

更年期前の勤労女性の閉経や更年期、
ホルモン療法に関する意識調査

(医療ジャーナリスト)

宇山 恵子

Survey about how Japanese premenopausal working
women think about menopause and hormone therapy

Keiko UYAMA

Medical Journalist, Tokyo, 153-0051

更年期前の勤労女性の閉経や更年期、 ホルモン療法に関する意識調査

Survey about how Japanese premenopausal working
women think about menopause and hormone therapy

宇山 恵子

(医療ジャーナリスト)

Keiko UYAMA

Medical Journalist, Tokyo, 153-0051

概要 本研究では、20代、30代、40代の女性たちが、「更年期」「閉経」について、どのようなイメージを持っているのか、2008年10月～11月に362人の女性を対象に行ったアンケート調査の結果から分析し、更年期前世代の女性たちの閉経や更年期に対する意識や婦人科検診の受診状況を把握した上で、女性たちにどのような情報やサービスを提供すべきかについて考察した。(更年期と加齢のヘルスケア 8: 101-108, 2009)

キーワード 更年期医療、閉経、働く女性の更年期、ホルモン療法、月経前症候群、PMS

背景・目的

40代後半から50代前半の閉経前に訪れる「更年期」に加え、30代後半から40代前半の「プレ更年期」、20代後半から30代前半の「プチ更年期」など、医学的には厳密な定義をされていないにもかかわらず、「更年期」という言葉が、マスメディアで取り上げられ、幅広い年代層に認知されつつある。

特に女性たちの健康志向やアンチエイジングへの関心の高まりとともに、女性誌やインターネットなどでも、さかんに「更年期」というテーマが取り扱われている。

そこで「更年期」に関する情報について、情報発信者の一人として、女性たちがどんな関心を持ち、理解しているのかについて、調査を行う必要

を感じた。マスメディアが、受け手側の女性たちのニーズに合った情報を提供していくために、今回の調査結果を有効に活用する所存である。

方 法

2008年10月に、20代～40代の勤労女性を対象に、郵送による無記名のアンケート調査を実施。対象者は、アパレル、医薬品会社、スポーツクラブ、病院、美容関連会社、出版社、新聞社などに勤務する女性243人(20代106人、30代84人、40代53人)。さらに2008年11月に実施されたアンチエイジングに関するセミナーに参加した勤労女性119人(20代15人、30代39人、40代65人)にも、会場内でアンケート調査を行った(図1)。質問項目は20問で、月経の状況、婦人科検診の受診状況、更年期と閉経への関心やイメージ、

