

日本における女性の疾病構造の変遷と
女性医療の現状

Women's Health in Japan
Annual Disease Trends and the Present condition

東京水産大学
天野恵子
Keiko Amano

Total population of Japan, sex
日本人人口-年次推移

年次 Year	総数 Total numbers	男性 Male	女性 Female
1990	122,721	60,249	62,472
1995	124,352	60,724	63,628
1996	124,709	61,115	63,594
1997	124,963	61,210	63,753
1998	125,252	61,311	63,941
1999	125,432	61,358	64,074

日本人人口 (Japanese Population) 千人 (thousands)

International comparison of proportional rates of the aged
老年人口割合の国際比較

Country	Year	Rates (%)
Sweden	1986	17.46
Italy	1996	16.87
Japan	1998	16.21
Spain	1997	15.95
Norway	1996	15.84
England	1996	15.73
Greece	1995	15.58
Swiss	1996	15.29
Hungary	1996	14.25
Holland	1996	13.34
U.S.A	1997	12.73
Canada	1996	12.16

International comparison of mortality of women for leading causes of death
女性における主たる死因の国際比較

年次 (Year)	日本 (Japan)		アメリカ (U.S.A)	
	1995	1994	1995	1994
人口 (千人) Population (thousands)	63,996	63,996	133,265	133,265
総死亡 (all causes):	N	292,165	N	763,228
がん (cancer):	N	103,339	N	263,845
	R	181	R	191
脳卒中 (CVD):	N	76,965	N	93,081
	R	120	R	70
心臓病 (Heart Disease):	N	69,448	N	352,081
	R	109	R	284
高血圧 (Hypertension):	N	5,195	N	2,287
	R	8	R	17
糖尿病 (Diabetes Mellitus):	N	7,118	N	31,934
	R	11	R	24

N: number of deaths, R: crude death rate per 100,000 population

Energy intake by nutrients (per capita per day)
エネルギー摂取量の栄養素別構成割合の年次推移

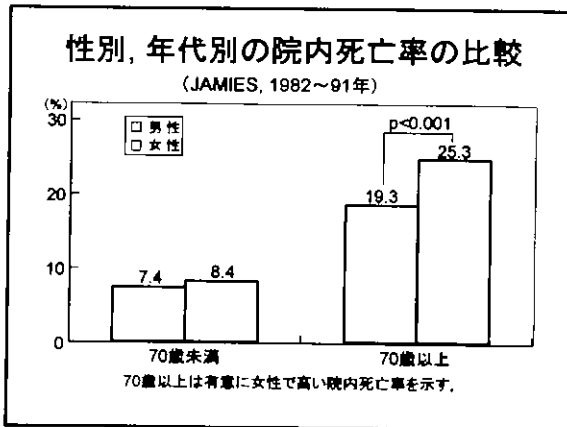
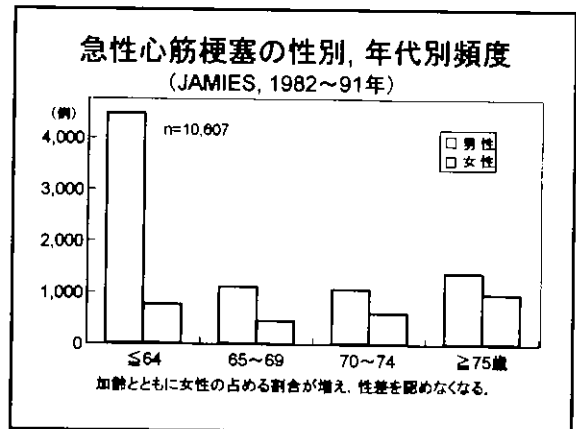
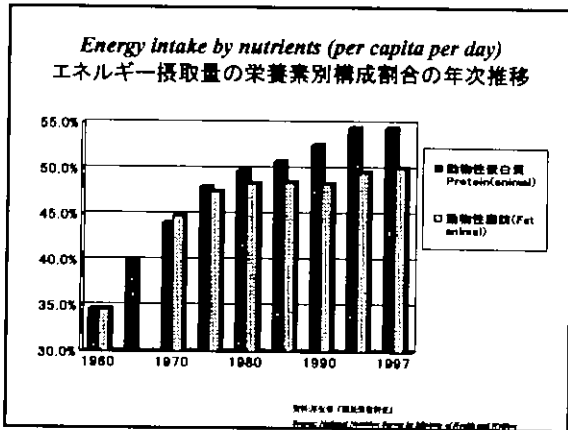
年 Year	総エネルギー Total energy	蛋白質 Protein	脂肪 Fat	炭水化物 Carbohydrate
昭和36年 (1960)	2,086 kcal	13.3 %	18.8 %	78.1 %
昭和40年 (1965)	2,184	13.1	14.8	72.1
昭和44年 (1970)	2,210	14.9	18.9	67.1
昭和50年 (1975)	2,288	14.6	22.3	63.1
昭和54年 (1980)	2,118	14.9	23.8	61.3
昭和58年 (1985)	2,086	15.1	24.5	60.4
平成2年 (1990)	2,026	16.8	28.3	58.2
平成7年 (1995)	2,842	16.0	26.4	67.6
平成9年 (1997)	2,907	16.0	26.8	67.4

資料: 厚生省 (資料提供)
Source: National Nutrition Survey by Ministry of Health and Welfare

Time trends in nutrition intakes (per capita per day)
栄養摂取量の年次推移 (全国、1人1日当たり)

年 Year	蛋白質 (動物性) Protein (animal)	蛋白質 (植物性) Protein (plant)	炭水化物 Carbohydrate	食塩 Salt	ビタミン A Vitamin A	ビタミン C Vitamin C
昭和36年 (1960)	66.7g (34.8%)	34.7g (34.8%)	399g	-	1,188IU	75mg
昭和40年 (1965)	71.3 (49.0)	36.0 (29.7)	384	-	1,334	76
昭和44年 (1970)	77.8 (44.1)	46.8 (44.8)	368	-	1,336	96
昭和50年 (1975)	81.8 (48.8)	54.2 (47.4)	335	13.5	1,899	138
昭和54年 (1980)	78.7 (48.8)	64.6 (44.4)	308	13.8	1,886	123
昭和58年 (1985)	79.8 (38.8)	66.8 (42.5)	286	12.1	2,188	136
平成2年 (1990)	78.7 (42.8)	66.9 (48.3)	287	12.5	2,587	129
平成7年 (1995)	81.5 (54.8)	69.9 (49.7)	286	13.2	2,840	134
平成9年 (1997)	80.5 (54.8)	69.3 (50.1)	273	12.9	2,832	135

