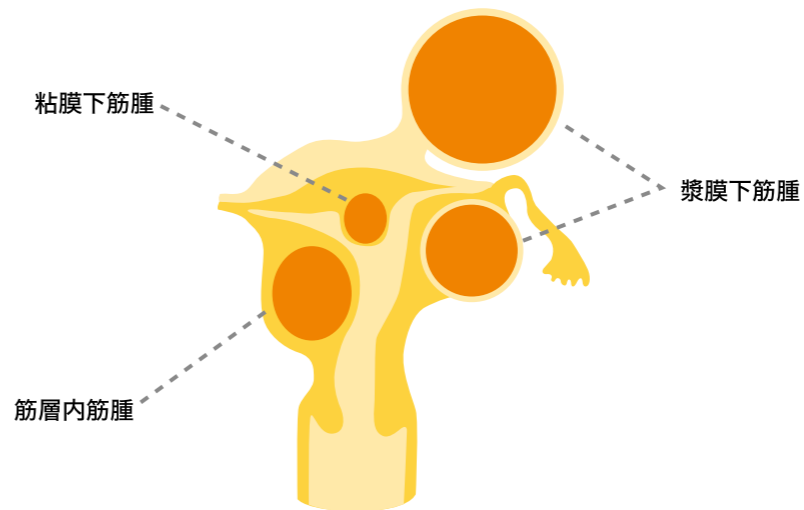
子宮筋腫が握りこぶしくらいの大きさになると、「しこり」として触れることがあります。下腹が出てくることがあり、太ったと勘違いすることもあります。

#### 貧血

月経血が多いと貧血になることがあります。軽症であれば無症状のことが多いのですが、重症の貧血であれば、動悸や息切れ、顔色が悪い、全身倦怠感などの症状が出てきます。

#### その他

不妊、おりものが増えるなどの症状があります。



## 診断法

### 内診

婦人科特有の診察法で、膣に指を入れて、別の手でお腹の上からはさむように診察します。子宮の大きさや筋腫の大きさ、位置、形、癒着の有無について調べます。手術の適応や手術法を決定するのに重要な診察法です。

### 超音波検査

経膣超音波診断(膣から超音波診断器具を入れて調べます)により、筋腫の大きさと位置、筋腫の内部状態を診断します。

### MRI

子宮筋腫と他の病気との鑑別に有効です。

### 血液検査

血液検査で子宮筋腫を診断することはできませんが、貧血の有無を調べます。

## 治療法

治療法には大きく分けて薬物療法と手術療法があります。どちらを選ぶにしても、以下のことに留意し治療法を選択します。

### 年齢

子宮筋腫は、閉経の時期を過ぎればそれ以上増殖はしません。閉経後は通常、筋腫の治療はなくなります。そのため45歳前後からは閉経までの期間を考慮しながら治療法を選

択しなければなりません。

**臨床症状と子宮筋腫の位置や大きさ**  
患者さんの訴えと子宮筋腫の因果関係を十分見極めた上で、最適な治療法を選択します。

### 妊娠希望の有無

将来妊娠を希望するか、しないかにより、治療法が変わります。

### 社会的制約

最近では既婚、未婚にかかわらず仕事を持つ女性が増えています。また、家庭内のさまざまな事情もあります。

このような社会的な条件も治療法を決める上では考慮する必要があります。

### 合併症の有無

合併症によっては選択できる治療法が限られる場合があります。心疾患、肝機能・腎機能障害の有無によっては、手術や麻酔のリスクを考慮する必要がありますし、高脂血症や喫煙などの理由によりホルモン剤による長期の治療はできない場合があります。

## 治療法の実際

### ● 無治療(経過観察)

無症状で小さい筋腫で、とくに希望がない場合には、定期的(多くは6ヵ月毎)に来院していただき経過を観察します。

### ● 薬物療法

**対症療法** 過多月経にともなう貧

血に対する造血剤治療、不正性器出血に対する止血剤、月経痛に対する消炎鎮痛剤などで症状の緩和を図ります。

**漢方療法** ホルモン療法や手術療法をするほど症状が強くない場合の選択肢として重要です。

**経口避妊薬(ピル)** 本来、避妊目的で使用される低用量ピルには、月経量を減少させたり、月経痛を和らげたりする副効果があります。

**GnRH 作動薬** GnRH 作動薬による偽閉経療法により卵巣機能は抑制され、無月経となります。それにともない子宮筋腫は縮小し症状も軽快します。しかし、使用を中止し卵巣機能が回復すると、筋腫の大きさは急速に治療前の大きさに回復してしまいます。また、卵巣機能が抑制されるための不快な症状、のぼせ、発汗などのいわゆる更年期障害の症状が出たり、長期投与による骨密度の低下やコレステロールが高くなるなどの副作用があります。