第7回更年期と加齢のヘルスケア学会学術集会(2008年11月24日 東京開催)にて発表

[受付日] 2009年2月25日 [受領日] 2009年4月10日

[別刷請求先] 宇山恵子 医療ジャーナリスト

〒153-0051 東京都目黒区上目黒3-8-5-503

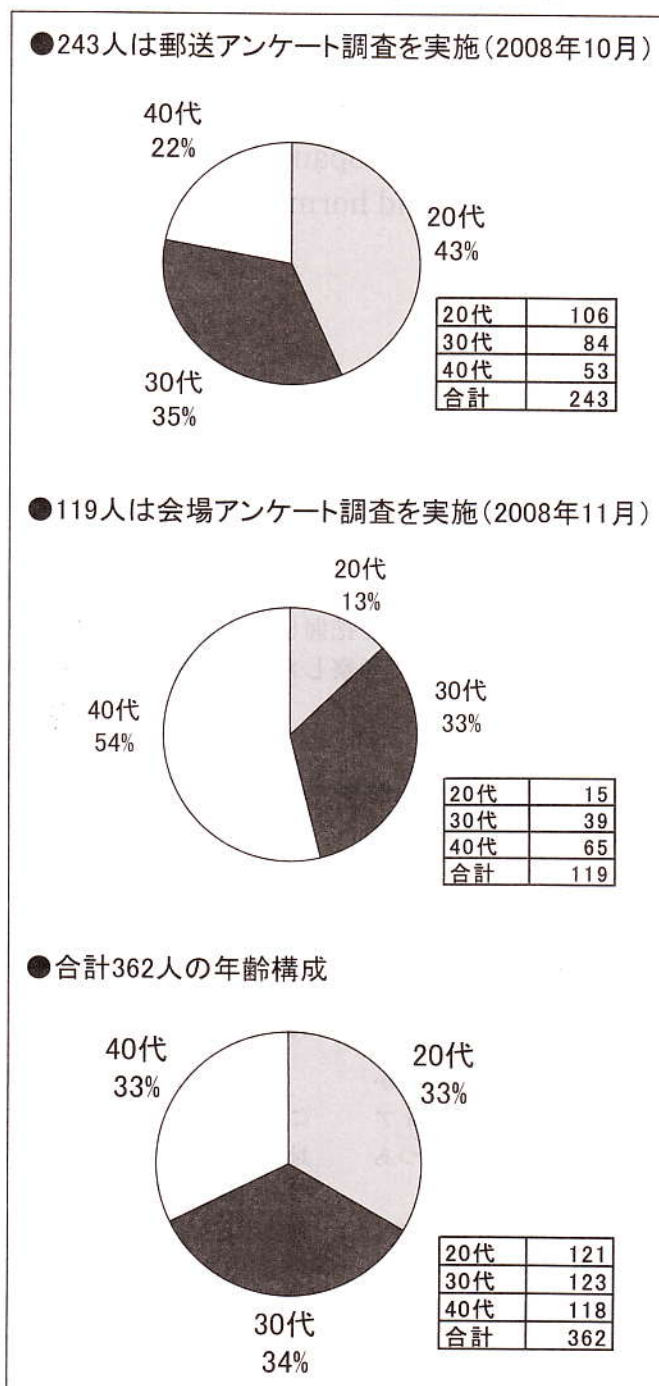


図1 調査対象プロフィール

自分の母親の更年期や閉経の状況、ホルモン補充療法への認知や関心、更年期情報との接触状況、更年期や閉経に関する相談サービス利用の意向などについて回答してもらった。

結 果

今回の調査対象者は図2のとおり、婦人科検診の受診有無について、「毎年または2~3年に1度、

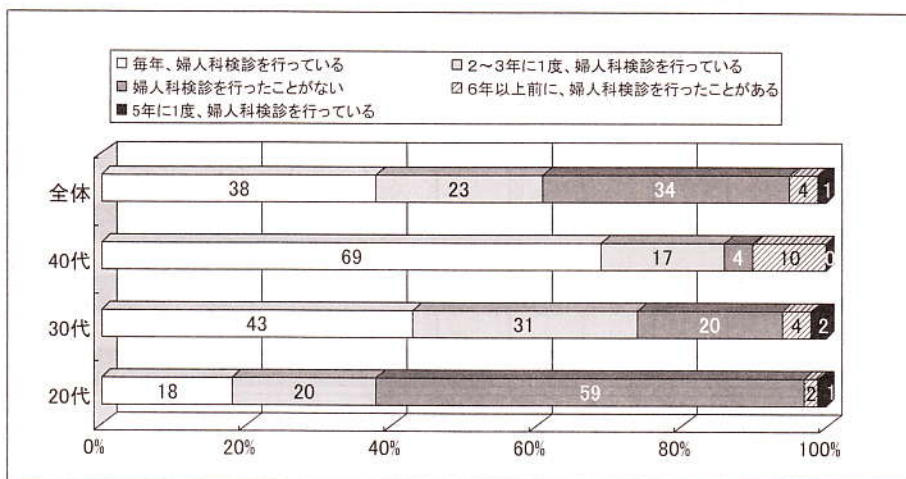


図2 婦人科検診の受診経験

	20代	30代	40代	全体
早期発見できるから	16	29	28	73
健康維持のため	17	33	20	70
自分の健康に不安があるから	15	21	12	48
面倒だから	23	12	4	39
忙しいから	17	10	4	31
健康に不安がないから	22	4	2	28
行く必要があるから	14	8	2	24
恥ずかしい	12	5	0	17
いい病院が見つからないから	3	10	4	17
内診するのがイヤだから	8	4	3	15
家族やパートナーのため	3	7	5	15
費用がかかる	8	5	1	14
信頼できる先生がいるから	2	3	4	9
費用がかからない(安い)から	1	6	1	8
過去に受診して、イヤになったから	0	2	0	2
その他	24	9	14	47

20代	
面倒だから	23
健康に不安がないから	22
忙しいから	17
健康維持のため	17
早期発見できるから	16
その他	24
30代	
健康維持のため	33
早期発見できるから	29
自分の健康に不安があるから	21
面倒だから	12
忙しいから	10
いい病院が見つからないから	10
40代	
早期発見できるから	28
健康維持のため	20
自分の健康に不安があるから	12
家族やパートナーのため	5
その他	14