資料: 厚生省 (資料提供)
Source: National Nutrition Survey by Ministry of Health and Welfare



背景因子の比較 (JAMIES前向き調査: 70歳以上)

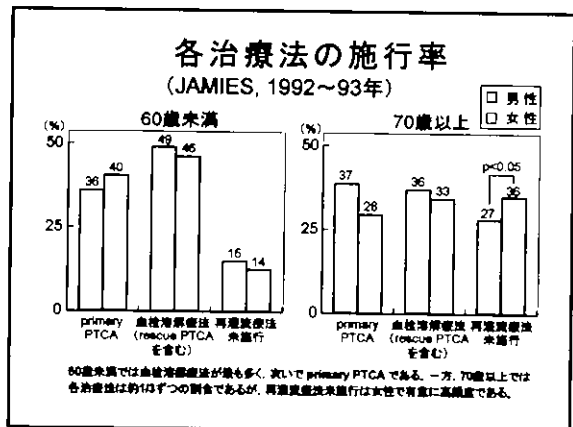
症例数	男性	女性	
症例数	325	231	
平均年齢(歳)	76	78	
脳血管障害	16.7%	10.3%	p<0.05
閉塞性動脈硬化症	6.4	2.2	p<0.05
高血圧	47.0	62.9	p<0.01
糖尿病	20.4	30.6	p<0.01
高脂血症	17.1	26.1	p<0.05
喫煙	37.8	14.9	p<0.01

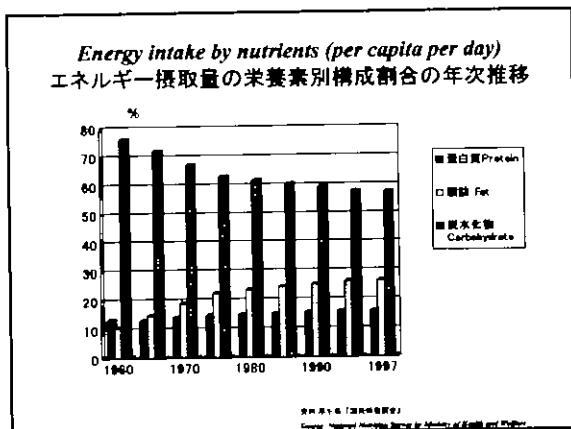
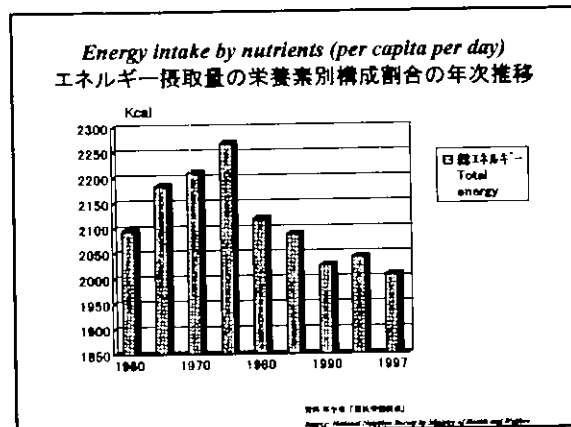
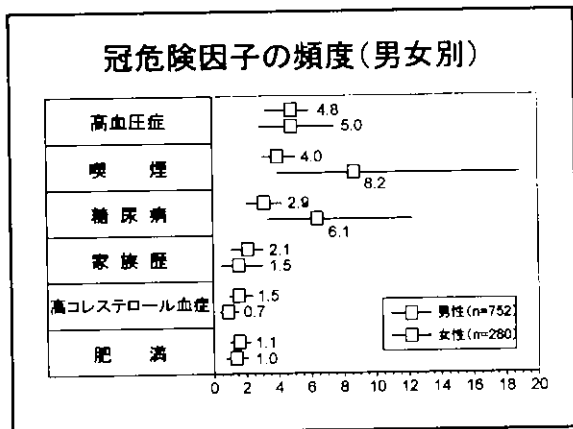
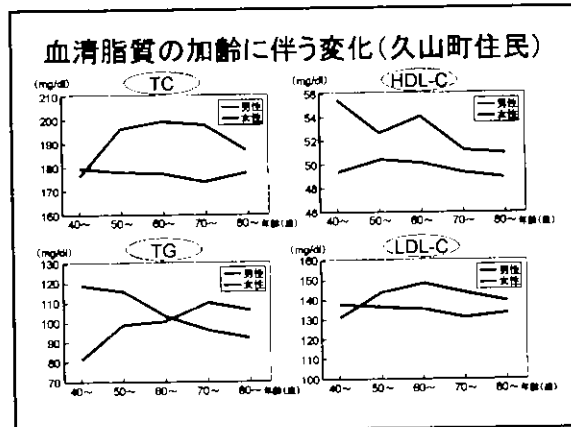
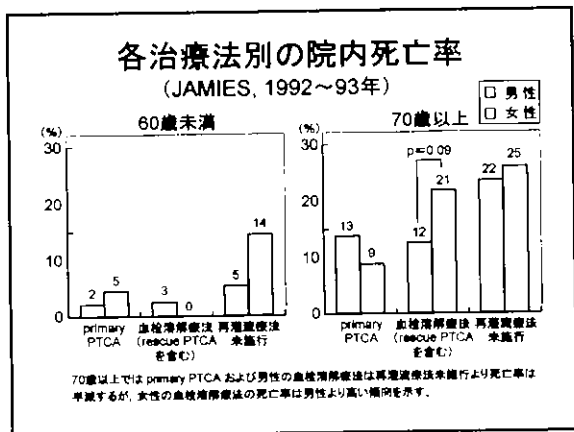
女性では高血圧、糖尿病、高脂血症を多く認める。

背景因子の比較 (JAMIES前向き調査: 60歳未満)

症例数	男性	女性	
症例数	371	52	
平均年齢(歳)	51	53	
脳血管障害	3.3%	11.5%	p<0.01
閉塞性動脈硬化症	3.0	6.1	
高血圧	40.1	58.0	p<0.05
糖尿病	27.3	34.0	
高脂血症	36.1	43.1	
喫煙	65.6	39.2	p<0.01

