

せせらぎ Se Seragi



UKITA CLINIC

月経困難症 について

No.109号

発行日：2014年4月5日(土)

発行者：浮田 徹也

発行所：医療法人 せせらぎ会 浮田クリニック

〒520-0242 滋賀県大津市本堅田 6-36-1

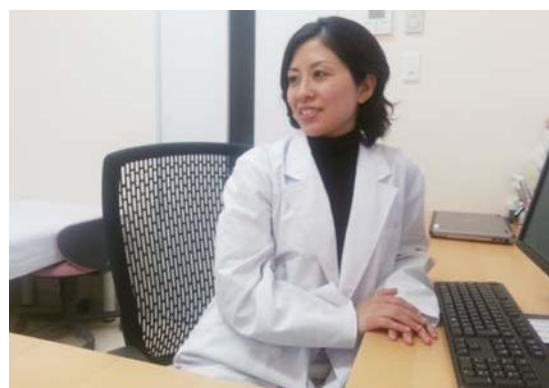
☎077-574-3751 ☎077-574-3792

HP: <http://www.ukita.gr.jp>

✉ e-mail: kanpou@ukita.gr.jp

この度 浮田クリニックで勤務することになりました、浮田 恵と申します。京都生まれの京都市育ち、この4月からは滋賀県在住です。滋賀県は京都の隣の県ということもあり、友達の家遊びに来たり、バーベキューやドライブなど楽しいイベントで足を運ぶ機会も多く、馴染みのある地でした。現在は土曜日だけの勤務ですが、8月からは常勤として勤務予定で、堅田を中心とした滋賀の地域医療に貢献できればと思っています。現在までは、京都第一赤十字病院で研修医として勤務したのちに、同病院で産婦人科医として勤務、周産期医療、がん診療、子宮内膜症や子宮筋腫、骨盤臓器脱などの婦人科疾患の診療に携わってきました。浮田クリニックでは、その経験を生かしながら、総合病院ではできない、きめ細かい診療を心がけていきたいと思っています。趣味は旅行と美味しいものを探ること。美味しいうわさを聞けば、食べに行ったり、買いに行ったり、作ってみたり。堅田でもたくさん美味しいものを探していこうと、とても楽しみにしています。

さて、今回は多くの女性が抱えている悩み、月経困難症についてお話させてもらおうと思います。「痛み止めで飲んでも痛みが治まらない」「痛みで仕事に集中できない」。月経困難症とは、月経中に日常生活に支障が出るくらい強く、腹痛や腰痛、頭痛などの症状が出る疾患のことを言います。腹痛・腰痛・頭痛のほかに、吐き気、疲労、いろいろ、食欲不振、下痢などの症状を伴うこともあります。月経痛は厚くなった子宮内膜がはがれる時に起こる痛みで、専門的には、プロスタグランジンなどの内因性生理活性物質による子宮の過収縮や頸管狭小が原因とされています。痛みは月経の初日、および2日目頃の出血が多い時に強い傾向にあります。通常は、まずは痛み止めの内服により、痛みのコントロールをします。痛くなった時に、痛み止めを頓服、また、初日・2日目など痛みが強い日は、痛くなる前に痛み止めを飲んでいただいたり、痛み止めを定期的に内服していただくことで、痛みを効果的に抑えることができます。痛み止めの内服だけでは難しい場合は、低用量エストロゲン・プロゲスチン製剤（LEP 製剤）を用いることがあります。LEP 製剤は排卵を抑えることで、月経の波を全体的に穏やかにする作用があります。子宮内膜が厚くならないため、出血量が減り、月経痛が軽くなります。経口避妊薬（ピル）として長年使用されている LEP 製剤ですが、近年は月経困難症に対して保険診療内で使用できるようになりました。副作用としては、吐き気、むくみ、不正性器出血などがありますが、内服を続けることで、症状が軽くなることが多く、また LEP 製剤には様々な種類があるため、他の製剤に変更することで解決することもあります。最近では LEP 製剤の、静脈血栓症の副作用が大きな話題となっています。静脈血栓症とは、静脈に血の塊りができて、血流を止めてしまうもので、脚の静脈に血の塊りができる「下肢静脈血栓症」、肺への静脈に血の塊りができる「肺静脈血栓症」などがあります。LEP 製剤による静脈血栓症の頻度は、決して高いものではなく、LEP 製剤を服用していない女性の静脈血栓症の発症リスクが年間1万人に1～5人であるのに対し、LEP 製剤服用女性では3～9人と報告されています。妊娠中及び、出産後12週間の静脈血栓にな



患者さま一人一人のお悩みに、できるだけきめ細やかに対応した診療をこころがけています。

るのは、それぞれ年間1万人あたり5～20人および40～65人と報告されており、妊娠中や分娩後に比較するとLEP製剤による血栓症の頻度はかなり低いとされています。LEP製剤は経口避妊薬として長年使われている薬で、その服用者は世界で1億3000万人とされており、上手に使用すれば非常によい薬です。但し、慎重に検討が必要な場合がありますので、診察時に十分問診を行った上で、処方させていただいています。