図3 婦人科検診へ行く(行かない)理由

婦人科検診に行く」と回答した人が、40代で87%と多かったのに対し、20代では「未経験者」が59%もあり、年代によって婦人科検診への積極性が大きく異なることがわかった。

検診に行く(行かない)理由として「健康維持」「病気の早期発見」「自分の健康に不安がある」という意見が多く、20代女性が検診を受診しない理由

は「面倒」「健康に不安がない」「忙しい」などだった(図3)。

しかしながら図4のように、「月経から来る体調不良を感じる」人は、20代で82%、30代で75%、40代で55%という結果で、月経トラブルを抱える20代、30代女性が多いことがわかる。

「更年期に関心がある」と回答したのは、40代で

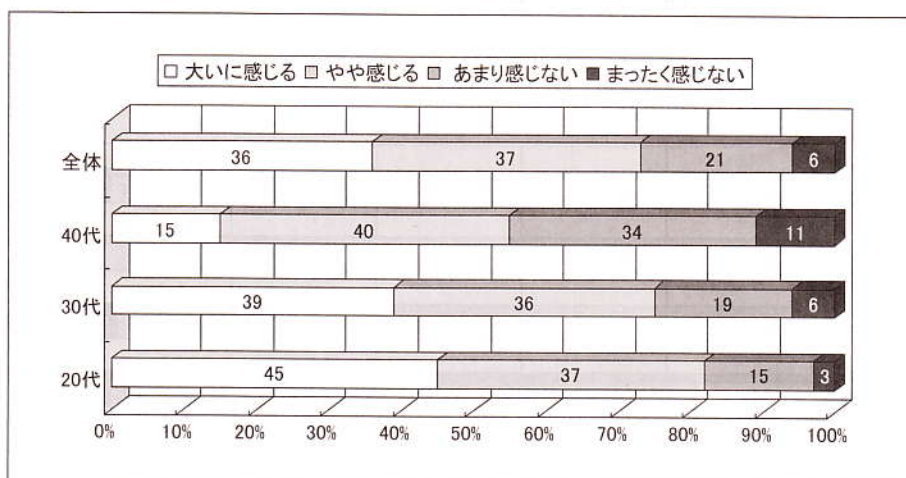


図4 月経から来る体調不良の有無

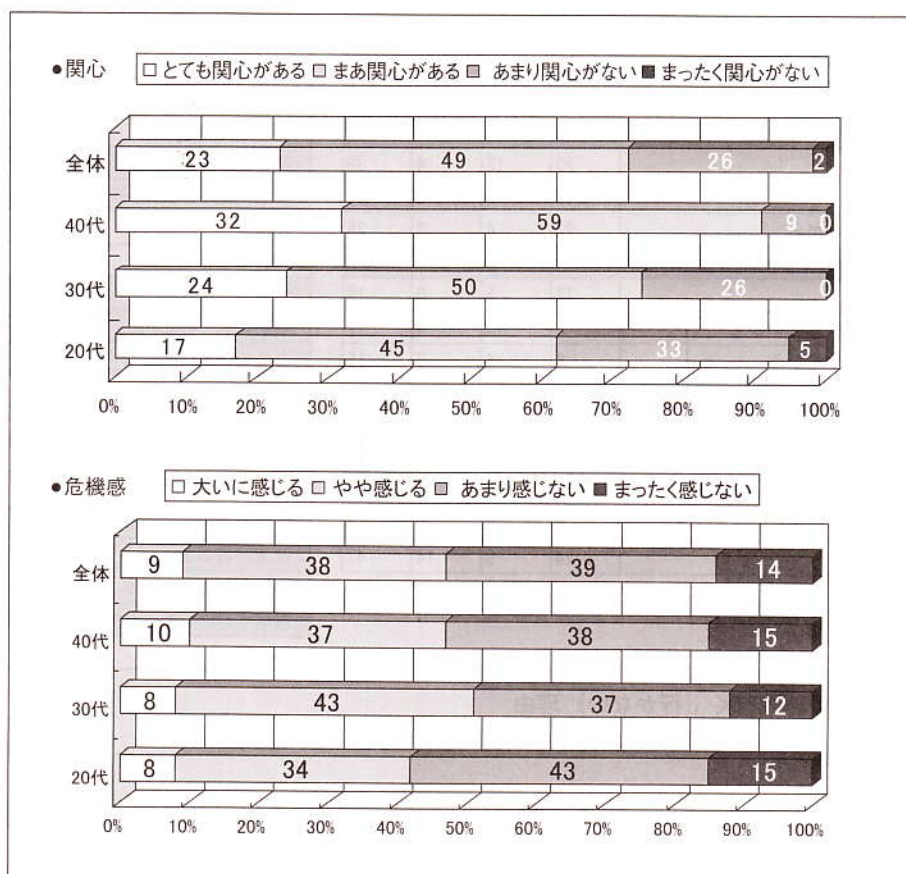


図5 更年期への関心と危機感

91%. 30代で74%, 20代でも62%で、全体で72%と、関心が高いことがわかった(図5)。