女性では脳血管障害、高血圧を多く認めるが、高脂血症、喫煙の頻度も高い。

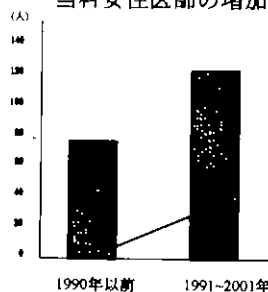




女性医療の現状と今後の課題 ～女性専用外来の開設をふまえて～

鹿児島大学医学部第一内科

当科女性医師の増加



女性医師へのサポート体制

1. 希望に沿った形での職場復帰
パート、フルタイム、病棟、外来、研究
2. 職場の環境整備
女性医師専用更衣室
職員用男女別トイレ
女性医師専用当直室
24時間保育所

女性外来を始めたきっかけ

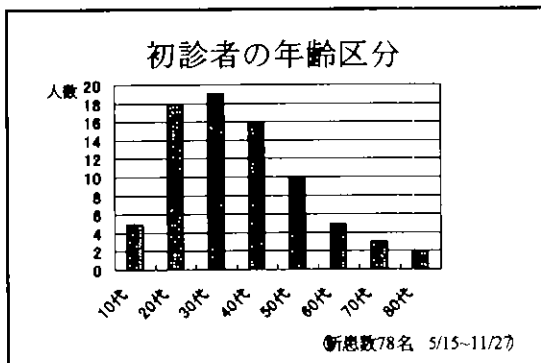
1. gender-specific medicineの認識
2. 患者さんからの要望の多さ
3. 第一内科医局の back up 体制の整備
(女性医師の増加 勤務体制など)

女性外来開設へ向けての準備

1. スタッフの確保
(女性医師総数8名)
2. 他科(院内・院外)の協力医の確保
3. 広報活動(新聞、TV、チラシなど)

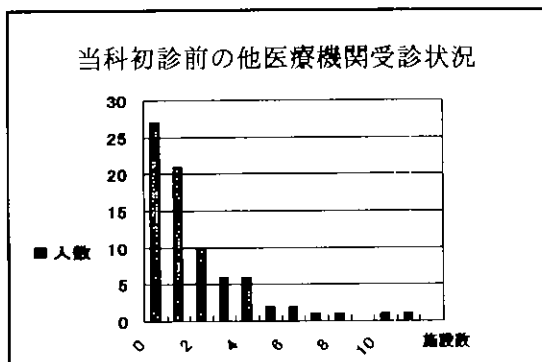
女性外来の診療体制

1. 毎週火曜日9時～12時
一人30分、一日10人の完全予約制
2. 第一内科女性医師8名による診療体制で、
2名ずつの交代制
3. 対象者は女性で、症状は問わない
4. 紹介状不要
5. 主治医制
(初診時に診た医師が再診時も受け持つ)



職業

・主婦	27名 (35%)
・会社員	8名 (10%)
・パート	5名 (6%)
・専門職 (看護師、栄養士など)	12名 (15%)
・学生	8名 (10%)
・無職	8名 (10%)
・その他	10名 (14%)



症状

・頭痛	・胸痛
・倦怠感	・呼吸困難
・うつ状態	・多毛、脱毛
・動悸	・月経異常
・イライラ	・下血
・不眠	・不正性器出血
・発汗過多	・顔面の色素沈着
・ふらふら感	・めまい
・耳鳴り	・皮膚疹
・ほてり	・陰部の異常
・口臭	・排尿困難
	・下肢むくみ

診断

1. 婦人科疾患	13名 (17%)
(子宮・卵巣疾患 7名、月経異常 5名、その他 1名)	
2. 更年期障害	8名 (10%)
3. 心療内科・精神科疾患	25名 (32%)
(不安神経症 14名、うつ状態 5名、過換気症候群 2名、その他 4名)	
4. 皮膚疾患	10名 (13%)
5. 腎・泌尿器科疾患	5名 (6%)
6. 整形外科疾患	4名 (5%)
7. その他	13名 (17%)

受診後の状況

1. 専門医へ紹介	43名 (55%)
(婦人科 15名、心療内科 9名、その他 19名)	
2. 当科外来での治療継続	30名 (38%)
3. 初回診察で解決	5名 (7%)

症例 1

37才：家業手伝い
 主訴：下腹部痛、不正性器出血(??)
 受診理由：消化器科と婦人科と一緒に診て欲しい
 転帰：婦人科に紹介後、卵巣腫瘍と判明し手術予定となった

症例 2

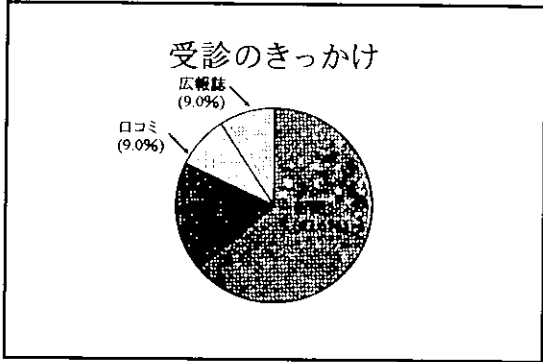
45才：家業手伝い
 主訴：イライラ、不眠
 受診理由：更年期障害症状ではないかと心配
 転帰：甲状腺機能亢進症と診断され治療開始となった

症例 3

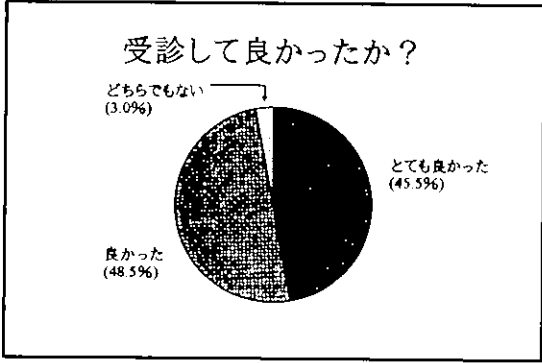
63才：主婦
 主訴：皮疹、掻痒感
 受診理由：前医への不信感(薬疹では?)
 転帰：薬疹の可能性が強いことを説明し、納得され、服薬なしで皮疹消失

症例 4

16才：高校生
 主訴：月経不順
 受診理由：女性医師に相談したい
 転帰：女性産婦人科医師へ紹介



- 受診の理由**
- 相談しやすいため……99.9%
 - 診察が恥ずかしくないため……24.2%
 - 女性医師が優しそうなので……9.0%
 - その他 (各1名ずつ)
 - ・どの科を受診してよいかわからなかったため
 - ・安心感があるため
 - ・大学病院なので信頼できるため
- (複数回答可)