このため GnRH 作動薬の使用については、

[1] 手術予定で、過多月経による貧血の強い場合に手術までの待機治療として行う。

[2] 筋腫を縮小させて、開腹手術ではなく腔式手術を行うために用いる。

[3] 手術時の出血を少なくさせる目的で使用する。

[4] 閉経に近い患者さんに、中止したときに月経がなくなることを期待して使用する。

[5] 未婚の方で結婚まで筋腫の発育を抑制する目的で使用する場合があると考えられます。

### ● 手術療法

筋腫による症状が強く、にぎりこぶし以上の大きさであったり、短期間に大きくなって悪性の疑いがわずかでもあるとき、あるいは筋腫が不妊の原因となっている場合には手術療法が選択されます。

### 腹式単純子宮全摘術

開腹手術により子宮を全摘出する術式で、従来最もポピュラーな治療でした。この治療の長所は、過多月経や月経困難症も完全になくなり、筋腫の再発などの心配もなくなることです。また、どのように大きな筋腫にも対応できることなども利点です。卵巣腫瘍も子宮内膜症などを合併している場合にも同時に治療が可能です。ただし妊娠を希望する人には行えません。また、腔式手術と比べて腹部の傷のいたみが強く、術後の回復に時間を要することや、傷が残ることなどが欠点です。

### 腔式子宮全摘術

開腹せずに腔式で子宮を全摘出する術式です。術後の疼痛が少なく、早期の離床が可能で、皮膚に手術の傷が残らない利点があります。しかし、ある程度以上の大きな筋腫(赤ちゃんの頭くらい以上)や強い癒着がある場合にはこの手術は困難です。

### 筋腫核出術(開腹術)

妊娠の可能性を残すために筋腫の

みを摘出する術式です。妊娠を希望する患者さんで、筋腫による症状が強い場合、筋腫が不妊の原因になっていると推定される場合、また筋腫がある状態で妊娠し、妊娠、分娩に問題が起こると推定される場合に行われます。開腹で行う場合と腹腔鏡下で行う場合があります。

### 腹腔鏡下筋腫核出術

開腹せず筋腫を摘出します。ただし筋腫の大きさや位置によって腹腔鏡下でできない可能性もあります。開腹術や腹腔鏡下での筋腫核出術後に妊娠を希望される方は、筋腫の発生している場所にもよりますが、6ヵ月間は避妊が必要です。

## 当院の治療実績

当院では、可能な限り、術後に患者さんの苦痛が少ない腔式手術を行っています。

### 手術後について

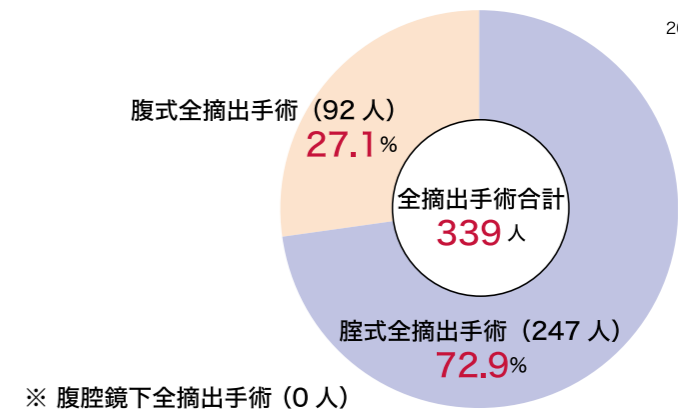
子宮全摘出手術を行った場合、退院後約1週間は休養し、その後は軽

い家事から始め、退院後4週間後にはもとの仕事に復帰できます。筋腫核出術後は、退院後2週間後には仕事に復帰できます。また、手術で子宮を摘出した場合、ホルモンの影響で更年期障害になると思っている人が多いのですが、まったくの誤解です。摘出するのはホルモンを分泌しない子宮で、ホルモンを分泌する卵巣は残しますので、ホルモンの分泌は手術後でもまったく変わりません。また、性生活も術後4週間後には通常と変わりなく行うことができますし、性感も変わりません。子宮を取ると女性ではなくなると思いこんでいる人がおられますが、決してそんなことはありません。