「生理痛がだんだんひどくなってきた」「痛み止めを3～4日飲まないと痛みが治まらない」といった場合は、単なる月経困難症ではなく、子宮内膜症や子宮腺筋症、子宮筋腫などの病気が原因となる「器質性月経困難症」であることがあります。そのような場合は、痛みのコントロールと同時に、原因となっている病気の治療が必要となってきます。

「毎月痛いのは当たり前」と思っておられる方が多い月経痛ですが、我慢しすぎず、お気軽にご相談ください。毎月の月経痛と上手に付き合い、心地よく暮らしましょう。

浮田 恵

子宮内膜症

本来子宮内腔にある子宮内膜に似た組織が、子宮の内腔以外の場所で増殖する病気。腸の表面や卵巣、場合によっては肺などの場所にできることもあります。卵巣ホルモンの働きにより、増殖・出血するが、子宮の中と違い、血液を出すことができないため、血液がたまり、炎症を起こします。卵巣に血液がたまったものを「子宮内膜症性嚢腫」別名「チョコレート嚢腫」、子宮の壁の中で組織が増殖する場合を、「子宮腺筋症」と言います。月経痛がきつい、月経量が多い、といった症状が出たり、また、炎症を繰り返すことにより不妊症の原因となることもあるため、鎮痛薬・LEP製剤による治療を行います。



月経前症候群

女性ホルモンには「エストロゲン」と「プロゲステロン」の2種類のホルモンがあります。エストロゲンは肌をしっとり保ったり、髪をつやをよくしたり、女性としての魅力を発揮させ、妊娠へと導くホルモンです。一方、プロゲステロンは排卵後に優位になり、子宮の内膜をふかふかに、妊娠への準備をしているホルモンで、妊娠した場合は体温を上げて、妊娠を維持する作用があります。月経前症候群とは、月経3～10日前のプロゲステロンが優位となる時期に続く、精神的もしくは身体的な症状で、月経がくると急に症状が軽くなるか、もしくはなくなるものを言います。症状としては、イライラ・下腹部膨満感・腹痛・頭痛・乳房痛・ゆううつなどが挙げられます。症状が強い場合は、痛み止めや抗不安薬や抗うつ剤、LEP製剤、また漢方などによる治療をします。





お祝いディナー（専用レストランでフルコース） 食事（和食 洋食） 季節により、多彩なメニューをご用意しています。



ヨガ



エステ（入院中1回無料）

分娩の立会いについて

当院では分娩中に旦那さんだけでなくご家族の立会いもして頂けます。また、待ち会い室にいてもiPadで出生直後の赤ちゃんの様子をみて頂けます。帝王切開の場合でも立会いして頂けます。

マタニティーヨガ

マタニティーヨガのインストラクターによる教室です。毎月2回実施されています。4階のお部屋からの景色もお楽しみください。当院分娩の方：1000円、他院分娩の方：1500円

妊婦健診 携帯またはパソコン予約

この度、当クリニックではWEB（携帯・PC）予約システムを導入致しました。午前診・午後診の「順番取り」となります。

（時間指定の予約ではありません。）

「妊婦検診」のみ予約をお取りいただけます。

妊婦健診WEB予約受付時間

午前9：15～午後12：15

午後4：45～午後6：45

ご来院窓口受付時間

午前8：30～午後12：30

午後4：30～午後7：00

※受付時間内であればWEB予約終了後でも来院窓口受付をさせていただきますが、予約の方が多い場合は待ち時間が長くなる事があります。※予約の方は余裕を持ってご来院ください。



漢方入浴剤

- ・美芳湯：冷え症、湿疹、あせも、にきび・・・
- ・昇竜湯：腰痛、肩こり、神経痛、疲労回復・・・
- ・アトピーの方の漢方入浴剤もお作りします。

従業員募集

看護師、助産師（常勤、パート）、清掃業務従業員。
面接：随時、各種保険加入、賞与：年2回、交通費支給。

提携病院との密な連携診療

- 当院は、
- ・大津赤十字病院 産婦人科、新生児科
 - ・大津市民病院 産婦人科
 - ・滋賀医科大学付属病院
 - ・京都大学医学部付属病院
 - ・京都第一赤十字病院 産婦人科