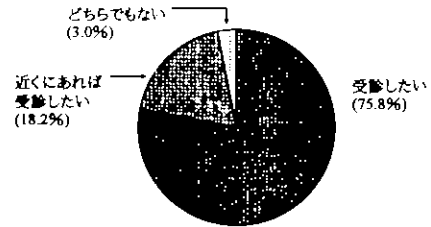


- 良かった点は？**
- 話しやすかった……87.9%
 - 納得できる診断や治療ができた……24.2%
 - 診察が恥ずかしくなかった……15.2%
 - その他
 - ・個室なので安心感があった
 - ・医師と2人だけで良かった

悪かった点は？

1. 診察費が高かった……………9.1%
2. 待たされた……………6.1%
3. その他(各1名ずつ)
 - ・診察日が少ない
 - ・予約制である
 - ・他の医療機関へ紹介された
 - ・診察時間が短い

今後もまたこの外来を受診したいと考えていますか？



現在の状況は？

1. 治癒(解決)した……………18.2%
2. 当科通院中……………18.2%
3. 紹介先に通院中……………18.2%
4. 紹介先以外に通院中……………9.1%
5. 放置……………27.3%

女性外来で必要と考える他の専門医は？

1. 産婦人科……………75.8%
2. 泌尿器科……………48.5%
3. 皮膚科……………18.2%
4. 整形外科、外科
心療内科、眼科 ……各6.1%
5. 乳腺科、精神科
耳鼻科、口腔外科 ……各3.0%

今後、女性外来が増えた方が 良いと思いますか？

1. はい……………87.9%
2. どちらでもない……………6.1%

患者さんの感想、意見

37歳 専業主婦

相談内容によってはどうしても女性の先生を、と思うことがありますが電話帳を調べても医師の名前が記載されている病院はまだ少ないのでどこにたずねたらよいのか困っていました。こちらのことを紹介されていた新聞には「どんな相談も受けつける」とあり、それがどんなに心強く思えたことか。今までこのようなシステムの診療は聞いたことがありませんでしたがもっと各地に増やしていただきたいと思います。私の場合、話を聞いていただくことがほとんどでしたが随分と心が楽になりました。また何かあれば御相談できる、という思いも支えになっています。これからもどうかこの外来を続けて下さい。お願いします。

30歳 団体職員

その節はお世話になりました。

女性の先生だと話しやすく、結果として体のことを考えられるようになりました。通院時に婦人科検診をすすめられたものの事情で受け入れられずにいましたが、来月検診に行きます。

希望として、女性医師がいる病院を紹介する病院マップとかホームページとかあると患者も病院を選択できていいなあと思います。

43歳 専業主婦

出来る事なら最初から最後まで女医の方に診ていただきたくてです。診察が恥ずかしい場所の場合はなおの事女性の先生に頼りたいと思います。しかし、女性外来という科があるというだけで気持ちが楽になります。何かあれば必ずまた来院して話しを聞いていただきたいと思います。頑張ってください。子供が女の子なのでその時もうききたいです。

32歳 専門技能職

今回、受診したことにより、(専門の)他の病院を紹介して頂き、検査、診察してもらい、異常がなかったという事で安心しています。女性外来でもあったため受診しようとする気持ちになりました。女性ならではのていねいな対応をしてもらい相談しやすかった。他の科の女医さんも診察が可能となることを期待しております。がんばってください

61歳 専業主婦

普通外来の病院は2時間以上待たされ診察は5分くらいで終わります。今度のこの女性医師の外来では30分も色々と話さしてもらいほんとに納得のいくお話がきけてとても良かったです。また外の病院で安定剤の薬をもらっていますがまた機会があったら受診できたらと思います。

57歳 専業主婦

問診の時間がゆっくりとれた女性同士という気楽さから良かった。胸の中のものを話せたおかげで今まで動悸や寝つきの悪さ不調だった体調がいつのまにか良くなっていました。話すことでこんなに女性特有の病気がよくなるとは思いませんでした。他の病院では先生方も忙しくされておしっかく受診しても5~6分の診察ではなかなか患者の気持ちまでわかってもらえません。ゆっくり向き合ってもらえる安心感がよかったです。今は元気です。ありがとうございました。

36歳 公務員

以前、大学病院の皮膚科外来で留置できる女医さんに運り会いました。子供のアトピーについて、納得できる診断を説明できることが出来ました。インフォームドコンセントの重要性は患者も患者も知っていますが、やはり(偏見かもしれませんが)男性の、しかも年配の先生は権威的の感じを受けるので聞きたいことの半分も聞けません。その点、女性同士であれば、親近感があり、リラックスして相談できます。又、女性特有の症状(月経や妊娠、更年期に関する事)については、男性医師に話しにくいこともありますし第一、自分の症状が何科に関するのかなのかわかりません。リプロダクティブヘルスの面からも、この女性外来が拡充されて、多くの心身のことで悩んでいる女性を助けていただけるとありがたいと思います。思いきって受診して本当によかったと思います。まだ完全ではありませんが、職場にも戻る事ができました。たまたま新聞を読んでこの女性外来の事を知ったのです。もっと広く宣伝してもいいのではないかと思います。ありがとうございました。

29歳 専業主婦

新聞にて女性外来を知ることができて良かったと思います。大学病院となるとやはり敷居が高く感じておりましたがこのように一般の病状で女性の医師に診断して頂けるととても身近に感じることができたように思います。これからも診療の幅を広げて多くの女性の味方となって頂けたらと思います。個人的には婦人科と連結した心のケアなどや様々な女性の体におこる病状のケアをして頂ける体と心のケアができる女性のための外来があればと思います。

40歳 無職

今回女性外来を受診するまでにいろんな病院をまわった。手続した病院では(徹底的には)異常はなくても事実本人は痛みや熱があり大変な毎日だったのに通院1ヶ月後には「今日で終わりにしましょう」といわれショックだった。次の病院では毎回先生が違うしなかには内診しながらカーテンを開けて「痛いのはどこ?」という先生もいた。何回受診しても婦人科は抵抗のある科だ。なんのためのカーテンなのかと思った。確かに多くの患者が毎日受診していて先生方も多忙な日々だと思う。一人一人にかける時間も限られているのもわかるがいろんな角度から痛みの原因を診てもらいたかった。初めて女性外来を受診した日、「ひとつずつ精進で原因解決していきましょう」と言われたときにここへ来て良かったと思った。結局、いろんな検査で異常はなかったが気持ちのうえで色々話を聞いてもらえ相談できる病院ができたことで楽になった。相変わらず今でも時々痛みはあるし運動もできるが少し前向きに考えられるようになった。ありがとうございます。できればもっと受診日がふえることを願います。内科ですがいろんな科の相談ができたのもよかったですと思う。他では「専門外だから」といわれいろんな科をまわってどの科を受診したらいいのかわからなかった。