## 最後に…

もし、過多月経や月経痛でお悩みだったり、貧血を指摘されたりした場合には、一度婦人科を受診されることをおすすめします。

2011(H.23)～2015(H.27)/5年間



ハイ! **私がお答えします**

**I ANSWER THEME**

あなたは日常の診療を通して、疑問を持ちながら何気なくやり過ごしていることや訊きそびれていることはありませんか?このコーナーでは、患者さまをはじめそのご家族の、診療におけるさまざまな質問や相談に、当院と当グループクリニックの適任スタッフがお答えするコーナーです。

**Question**

生理や月経にまつわることを質問させてください。生理が来る日がバラバラなのですが心配ないですか?

月経周期は一般的に25~38日の間で来ていれば正常だといえます。ですから、毎月同じ日、同じ時期に出血が来なくても数日前後するのは正常範囲内です。月経周期とは<前回の月経が始まった日から次回の月経が始まる前日までの日数>をいいます。時々月経が終わった日から数える方がおられます。スタッフが月経をたずねた時は始まった日を教えてください。

**Question**

普段は規則的な月経周期なのに、今回は予定より3週間遅れました。異常ではないですか?

妊娠の可能性が全くなければ、からだがストレスを感じてホルモンバランスが乱れているかも?

原因としては

- [1] 過度なダイエット: 極端な食事制限、短期間で急激に体重を減らすなど
- [2] 激しいスポーツ
- [3] 日々のストレス: 仕事や学校、転居など環境の変化、人間関係など
- [4] 不規則な生活 など

女性のからだはとてもデリケートです。ちょっとしたストレスでホルモンバランスが乱れ月経周期にも影響します。思い当たることはありませんか?あれば生活スタイルを見直してみましょう。

**Question**

月経が2カ月に1回です。治療した方がいいのでしょうか?

妊娠の可能性がなく、近いうち妊娠の希望が無い場合は必ずしもそうではありません。先述したように、25~38日が正常な月経周期ですね。39日より長い場合は「希発月経」といいます(24日より短い場合は「頻発月経」)。問題は「排卵」が伴っているかどうかです。排卵がなくても月経様の出血が起こっている場合もあるのでそれを知るためにも「基礎体温」を測ることをお勧めします。2~3ヵ月測定して持ってきていただければ、ある程度排卵の有無は分かります。排卵がちゃんと起こっているならようすをみることもあります。ちなみに前の月経から3ヵ月以上期間があくと「無月経」といい、卵巣の働きがかなり落ちている可能性もあるので、早めに婦人科を受診してください。

**Question**

月経不順を治したいのですが…。

まずは基礎体温を測るといいですね。その上で必要があればホルモン検査をすることもあります。薬はホルモン剤や漢方などがありますので、医師と相談してみてください。

**Question**

今さらですが、基礎体温ってどうやって測ればいいのでしょうか?

基礎体温とは人が最低限のエネルギーしか使っていない状態の体温で、普通は朝目覚めてすぐの安静状態のまま測る体温のことをいいます。

- 体温計には必ず「婦人体温計」を使いましょう。普段の脇の下で使う一般的な体温計ではだめです。
- 朝目が覚めたら、ふとんに横になったまま体温計を口の中(舌の裏の付け根)にはさむようにして測りましょう(起き上がって動くと体温が上がってしまうので正確ではなくなります)。

- 測った体温をグラフにしましょう。婦人体温計は小数点以下の数字が2ケタ表示されるので、切り捨てず記録してください。(例) 36.58℃

<ポイント>

風邪で熱が出たり、寝不足などで体温に影響することがあれば記録しておきましょう。最近は携帯電話のアプリに基礎体温を記録している人も多いようです。できれば来院される前に紙のグラフに移してもらうと判断しやすいです。



**私がお答えしました**



准看護師 副主任 東屋香保里

# “小池やすはら 小児クリニック” 便利!



本年10月からB型肝炎ワクチンの定期接種が始まります。今までは任意接種で有料でしたが、定期接種となり無料となります。

通常は生後2ヵ月から接種を始め、生後3ヵ月で2回目、7～8ヵ月で3回目を受けて終了となります。そのため、2ヵ月からワクチンを始めていきますが、その時に受ける定期接種のワクチンは、Hibワクチン、肺炎球菌ワクチンに、B型肝炎ワクチンが追加されることとなります。