さらに図6のとおり、「閉経への関心」については、40代で87%, 30代で73%, 20代で66%と、

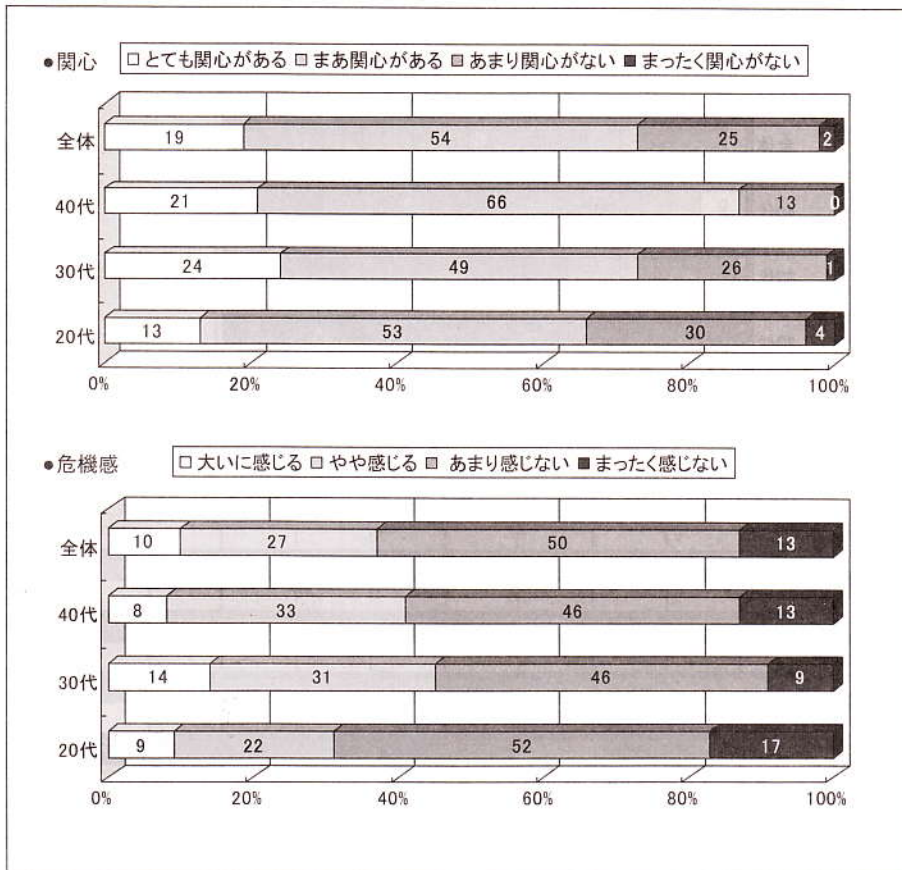


図6 閉経への関心と危機感

「更年期」と同様に「閉経」に関しても関心は高い。「閉経への危機感」に関しては、40代が41%、30代が45%、20代が31%で、30代女性が40代よりも若干ではあるが、「閉経への危機感」を強く感じている。

図7の結果をみると、「ホルモン補充療法を知っている」と回答したのは、40代で49%、30代で35%、20代で19%、「ホルモン補充療法を受けてみたい」という人は、40代、30代、20代ともに43%で、認知度は世代によって異なるものの、ホルモン補充療法への抵抗感は若い世代ほど薄れているのがわかる。

図8の更年期や閉経に関する情報接触に関しては、「更年期や閉経に関して知りたい」という人は、どの世代でも90%前後で、メディアとしては、「インターネット」「雑誌」が圧倒的に多く、次いで「病院やクリニック」「テレビ」「友人・先輩との会