33歳 専業主婦

転勤族なので、まったく知らない土地で病院に行くには不安がありました。私の場合、産婦人科で女医さんを希望したので、病院を紹介してもらい大変助かりました。プライバシーも守られており、気持ちよく受診することができました。

44歳 無職

この女性外来をTVで知る前は、家の近くのメンタルクリニックに行っていました。10回話したいことがあっても全部覚えなかったのです。しかし今は、先生と速い会話、何でも話しができるのですごく感謝しています。いろいろと指導を受けながら生活しています。まだまだ努力はしていますが、なかなかです。でも以前と比べるとずっと楽になってとても助かっています。

40歳 専業主婦

女性外来に行ったけれど、内科医のみ、ということで、婦人科の女医さんがいる病院を紹介していただきました。やはり婦人科は女性の方が話しやすくわかっていただけだと思います。早く婦人科の女医さんを、と思っていらっしゃる方が多いのではないのでしょうか。

36歳 専業主婦

相談している間に不安が少しずつ解消されたような気分になりました。女の人にしかわからない症状、感覚、不安が理解されるように思いますので、今後も女性専用外来、女医さんが増えていくことを望みます。

44歳 自営業

女性同士だから話しやすくとても親切にいろいろ体調の変化など言えると思う。よく更年期障害で体が熱っぽかったりうつ状態になったりと耳にするのでこれから先の自分自身の年齢を考えた時少し不安になる。その時は是非女性外来に相談に行きたいと思う。女性のための女性の医学頑張って下さい。

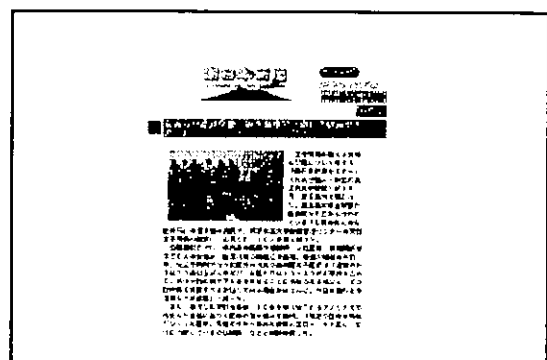
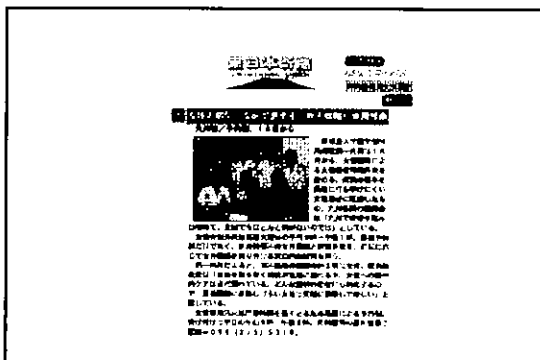
現在、紹介頂いた内科に行っておりだいぶ元気になりました。思い切って大学病院へうかがって良かったと思います。が、今の病院はとても混んでいて2~3時間は待ちます。その上、先生が話をよく聞いてくださるのは有難いのですがカーテン越しなので待っている間に前の方の話が聞こえてしまうのでこれは困ります。

30歳 無職

大学病院などの大きな医療機関でもいいがもっと身近な一般の病院でも増えてほしいと思う。

今後の課題

1. 他科との連携
 (病院全体としての取り組み)
2. 女性外来の広報活動





当院における
女性専用外来への取り組み



千葉県立東金病院
山下 朱實

女性専用外来開設の背景

2001年4月 千葉県では女性知事の誕生を受け、
女性の健康と医療に関する施策に着手

その政策推進の一環として



1. 女性のための医療の底上げ

女性医師による女性専用外来を
2001年9月8日、千葉県立東金病院に開設

2. 女性の健康を守るための必要基盤づくりの取組
千葉県の女性の自己健康管理活動の推進など

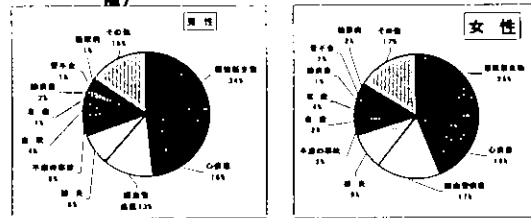
千葉県における女性の健康と医療づくりについて

現状と課題

- ① 継続的に急速に進行する血管の老化：
女性の動脈硬化性疾患の対策
- ② 働き盛りの女性を襲うがんの現状と対策：
乳がん検診および婦人科検診の充実
- ③ 産むさいの女性をつくらぬ！ 閉経後骨粗しょう症の対策
- ④ 更年期女性のQOLの向上を目指して

① 千葉県の女性における動脈硬化性疾患の現状

主要死因の構成割合の男女比較(平成11年度)

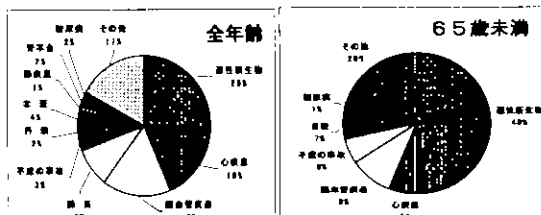


がん > 心疾患 + 脳卒中

心疾患 + 脳卒中 > がん

② 働き盛りの女性を襲うがんの現状と対策

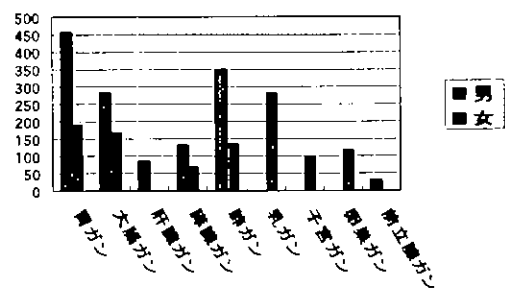
女性の主要死因の構成割合の年齢層比較(平成11年度)