同時接種を基本として接種できますので、注射する本数が増えますが、予防できる病気はしっかりワクチンを受けて予防しましょう。ただし、赤ちゃんと同居する人や濃厚に接触する人にB型肝炎のキャリアの人がいる場合は、生後2ヵ月から始めるのではなく、生後すぐから接種を始めましょう。したがってその場合は、0ヵ月で赤ちゃん

が退院するまでに1回目を接種し、1ヵ月で2回目、5ヵ月で3回目を接種することになります。

ロタウイルスのワクチンは任意接種のままですが、冬場の嘔吐下痢の原因となるロタウイルス感染の予防効果が高いので、有料ではありますが接種をおすすめします。

また、例年通り10月の中旬からはインフルエンザワクチンの接種があります。このワクチンは生後6ヵ月以降のお子さんが対象となります。インフルエンザワクチンは接種していても罹患する可能性がありますが、脳炎を起こすなどの重症化を予防できるともいわれていますので、こちらも接種をおすすめします。

院長 安原伸吾

## KOIKE-YASUHARA Pediatric Clinic



待合ホールA



受付



待合ホールB



処置室

- 診療内容
- ・小児科一般外来
  - ・特殊外来
    - 予防接種
    - 乳幼児健診
    - 循環器外来
    - アレルギー外来
    - 甲状腺外来
    - 内分泌外来

診察時間		月	火	水	木	金	土
午前9:00～12:30	一般外来	●	●	●	●	●	●
午後2:00～4:30	特殊外来	○	○	○	○	○	○
午後4:30～6:00	一般外来	●	●	●	○	●	-

午前の受付は12:00まで。木曜日の午後4:30～6:00は予約のみの診療となります。

休診日 日曜日・祝日

※特殊外来は、予防接種・乳幼児健診・循環器外来・アレルギー・心疾患・低身長等の診察や相談に応じます(予約のみ)。

※一般外来は、発熱やかぜ、その他、特殊外来以外の病気の診察となります。

WEB予約 <http://koike-yasuhara.mdja.jp>



院長 安原 伸吾



医師 小池 美緒

週刊朝日 MOOK

# いい歯医者 2016

本気で探す 頼りになる

# いい歯医者さん 2016

Gakken Hit Mook

小池デンタルクリニックが  
選出されています



以前に比べ、患者さんが歯医者を選ぶ場合、「専門医」のいる歯科医院を探す方が増えてきたようで、そのため、それに応えるように毎年度「専門医」のいる歯科医院を紹介する本が発行されるようになりました。

一方では、「専門医」ってなんですか？と思われる方もおられるでしょう。前にも同じようなことを書きましたが、一般的な診療科の医者に例えて考えると分かりやすいかと思えます。医者は一括りにすれば皆医者ですが、内科・外科・産科・婦人科・麻酔科・小児科・眼科・耳鼻科…と、各種の診療科に専門の医者がいることは皆さんよくご存じだと思います。

同様に、歯医者もまとめればそうなのですが、「保存科」・「補綴科」・「口腔外科」をメインに多くの専門の診療科があります。大学病院などで治療を受けられたことのある患者さんであれば馴染みがあるかと思いますが、最寄りの歯医者しか受診されたことのない方には、聞いたこともない診療科に戸惑うのではないのでしょうか？むしろ「小児歯科」や「矯正歯科」のほうが聞き覚えもあると思えます。

ところで、標榜しているからと言って歯医者皆、それぞれの学会から認められた「専門医」ではありません。例えば先述のメインの3科「保存科」・「補綴科」・「口腔外科」の各学会の専門医は福山市では合計で10名いません。

虫歯などで歯が欠けたり失われたりした場合に、銀歯や白い歯などの被せ物、ブリッジ、入れ歯、インプラントなどで

治療を行う専門科が「補綴科」なんですが、「専門医」は3名（その内の1名が私です）と非常に少ない状態です（2016.9.4 日本補綴歯科学会 HP 参照）。皆さんに馴染みのある「小児歯科」ですら「専門医」はやはり3名です（2016.9.4 日本小児歯科学会 HP 参照）。