話」「新聞」の順だった(図9)。

最後に図10のとおり、「更年期や閉経に関する相談先」として希望するのは、やはり「婦人科や更年期専門の病院」「家族」「友人」で、「更年期や閉経に関する婦人科での有料相談」に関して「利用したくない」という人は5%にとどまったのに対し、全世代の41%が「1000円～5000円未満なら相談したい」と回答し、「5000円以上でも相談したい」という人も30代で13%、40代で16%ほど存在した(図11)。

考 察

1. 更年期や閉経への漠然とした不安感
2. 世代によって異なる関心
3. 婦人科が普及啓蒙の中心になる必要性
4. 婦人科デビュー
5. メディアとのリレーション

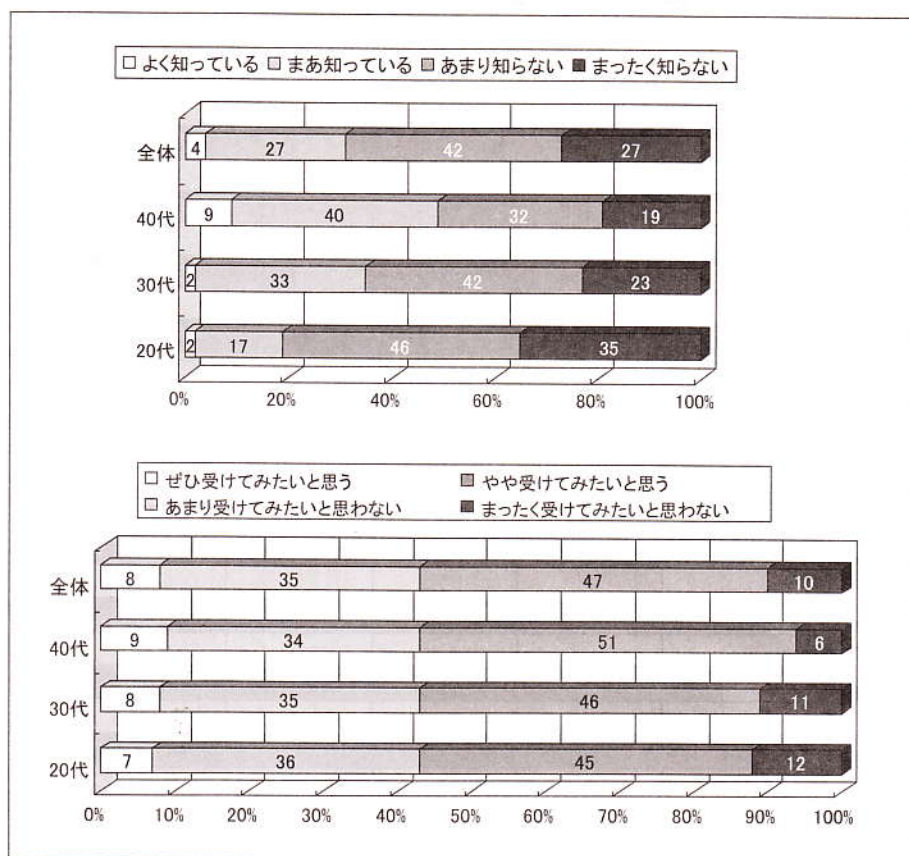


図7 ホルモン補充療法の認知度と関心

今回の調査結果を見て、前出の4点について、さらに考察していくことにする。

20代、30代の女性は、閉経年齢を60歳以上と認識している人も多く、「更年期」「閉経」を漠然と「ネガティブで暗いもの」と考える傾向がある。さらに考察すると、20代、30代ほど「月経から来る体調不良を感じる」と答えているにもかかわらず、「健康に不安がない」という理由で婦人科検診を受診しない人が多いことから、月経にともなうさまざまなトラブルを、「当たり前の症状」と見逃して我慢したり、放置している傾向が見られる。そこで20代に対しては、PMSなどの月経トラブルに関して、もっと真剣に考えて、婦人科に行くように啓発することで、更年期や閉経などに関しても正しい情報を発信できるのではないかと考えた。

30代女性については、出産を考える時期でもあり、実際に出産を経験して婦人科に通院するよう

になり、更年期や閉経などについても関心が高まる時期で、この世代には、出産、子育て、キャリアなどとともに、女性の体の変化について、啓発を行うと関心が高まると感じた。