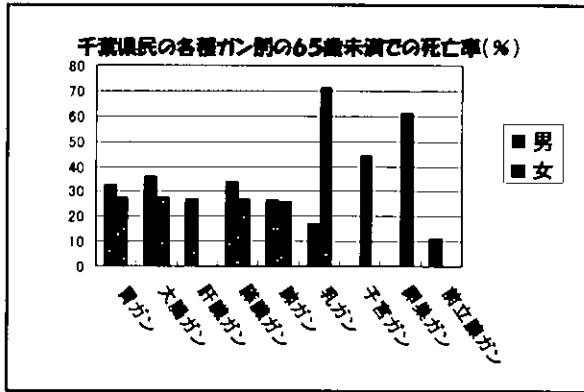


心疾患 + 脳卒中 > がん

がん > 心疾患 + 脳卒中

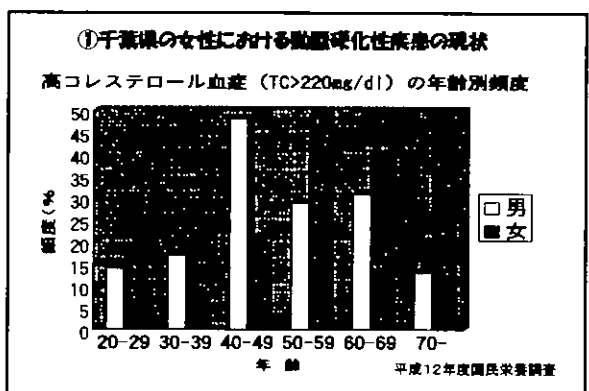
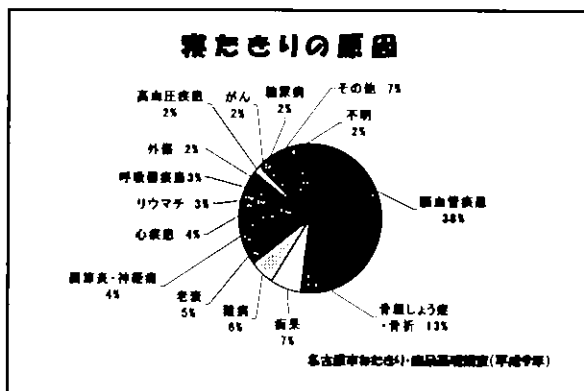
千葉県民の65歳未満でのがんによる死亡数(人/年)





千葉県におけるがん死亡の全国での位置付け

がん種別	性別	年齢調整死亡率 (人/10万人/年)	順位	SMR	順位
胃がん	男	50.0	4	107.1	13
	女	18.4	19	103.5	19
肺がん	男	39.7	44	90.2	41
	女	12.1	20	95.2	23
大腸がん	男	24.7	19	102.9	14
	女	13.6	24	102.1	17
乳がん	男	10.5	10	107.9	4
	女	10.5	10	107.9	4
子宮がん	女	5.2	23	101	23



当院の女性医師による女性専門外来のビジョン

- ① 更年期障害など女性特有の病気や男性医師に相談しにくい悩みに対応し、女性をトータルに診て全人的な診療を目指します。
話しやすい、相談しやすい雰囲気をつくります。
- ② 患者様との対話を大切にします。
患者様1人につき30分の診療時間をとります。
- ③ 他の専門外来との連携により、質の高い医療を目指します。
乳がん外来、骨質しょう変外来、高血圧外来、その他

女性専用外来開設の準備と広報活動

1. 専門外来診療室の整備
内科外来の2室を改修し、引込戸、パーテーションを設け、声が聞こえぬようアライバーを設置、やさしい色のフラインドや壁
2. 医療機器の整備
女性専用診療室、マンモグラフィ、フローシト
3. 院内外の整備および地域住民、保健・医療関係者への広報。
パンフレットの作成と送付

当院のGender-specific Medicine 診療に向けた整備

乳腺外来



乳腺超音波検査機

骨粗しょう症外来



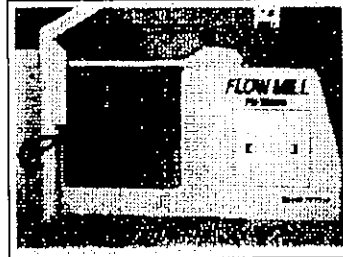
QDR4500

高血圧外来



form PWV/ABI

診療に向けた整備 フローミル(水治療法専用機器)