このような状況の中、医者としては「出産は産婦人科の先生に診てもらいたい」、「子どもは小児科で診てもらいたい」などと同じように、歯医者の治療で専門の先生に診てもらいたい、と思うことがあるのではないのでしょうか。

ところが、歯医者の「専門医」は人数が少ないため、どこに行けば診てもらえるかわからない、といった状態で、近くのコンビニに行くがごとく、便利さで近所の歯医者に通っている場合が多くなっているのではないのでしょうか。そんなとき、「どこで専門の先生が開業、もしくは勤務しているか？」をまとめて記載してくれている本があれば…、と思えますよね。こういったニーズにあわせて、「専門医のいる歯科医院」を紹介する本が毎年度発行されるようになってきました。

■ 週刊朝日 MOOK いい歯医者 2016

■ 本気で探す 頼りになる いい歯医者さん 2016  
Gakken Hit Mook

それぞれ出版社は違いますが同様のコンセプトで発行されているものです。どちらの本も「口腔外科」はどちらかと言

えば一般の患者さんが探して行く診療科というよりも、大変な外科手術などで一般の歯科の先生が手に負えない場合に依頼することが多い診療科であるため、記載からは外されているようで、「保存科」・「補綴科」を主体とし、いくつかの学会の「専門医」を加えたかたちでまとめてあります。

「保存科」は歯周病の治療など、衛生士が歯石を除去し、歯ぐきを治していく、回復していくような治療がイメージで分かりやすいでしょう。

「補綴科」は先述のように虫歯などで歯が欠けたり失われたりした場合に、銀歯や白い歯などの被せ物、ブリッジ、入れ歯、インプラントなどで失われた身体の一部を商品で補う治療であり、一般の医療でいえば義手・義足などをイメージすると分かりやすいかもしれません。日常の診療の大部分がここに分類されてきます。

「保存科」・「補綴科」を主体として「専門医」が特集されているのがなぜか分かりますよね？もちろん、「専門医」以外にもいい歯医者はいませんが、日本でも有数の大きな学会で、ちゃんと審査を受け、条件を満たせた人が「専門医」の資格を与えられているので、「専門医」であることは歯医者選びの指標の一つにはなると思えます。

今まで「専門医」を知らなかった人も、これから歯医者を探すとき、こういった本を参考に「専門医」をみつけて治療を受けてみてはいかがでしょうか？より良い治療に巡り合えることと思います。

## KOIKE Dental Clinic



ロビー



カウンセリングルーム



診察室

小池デンタルクリニックは…

- 「一般歯科」ですのでお気軽にお訪ねください。予約診療制をとっています。
- 患者さまのご意向を確認しながら治療を進めます。診療方針として、「歯1本」ではなく、「口の中全体」を1つの単位として治療計画を立ててまいります。
- 患者さまのプライバシーに配慮し、診療室はすべて個室となっています。
- 治療計画などをご説明したり、お悩みをお聞きしたりするためにカウンセリングルームを設けています。



院長 小池 秀行

歯学博士  
日本補綴歯科学会専門医

※歯が欠けたり失われたりした場合に、かぶせ物、差し歯、ブリッジ、入れ歯（義歯）、インプラントなどの人工物で補い、機能・審美を回復することを専門とし、学会で認められた歯科医師です。  
社団法人日本補綴歯科学会 <http://www.hotetsu.com/p1.html>



LED 照明付歯科用双眼ルーベ  
\*全スタッフが所持しています。



口腔外  
パキューム



LED 無影灯



LED 照明付タービン

使用器材の衛生管理のため、洗浄・消毒に関する国際規格 (ISO15883) に基づいた高度な洗浄・消毒や、高い安全性を追求した滅菌システムを採用しています。



ホルホープ (ガス滅菌器) クアトロケア (自動注油洗浄器) スティティム (高圧蒸気滅菌器) Lisa (高圧蒸気滅菌器) ミーレジェットウォッシャー (洗浄・消毒器)



ピエゾン  
マスターサージェリー  
(超音波振動外科手術器)



炭酸ガスレーザー  
歯科用CT

- 診療内容
- ・ 歯科一般外来
  - ・ 審美
  - ・ インプラント
  - ・ 歯周外科
  - ・ 口腔外科

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9:00~12:30	●	●	●	-	●	●
午後2:00~6:00	●	●	●	-	●	●

休診日 木曜日・日曜日・祝日 ※祝日のある週は木曜日診療