

女性の健康と幸せのために！



江夏 亜希子 四季レディースクリニック

<プロフィール> 都城市生まれ。宮崎西高校から鳥取大学医学部卒。鳥取大学産婦人科で産婦人科医としての研修を積み、2004年から東京大学大学院教育学研究科身体教育学講座でスポーツ・健康医学を学ぶ。2010年東京・日本橋人形町で四季レディースクリニックを開業。資格：医師・医学博士、日本産科婦人科学会認定産婦人科専門医、日本スポーツ協会公認スポーツドクター、日本女性医学学会認定女性ヘルスケア専門医、日本産婦人科医会女性保健委員。女性が自分らしく生き生きと暮らせる社会を実現するために、クリニックでの診療の傍ら、執筆・講演活動に力を入れている。



産婦人科ってなにをやる場所？

これまで産婦人科は、「周産期（妊娠・出産）」「腫瘍（子宮や卵巣の病気）」「生殖内分泌（不妊治療）」を「三本柱」として発展してきました。しかし、それだけでは女性の健やかな一生をサポートできません。日本産科婦人科学会では2014年にこの3つの分野を土台から支える「女性医学（女性ヘルスケア）」を4つ目の専門分野として認定し、「QOL（生活の質）の維持・向上のために、女性に特有な心身にまつわる疾患を主として予防医学の観点から取り扱うことを目的とする」と定義しました。これからの産婦人科は「病気になってから仕方なく行くところ」ではなく、**病気にならないように、なっても早く治療できるように、気軽に受診できる場所**を目指しています。

子宮がん検診、受けていますか？

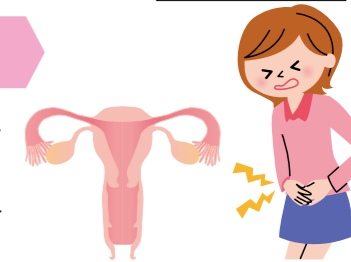
若い女性に増えている子宮頸がんはHPV（ヒトパピローマウイルス）が原因。HPVは性交経験のある人の8割は一生に一度は感染するとされたとでもありふれたウイルス。一部の人々がウイルスを排除することができずに「がん」まで進行します。「前がん病変（がんになる手前の段階）」で見つけることができれば、子宮を失うことなく治療が可能です。そのために大切なのは不正出血などの自覚症状がないうちに定期検診を受けること。市町村か職場の健保組合の**助成を利用すれば、お財布にも優しいですよ！**

詳しくは、「がんネットみやざき」のHPへ！▶



生理（月経）のトラブル、我慢しないで！

「職場や市町村でがん検診を受けてるから大丈夫！」そう思っていますか？残念ながら検診では「子宮頸がん以外の病気」は見つけれられません。何か症状があれば、保険証をもって産婦人科を受診しましょう。症状に合わせて必要な検査や治療を受けられます。



生理痛が強い女性で気を付けたい病気は子宮内膜症。子宮内膜は、赤ちゃんが育つ子宮内に毎月準備されますが、妊娠しなければ月経血として排出されます。この子宮内膜がそれ以外の場所に「飛び火」するのが子宮内膜症。強い月経痛を引き起こし、不妊の原因にもなります。若いうちから妊娠・出産を繰り返した昔の女性に比べ、初経が早く、初産の平均年齢は30歳を超え、出産数も少ない**現代女性は子宮内膜症になりやすい**のです。

10代から月経痛が強い人は、将来子宮内膜症になる確率が高いこともわかってきました。そこで注目されているのが**低用量ピル**。女性ホルモンを内服することで排卵を抑えるため、避妊薬として有名ですが、月経痛や経血量を軽くするので、月経困難症治療薬として2008年以降保険診療薬となり、子宮内膜症のリスクも下げることが期待されています。**若い女性が生理痛で悩んでいたなら、産婦人科受診を是非お勧めください。**

日本産科婦人科学会では、この子宮内膜症など、女性特有の病気の情報をわかりやすく解説するHPも作っています。どうぞ活用ください。



女性のミカタ！ かかりつけ産婦人科医をもちましょう！

思春期から性成熟期、更年期、老年期と大きく変化する女性の一生。それをサポートする視点を持った産婦人科医はどこにいるの？ **あなたのパートナードクターを見つけるのに参考になるHPもご活用ください！**

- ・日本女性医学学会認定 女性ヘルスケア専門医 <http://www.jmwh.jp/n-kinrin-kyusyu.html>
- ・日本産科婦人科学会「女性のヘルスケアアドバイザー養成プログラム」修了者一覧 http://www.jsog.or.jp/modules/committee/index.php?content_id=9
- ・女性アスリート健康支援委員会 講習会受講者リスト http://f-athletes.jp/doctor/result/r45_miyazaki.html

医師になったきっかけは？

最も大きかったのは父方の祖母の影響です。明治生まれの祖母は兄や弟が医者になる中、「女だから」という理由で許されず、子や孫の誰かを医者にするのが夢になったそう。父は8人兄弟の末子ですが、子の代では叶わず、末孫の私に期待をかけた様です。小さい頃から「あんたはよかねえ、今時はおなごん子も医者どんになるっよ。がんばらんね！」と言われて育ちました。私は「学校の先生」になりたかったのですが、中学2年生の夏、部活（水泳）のし過ぎで体調を崩した時にテレビでロス五輪を見て、スポーツドクターになることが夢になりました。



どうしてスポーツドクターなのに産婦人科？

私には年子の兄がいて、兄がすることは何でも真似したかったのです。でも兄がしていた柔道や野球などは「女子にはもつてのほか」という雰囲気でした。平成に入ってから、格闘技も含む多くのスポーツで女性が活躍できるようになってきましたが、多くの女性が「激しいスポーツをして女性として本当大丈夫か？」と不安を抱えていることも耳にするようになりました。自分自身が強い月経痛に悩んでいたこともあり、当時はまだあまり重視されていなかった「**女性のためのスポーツ医学**」を学び、広めたいと思って産婦人科医になりました。

スポーツ医学から女性の健康医学へ

オリンピックのような華やかな世界に憧れてスポーツドクターを目指した私ですが、スポーツ医学の現場は「一流選手の故障を治す」ことではなく、「スポーツを楽しむすべての人」を対象に「故障を起こさせない」ための「予防医学」にいち早くシフトしていました。ところが、自分が専門としている産婦人科の分野では、予防が非常に立ち遅れている！それにすぐ気づき、なんとかかしたいと思うようになりました。

実は、**女性が悩む病気の多くは早期発見・早期治療が可能です**。それに関わらず、多くの女性が婦人科検診を受けていない、困った症状があっても我慢してなかなか受診しない。ようやく受診したときには、子宮や卵巣を失ったり、治療の甲斐なく命を失ったり…。そしてつづやくのです。

「こんなことならもっと早く受診すればよかった」
そんな後悔の言葉を口にする女性を一人でも減らしたいと思うようになったのです。

「**全ての女性に婦人科のかかりつけ医がいるのが当たり前**」

そうなることが今の私の夢です。

故郷・宮崎の女性たちがもっと元気に生き生きと暮らせますように！