水治療器とトシドミルを組み合わせた装置:骨折後の1/1ハビ、肥満などに効果がある。標準1回15分 週3回

診療体制

診療日:毎週土曜日 9:00~12:00 9月8日より

10月中旬より診療日を増加

隔週火曜日、水曜日 13:30~16:30

担当:女性医療専門看護師(天野恵子先生の指導、診療のサポート)を得て、循環器内科女性医師1名でスタート

10月より、担当女性医師2名を増員

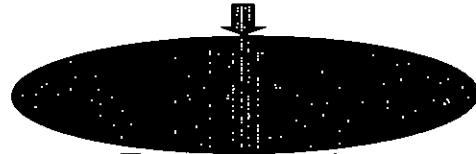
担当看護師は、外来看護師3名を専門に配置

予約制:電話・窓口予約で完全予約制

1日の予約枠 初診4名(一人30分)、再来4名

診療の流れ

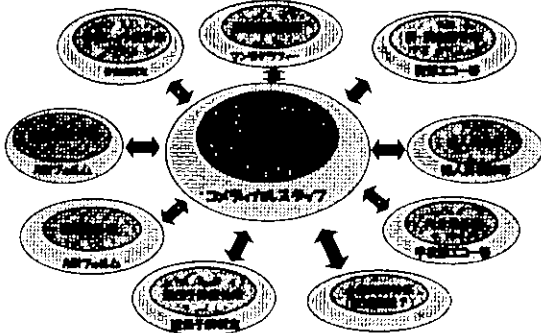
予約20分前 事前問診表の記入 担当看護師がサポート



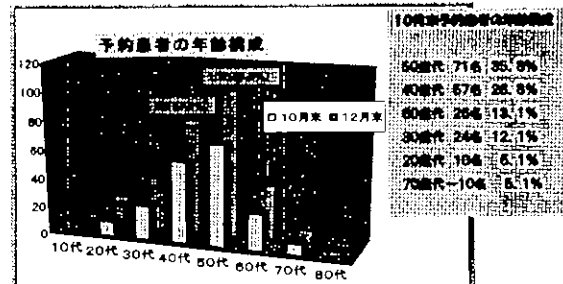
女性専用外来治療
再診

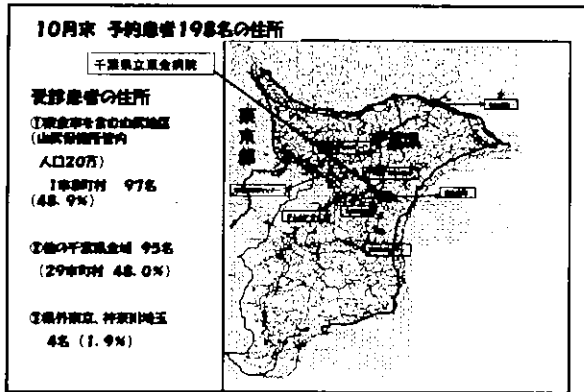
専門外来へ紹介

東倉病院が目指すGender-specific Medicine 診療体制



予約患者の動向 予約状況 開設前 47名 10月末198名 12月末294名





9月から12月末までの受診状況

月	新患者	再来患者	計
9月	14	1	15
10月	16	14	30
11月	17	26	43
12月	22	29	51
計	69	70	139

新患者の69名の年齢構成
 40歳未満 11名
 40歳以上 58名

40歳代 22名
 50歳代 24名
 60歳代 9名
 70歳以上 3名

新受診患者さまの主訴と診察後の声

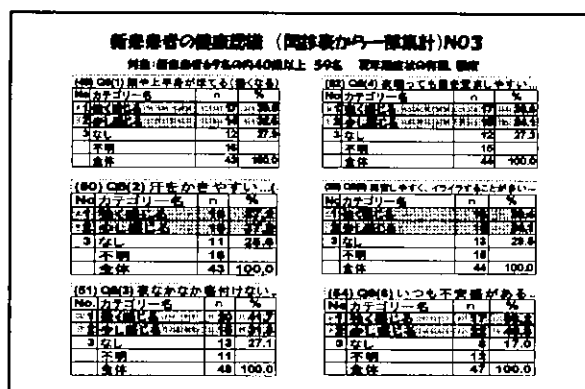
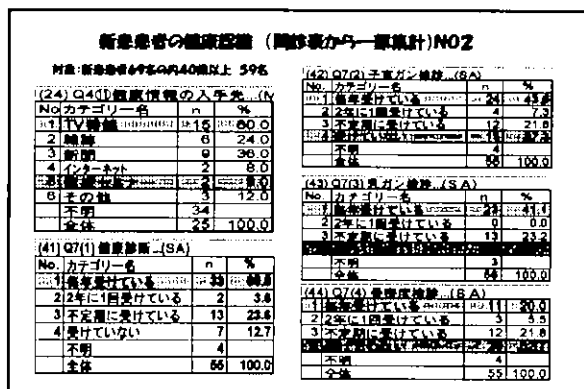
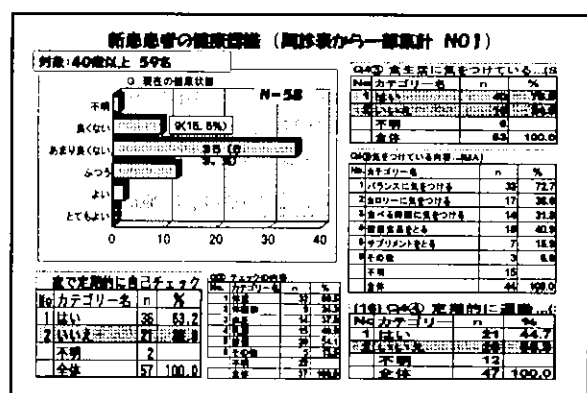
更年期症状 49名 (24.7%)
 精神症状 15名 (21.9%)
 その他 19名 (26.4%)

不眠、不安、倦怠、乳がん、骨太しう感の心配、乳がん、子宮がんの心配、更年期、閉経、乳がん、骨太しう感の心配

主訴

診察後の声

- ・女医さんで安心して話すことができました。
- ・じっくり30分話をしてくれて、病気のことがよくわかった
- ・はじめて更年期障害について納得する説明を受けた
- ・満足する言葉が返され、好評であった。いっせいで後悔してよかったこと、長く不安を抱えてきたこともわかった。



新患患者の健康認識 (問診表から一部抜粋) NO4

対象：新患患者69名のうち40歳以上 59名 平均年齢は47.9歳

回答	n	%
1 全くない	4	6.8
2 少し	7	11.9
3 なし	13	22.0
不明	13	22.0
全体	47	100.0

回答	n	%
1 全くない	11	18.8
2 少し	19	32.3
3 なし	17	28.1
不明	11	18.8
全体	58	100.0

回答	n	%
1 全くない	11	18.8
2 少し	19	32.3
3 なし	17	28.1
不明	11	18.8
全体	58	100.0

回答	n	%
1 全くない	11	18.8
2 少し	19	32.3
3 なし	17	28.1
不明	11	18.8
全体	58	100.0

回答	n	%
1 全くない	11	18.8
2 少し	19	32.3
3 なし	17	28.1
不明	11	18.8
全体	58	100.0

回答	n	%
1 全くない	11	18.8
2 少し	19	32.3
3 なし	17	28.1
不明	11	18.8
全体	58	100.0

新患患者の健康認識 (問診表から一部抜粋) NO4

対象：新患患者69名のうち40歳以上 59名 平均年齢は47.9歳

回答	n	%
1 全くない	4	6.8
2 少し	7	11.9
3 なし	13	22.0
不明	13	22.0
全体	47	100.0

回答	n	%
1 全くない	4	6.8
2 少し	7	11.9
3 なし	13	22.0
不明	13	22.0
全体	47	100.0

回答	n	%
1 全くない	4	6.8
2 少し	7	11.9
3 なし	13	22.0
不明	13	22.0
全体	47	100.0

回答	n	%
1 全くない	4	6.8
2 少し	7	11.9
3 なし	13	22.0
不明	13	22.0
全体	47	100.0

女性専用外来のおける看護の役割

- 女性専用外来運営のコアメンバー**
 外来立ち上げから開始まで、女性健康専門医(天野千代子先生)や看護師(宮澤美穂先生)と連携のもと、執行役員、医師の指導、事務局と連携して診療体制、業務などの整備、職員の教育を実施。開設後予約、日診時間、検査結果の通知などをマネージメント。
- 地域住民、県民への女性健康、女性の健康啓発活動の展開、広報**
 女性専用外来のコンセプトの作成の配布(町町、冊子、冊子) 町民、県民、市民、市民、医師会、関係団体、健康推進協議会等 2006年秋 文庫健康推進会の発行会、51名参加
 3 健康推進協議会との連携 山形地区3月予定
- 女性の健康相談とカウンセリング(アロマ)等**
 電話予約時、問診時、診察時に相談にのる。電話予約時に、患者は時々と悩みを訴え 10分から15分程度相談になる。問診の際に、診察後医師へのフィードバック。
- 健康アセスメントと生活指導**
 問診表の内容が主として女性の健康認識の把握を知るツール。患者の多くが閉経後の更年期、生活習慣病のリスクが高い患者であり、生活指導、健康教育が重要である。

