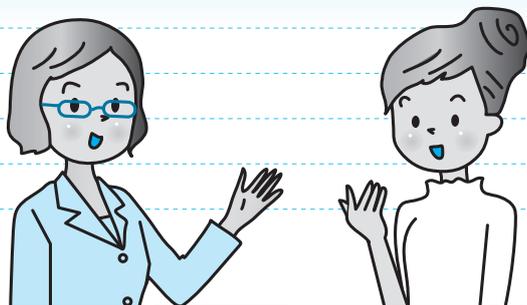




初潮から閉経後のメンテナンスまで 婦人科のかかりつけ医をもとう

「婦人科を受診するのは恥ずかしい」と敬遠する人はまだに多く、「生理痛くらいで受診するのはおおげさ」と考えている人もいますが、婦人科は女性が生涯にわたってつきあう大切なカラダケアのパートナーです。



日本では、妊娠して初めて産婦人科を訪れる人が多いなか、海外では初潮が始まる頃に保護者とともに婦人科を受診し、月経やライフステージごとの女性のカラダの変化について説明を受け、生涯のかかりつけ医にする習慣をもつ国もあるそうです。本来、婦人科は、初潮から閉経後のメンテナンスまで、女性が生涯にわたりつきあっていく場所です。女性のカラダはライフステージごとに変化するホルモンの影響により、さまざまな健康課題が生じますから、気軽に相談できる婦人科のかかりつけ医をもちましょう。

婦人科医を選ぶときのポイント

- 勤務先の近くや自宅の近くなど、通いやすい場所にあるか
- 女性医師に診てほしい場合は、事前にホームページなどで担当医師をチェック

● 婦人科で気軽に相談したい ライフステージごとの健康課題

● 性成熟期 20代～40代前半

- 月経トラブル：生理不順、生理痛、月経困難症
月経前症候群（PMS）、
月経前不快気分障害（PMDD）、
過多月経など
- 避妊
- 妊活・不妊症
- 婦人科の病気：子宮内膜症、子宮筋腫、チョコレート嚢胞、
多嚢胞性卵巣症候群など
- 婦人科がん：乳がん、子宮頸がん

● 更年期 40代後半～50代

- 更年期障害、骨粗しょう症、動脈硬化性疾患など
- 婦人科がん：乳がん、子宮頸がん、子宮体がん

● 老年期 60代以降

- 婦人科がん：乳がん、子宮頸がん、
子宮体がん
- 骨粗しょう症、動脈硬化性疾患など

● ライフステージごとの エストロゲン分泌量の変化