40代女性は、すでに自分の体の変化に気づき始めたり、同世代の友人同士で「更年期」や「閉経」について話し合う機会も増え、さらに子育ても一段落して、自分を見つめなおし時間もできるため、定期的に婦人科に通院したり、エイジングケアのために、ホルモン補充療法などについて、考え始める女性が多く、関心も非常に高い。

いずれの世代をみても、中心になるべき存在は婦人科であり、そこでしっかりと患者を受け入れて、疑問や不安に答えることができれば、正しい啓蒙活動ができると感じた。

しかしながら20代をはじめとする若い世代では、「面倒だから」「健康に不安がない」「仕事が忙し

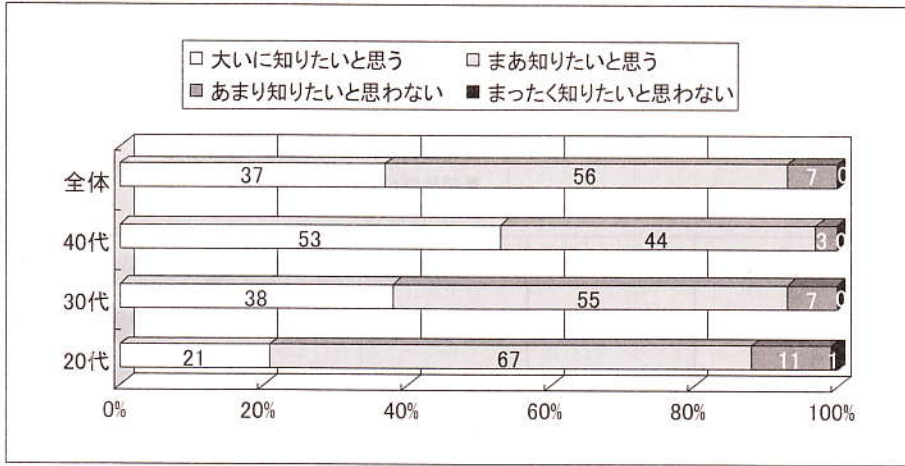


図8 更年期や閉経に関する情報への関心

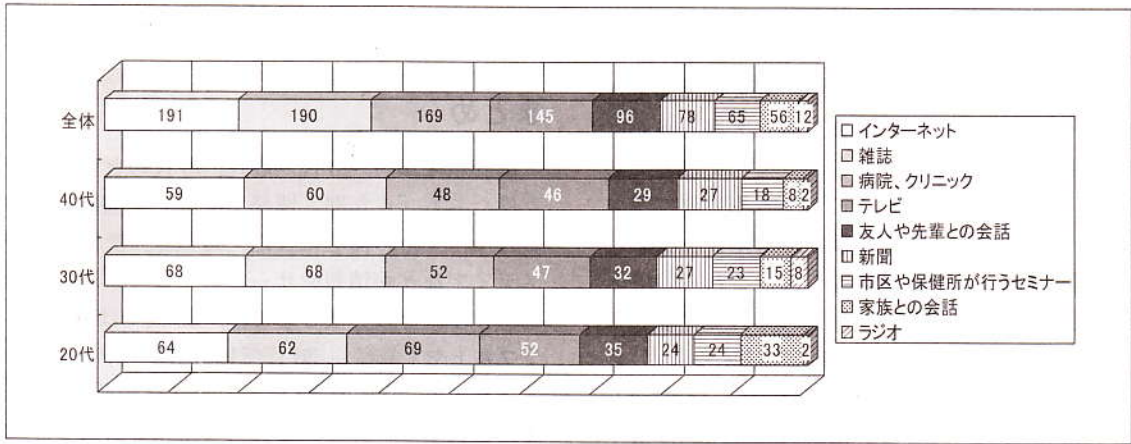


図9 更年期や閉経に関する情報源

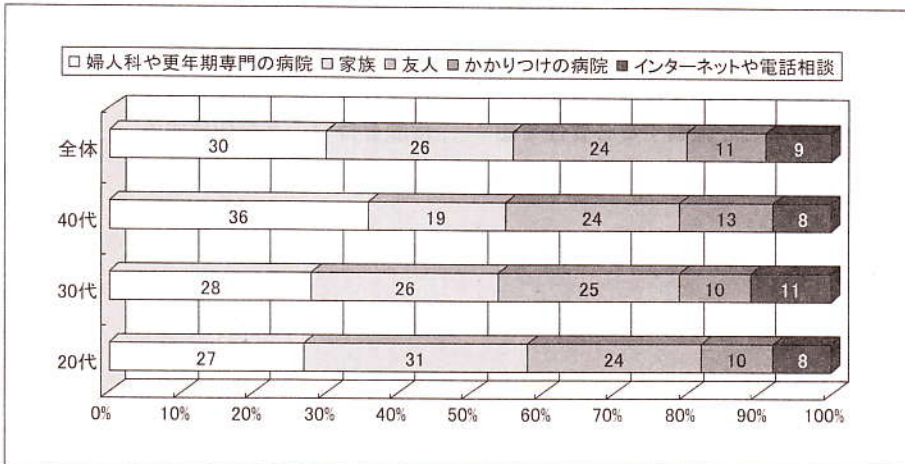


図10 更年期や閉経になった時の相談先

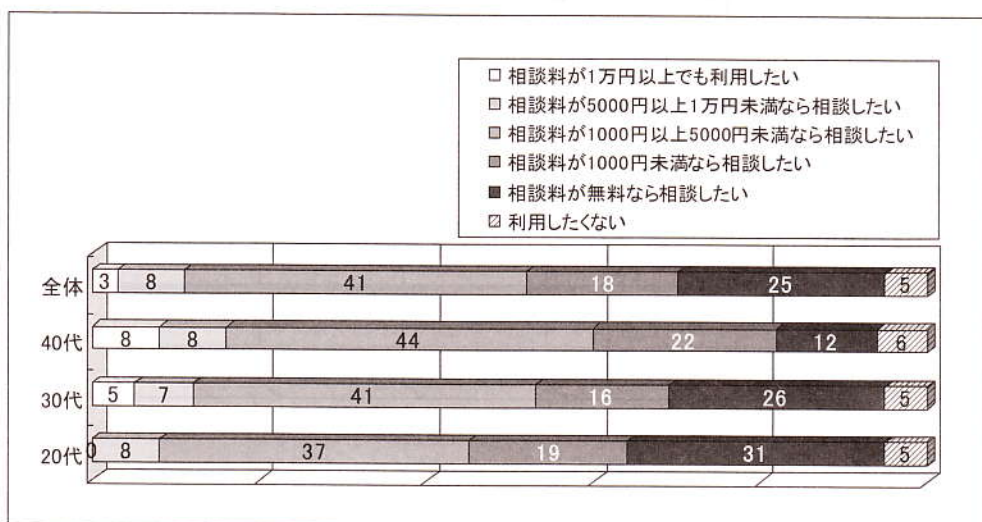


図 11 更年期や閉経に関する婦人科での有料相談の利用意向

