

生理が不順なのですが...

過度なダイエットや不規則な生活などで起こる生理不順。心配なのは、不妊につながる無排卵月経で、治療の必要もある。四国こどもとおとなの医療センターの近藤朱音周産期内科医長に生理不順や無排卵月経の原因、治療法などについて聞いた。

生理不順とは？

前回の月経が始まった日から次の月経が始まった前日までを数えてみて

けの状態を測る。1、2カ月基礎体温を付けてみて、基礎体温が低温期と高温期に分かれていれば、排卵はあると考えら

とで、不妊につながる。妊娠を希望していない人や若い人だと、無排卵でも問題がないと考えるかもしれないが、治療は半年ごとに評価しながら行う。いざ妊娠したいとなったときに治療に時間がかかってしまうので、自分の状態を把握しておくのが望ましい。

基礎体温調べて確認を

ほしい。生理周期が25、38日であれば、心配する必要はない。それよりも短い、長いという場合は病院に相談することをおすすめする。婦人用体温計を使って、基礎体温を調べてみよう。

調べ方は？

基礎体温は朝、起き抜

れるので特に問題はない。月経周期の後半も基礎体温が上がらない、つまり高温期がなく低温期のみの方は無排卵月経の可能性があり、治療が必要だ。また、病院を受診する際には基礎体温をグラフにして持っていくと、診断の参考にしやすい。

無排卵月経って？

その名の通り、月経が来ても排卵がないこ

どうやって診断する？

採血でホルモンの値などを見るほか、超音波検査で子宮や卵巣の大きさ、腫瘍の有無などを観察する。

原因は？

生理不順の原因で最も多いのが、過度なダイエット。喫煙や不規則な生活、肥満、ストレス、激しいスポーツなどで生理不順になる人もいる。

健康ラボ

Health laboratory

過度なダイエット、ストレスに注意

今日のドクターは...

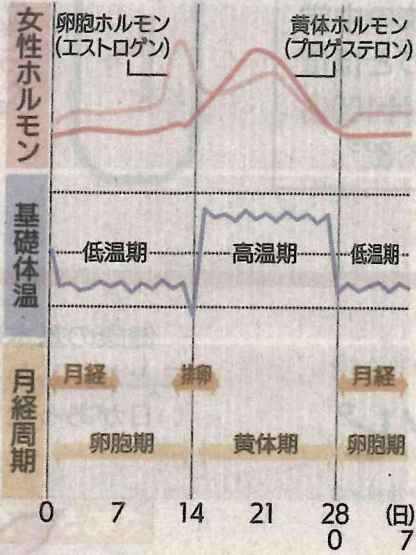
近藤 朱音 先生

四国こどもとおとなの医療センター周産期内科



こどもと・あかね 東海大大学院修了。同大医学部付属病院 総合母子保健センター愛育病院などを経て、2013年4月から現職。日本産科婦人科学会専門医、日本周産期新生児学会専門医、臨床遺伝専門医・指導医、日本超音波医学会超音波専門医。医学博士。

月経周期と基礎体温の変化



治療方法は？

基礎体温が低温期と高温期の2層になっている人は、基本的に経過観察で大丈夫。無排卵だった場合はまずは生活を整え、ストレスを取り除く。女性ホルモンによる治療や排卵誘発剤を使用することもある。

生理が来ない人は？

月経が止まったままにしておくと、子宮の機能は低下してしまう。もし3カ月生理が来なかったら、病院を受診しよう。無月経は、エストロゲン

されていない「二度無月経」があり、いずれもホルモンを投与したり、排卵誘発剤を使用して治療する。

40代からの生理不順は

40代以上の人の場合、無排卵月経は自然と増えてくるが、不順な生理の中に不正出血が混ざっていき、がんの兆候の可能性も。子宮頸がん、子宮体がんの検診を受診してほしい。

は分泌されているが、プロゲステロンが分泌されていない「一度無月経」と、エストロゲンとプロゲステロンの両方が分泌