

健康ひと口メモ

月経困難症(機能性月経困難症)

同濟病院 婦人科 名取 徳子

月経困難症とは、月経に随伴して起こる病的状態をいいます。月经時あるいは月経直前より始まる強い下腹部痛や腰痛を主症状としますが、そのほか、下痢、腹部膨満感、嘔気などの胃腸症状、疲労・脱力感、食欲不振、イライラ、憂うつななどの精神症状や頭痛も含まれます。

これらの症状は、月経開始の1週間程度前より見られる場合があり、月経前症候群（PMS.. premenstrual syndrome）と呼ばれます。

つまり、月経困難症にPMSも合わせると月経周期（約1カ月）のうち半分（2週間ほど）は悩まされる場合があります。

月経に伴う症状は、「我慢すべき」、「相談しても仕方がない」、「受診をするようなものではない」という意識がいまだに強い印象を受けています。しかし、思春期では、月经困難症による学校の欠席や、学

業やスポーツに集中できない・成績が落ちるといった問題、精神的・身体的症状による社会生活への影響などさまざまな問題が存在します。また、成人や中年世代でも、仕事に支障が生じたり、家族や周囲との関係が悪くなってしまいます。

月経困難症は、加齢とともに、妊娠出産によって軽快することが多いとされています。しかし、女性のライフスタイルが変化し、妊娠出産の年齢が高くなっている現代において、思春期女子に対して月経困難症が加齢にしたがい軽快する可能性を話してやり過ごすよりも、症状への対処や治療を選択肢として考える必要があります。お困りの方は、婦人科を受診してください。

各種健(検)診の申し込みについて

市では健康増進法に基づき、各種健(検)診を毎年実施しています。市で実施する健(検)診を受けるには、意向確認書で申し込みをする必要があります。受診票は、意向確認書の回答をもとに、健(検)診の時期に対象者に送付します。また、市の健(検)診を受けない人も、「受けない」に丸をつけて、必ず提出をお願いします。詳細は意向確認書および同封のチラシをご覧ください。

対象者	20歳以上の女性、30歳以上の男性
提出方法	①、②のいずれかの方法で提出 ①意向確認書に同封している返信用封筒で返送 ②健康長寿課（ウエルパーク）に直接提出
提出期限	3月10日（金）必着
その他	・世帯ごとに世帯主あてに郵送しています。 ・世帯全員の氏名は、意向確認書の左側の【年齢基準日について】、【特定健康診査・後期高齢者健康診査について】の記載の下に書かれています。 ・対象者以外は意向調査に記載されていませんのでご注意ください。

令和5年度BCG予防接種(集団接種)予定

令和5年度のBCG接種実施予定日は以下のとおりです。詳細は、実施月の広報かくだでお知らせします。

実施日	対象者の生年月日
4月6日（木）	令和4年9月24日～令和4年11月7日
6月29日（木）	令和4年11月8日～令和5年1月30日
8月24日（木）	令和5年1月31日～令和5年3月25日
10月19日（木）	令和5年3月26日～令和5年5月20日
12月21日（水）	令和5年5月21日～令和5年7月22日
2月22日（水）	令和5年7月23日～令和5年9月23日

小学校入学予定のお子さんの予防接種

4月に小学校入学を予定されているお子さんは、母子健康手帳の予防接種の欄をもう一度ご確認ください。受け忘れた予防接種がある場合、小学校生活が始まる前までに接種をおすすめします。

なお、小学校入学後に接種する予防接種の予診票については、お子さんが対象の時期を迎えた際に、郵送でお送りします。お子さんを病気から守り、元気に学校に通えるように、予防接種を受けましょう。

【問い合わせ】健康長寿課（☎62-1192）