

特集 2 ジェネラリストにおける 女性更年期障害の診断と マネジメント



いのうえ まちこ
井上 真智子

浜松医科大学 地域家庭医療学講座
特任教授

要旨

本稿では、ジェネラリスト（一般内科医・総合診療医・家庭医など）が更年期女性を診療する際の診断・マネジメントの要点を示す。更年期症状は、血管運動神経症状から非特異的な疲労・気分変動まで多様で、Bio-psycho-socialアプローチによる全人的評価と他疾患との鑑別が重要である。血管運動神経症状に対してはホルモン療法が第一選択だが、その他の症状には非ホルモン療法や漢方薬も有用である。この時期の女性に多い潜在的鉄欠乏は貧血がなくとも身体・精神症状を引き起こすため、積極的に評価・治療する必要がある。生活習慣・栄養改善、運動、ストレスマネジメントなどを統合的に行い、更年期を健康増進とエンパワメントの機会と捉え直すことが望ましい。

キーワード

Bio-psycho-socialアプローチ, 個別化ケア, 潜在的鉄欠乏, エンパワメント