い「恥ずかしい」などの理由で、婦人科検診を受診しない人も多く、若い女性に対して婦人科が直接的に、接触して働きかけるのは難しいことである。ただ、その突破口として、PMSや月経に関するトラブルなどについて、現状では不安を抱えながら相談できずにいる状況なので、これらの情報を提供し、「初潮を迎えたら婦人科に行くこと」や「月経トラブルがあれば婦人科に相談すること」を中心に、マスメディアを通じて啓発し、定期的に婦人科検診を受けるなど、婦人科との接触を増やすことが可能だと思う。

婦人科と女性たちを結ぶ媒介者としてのメディアの存在は大きく、マスメディアでは、年代ごとに関心テーマをしぼり、切り口を変えて情報を発信し、婦人科受診はどの世代の女性にとっても、大きなメリットがあることを強調する必要性を感じた。

まとめ

調査結果から、20代、30代、40代のどの世代の女性たちも、「更年期」「閉経」に関心が高いことがわかった。その関心にこたえるべく、医療現場やメディアなどが情報やサービスを提供する必要性を感じる。その方法としては、20代では「月経トラブル」や「美容」、30代では「出産」や「仕事のストレス」、40代では「エイジングケア」「肥満」など、世代ごとに切り口を変えて情報を提供し、10代（初潮を迎えた時点）から婦人科と仲良く付き合いながら、「女性の健康」に配慮することが、やがて訪れる「閉経」や「更年期」を、快適に乗り越える方法であることをわかりやすく伝え、これによって一人でも多くの女性が早期に婦人科との接触を持つことを切望する。