の病院と提携していますので、妊婦さんや赤ちゃんに何かあればすぐに連携して診察に当たりますのでご安心ください。



アトピー軟膏健康食品（グルコサミン、コンドロイチン、のどアメ）

漢方薬（生薬）のみで作られた軟膏です。

- ・紫雲膏・太乙膏・葉酸（鉄）・霊芝・サメ軟骨・快步楽
- ・のどアメ（ハーブ イチゴ）

スーパーライザー（神経照射）

赤い温かい光（近赤外線）で血行をよくし、腰痛、肩こり、五十肩、膝の痛み、ムチウチ、捻挫、アトピー性皮膚炎、花粉症、ストレス…などの治療に利用しています。

予防接種 ワクチン接種

子宮頸癌予防ワクチン、インフルエンザ、BCG、四種混合（DPT-IPV）、三種混合（DPT）、麻しん・風しん（MR）、日本脳炎、水ぼうそう、ポリオ、ロタウイルス、おたふくかぜ、Hib（インフルエンザ菌b型）、肺炎球菌ワクチン（小児用 プレベナー）（高齢者）、その他

健康保険証の確認

保険証は毎月確認することになっています。保険が使えなくなると困りますから、保険証の変更は、早急に受付に連絡して下さい。

一緒にお仕事しませんか？



外来診察時間

	月	火	水	木	金	土	日
9:00 ~12:30	○	○	○	○	○	○	—
14:00 ~15:30	産後健診 予防接種 胎児スクリーニング外来	—	産後健診 予防接種 胎児スクリーニング外来	—	—	—	—
16:30 ~19:00	○	—	○	—	○	—	—

女性医師外来（土曜日）：浮田 恵医師と京大病院の女性医師が毎週土曜日に女医外来を担当しています。
4月より胎児スクリーニング外来が始まります。（月・水曜日 14：00～15：30 1名/20分 予約制）
当院分娩予約の方 3000円 他院分娩予約の方 5000円

マタニティクラスのご案内

場所：当院4階 多目的ルーム
申込方法：申込ノートでご予約をお願いします。

立会分娩ご希望の方は特にご参加をお薦めします。（申込ノートにお名前を記入をお願いします。）
マタニティクラスでは院内冊子の「HELLO BABY」にそって、お話をすすめていきます。
ご夫婦での参加も多くご主人様もお気軽にご参加ください。
参加時には「HELLO BABY」「母子手帳」を忘れずにお持ち下さい。



マタニティヨガ
14:30-16:00

4月3日(木) 4月17日(木)

前期-マタニティクラス
13:30-15:30

4月10日(木)

後期-マタニティクラス
13:30-15:30

4月24日(木)

堅田で見つけたおいしいものの第1号

嶋屋さんのいちご大福 バナナとくるみの大福

いちご大福は大粒のいちごがはいっていて、お餅はふっくら柔らかく、食べ応えがあります。バナナとくるみの大福はいちご大福に比べ、小ぶりですが、食べやすい大きさで、バナナとくるみのコラボレーションが絶妙です。



『御菓子処 嶋屋本店様』

分娩予約

妊娠20週までに受付で予約して下さい。ご予約には、**分娩・入院予約申込書**が必要です。予約された方には、**入院誓約書**、**直接支払い制度合意書**をお渡しします。

パソコンホームページ (<http://www.ukita.gr.jp>)

- ・トップページ（お知らせの欄、診療日程カレンダー）
- ・産科と婦人科のページ（入院、食事、各種教室、指導）
（癌検診、不妊症、更年期障害）
- ・漢方治療のページ（漢方治療）
- ・各検診と予防接種のページ（健診、ブライダルチェック、予防接種）
- ・当院の施設案内、当院への交通（車、JR）

産後相談 母乳相談（助産師）

産後相談と母乳相談（有料）（乳房マッサージ）をしています。
午後2時～2時30分、2時30分～3時、3時～3時30分。
日程はホームページでお確かめください。（電話予約可）

産後健診 ベビー健診

産後健診と1ヶ月、2ヶ月、3ヶ月健診（有料）・4ヶ月児健診（公費）をしています。日時：毎週月、水曜日 午後2時～3時（電話予約）

分娩生活

正常分娩の場合、入院日を含め、初産婦の方は6日間、経産婦の方は5日間です。当院では立会い分娩を推奨しています（帝王切開を含む）。調乳及び飲み水は還元水を使用しています。

里帰り出産を予定されている方へ

当院は里帰り出産を受付けています。妊娠19～22週（母体と赤ちゃんの状態をチェックします）にスクリーニング外来にて診察いたしますので、ご予約をお願いいたします。当院での妊婦健診は妊娠34週から受けてください。

入院食（手作り）

厨房スタッフの作る心のこもった手作り料理です。旬の素材、味付け、メニュー…など、絶えず工夫し研究しています。パンも焼き立てを用意します。退院前日、当院4階のレストランでディナーをお楽しみください。

産科医療補償制度

分娩により重度の脳性麻痺となった児及びその家族の経済的負担を補償し、原因分析と再発防止策を講ずるための制度。当院で通院方に、登録証を発行しています（妊娠16～22週）。詳細は受付でお聞きください。