まとめと今後の課題

- 女性専用外来の浸透が大きく、評判もよく、女性健康のニーズは高い。
- 女性専用外来の開設により
 - 女性健康の重要性について、地域住民および関係機関関係者に広く理解された。講演会、パンフレットで正しい知識の普及。
 - 女性の健康、医療の問題の切実さ、期待の大きさをあらためて再認識した。女性の健康、医療の向上の必要を痛感した。
- 女性のライフサイクルをみて、女性の自己健康教育活動が重要。
 女性専用外来での個別の相談体制健康教育の充実
- 地域とのネットワーク作り
 地域との連携、コミュニティスタッフの連携を図り、女性健康・健康づくりのネットワークをいかに広げていけるかが課題である。

Gender-Specific Medicine

性差を考慮した医療

近年日本の医療はめざましい発展をとげ、日本人女性の平均寿命は世界最高となった。女性の社会活動への参加も高まったが、それは同時に生活習慣の変化や精神的ストレスの増加を招いている。女性をとりまく環境は大きく変化した。女性の医療や健康情報に関するシステムに関しては、まだまだ十分とは言えないのが実状である。女性の医療といえば、妊娠、出産、乳がん、子宮がんに偏っていた。

現在では女性ホルモンが、子宮、乳房、膣などの女性外性器の発達を促進させ、女性生殖機能の充実と維持にあたるだけでなく、心筋、肝臓、骨、血管、皮膚、脳など、女性性器以外の多くの身体臓器機能に深くかかわっているホルモンであることが判明している。

女性ホルモンの減少がもたらす更年期障害は、のぼせ、ほてり、動悸、いらいらなどの、いわゆる「血の道」の症状だけではない。

- *心・血管系症状 → 高血圧、狭心症
- *内分泌・代謝障害 → 肥満、高脂質血症
- *運動器症状 → 肩こり、腰痛、関節痛
- *精神症状 → 不安、不眠、情緒不安定
- *皮膚症状 → 皮膚の衰え、頭髪が抜ける、かゆみ
- *性交痛、尿失禁など その症状は複雑、多岐にわたる。

老年期においては、骨粗鬆症や動脈硬化に伴う脳梗塞、心筋梗塞、そしてがんが女性の健康をおびやかす。

*米国では1990年にNIH (the National Institute of Health) に女性における疾病の予防、診断、治療の向上と、関連する基礎研究を支援する目的でOffice of Research on Women's Health が開設された。予算800億、10年にわたる疫学調査も進行中。

*日本の現状は、患者も医師も医療における性差についてはまだ十分に気付いておらず、医療の現場および研究のなかで、性差へのevidenceを積み重ねていく作業が今始まったばかりである。

あなたの健康情報に関して下記の質問にお答えください。

記入日 2001(平成13)年 月 日 担当医

ご氏名		生年月日	明・大・昭 年 月 日
出産歴	有 (回)、無	喫煙 家族喫煙	有 (/本)・無 有 (どなたが)・無

1. 現在のご自分の健康状態をどう思われますか。○をひとつつけてください。
①とてもよい ②よい ③ふつう ④あまり良くない ⑤良くない

2. からだの不調を感じていらっしゃる方は現在の状態を具体的にお書きください。

{

そのことで治療を受けている方は受診している科をお書きください。

{

3. 現在、ご自身の健康で心配なことは？

自分は _____ であるのが心配である。

自分は _____ になるのではないかと心配である。

上記について心配なのは、何故ですか。

4. ご自身の健康のためにしていることについて、おこたえください。それぞれの項目について、○をつけてください。

① 健康診断を必ず受けている→ (はい、いいえ)

② 家で体に変化がないか定期的に自己チェックしている→ (はい、いいえ)

SQ.「はい」に○をつけた方→何をチェックしていますか(いくつでも○)

1. 体重 2. 体脂肪 3. 血圧 4. 乳房 5. 排便

6. その他 ()

③ 食生活に気をつけている→ (はい、いいえ)

SQ.1「はい」に○をつけた方、どのようなことに気をつけていますか→

1. バランスに気をつける

2. カロリーに気をつける

3. 食べる時間に気をつける

4. 健康食品をとる

具体的に { }

5. サプリメントをとる

具体的に { }

6. その他 { }

- ④ 定期的に運動するようにしている→ (はい、いいえ)
- ⑤ 休養・睡眠時間を十分にとるようにしている→ (はい、いいえ)
- ⑥ 不調になったら、すぐに専門家に相談する→ (はい、いいえ)
「はい」に○をつけた方 →特に相談する専門家とは? ()
- ⑦ 不調になったら、家族や友人など身近な人に相談する→ (はい、いいえ)
「はい」に○をつけた方 →特に相談する相手とは? ()
- ⑧ 市販の薬(一般薬、漢方薬)をすぐ飲むようにしている→ (はい、いいえ)
- ⑨ 疲労回復やリラックスのために、マッサージや整体に定期的に行く (はい、いいえ)
- ⑩ 美容のために、エステやマッサージに定期的に行く→ (はい、いいえ)

⑪ 最新の健康情報を取り入れるようにしている

→ ①はい ②いいえ

「はい」に○をつけた方、情報の入手先について、あてはまる番号全てに○をつけてください。

1. TV番組→ 特に頼りにする番組名 ()
2. 雑誌 → 特に頼りにする雑誌名 ()
3. 新聞 → 特に頼りにする新聞紙名 ()
4. インターネット → 特に頼りにするサイト ()
5. 健康セミナー
6. その他 ()

⑫その他ご自身の健康のためにしていることがあれば、ご記入ください。

()

5. ご自身の健康について相談できる医療関係の方はいらっしゃいますか。

①はい ②いいえ

①と答えた方、それはどのような方ですか。(あてはまるものすべてに○)

- 1) 婦人科医師 2) 内科医師 3) 整形外科医師 4) 精神科/心療内科医師
- 5) その他医師(何科ですか?) ()
- 6) 近所の薬局(調剤薬局、かかりつけ薬局) 7) 病院・医院の薬剤師
- 8) 看護婦 9) 栄養士 10) 保健所の保健婦 11) 助産婦
- 12) カウンセラー
- 13) 指圧・鍼灸・ヨガなどの先生 14) エステ・アロマ・マッサージなどの指導者
- 15) その他 ()

6. もしご自身の健康について次のようなサービス・システムがあるとしたら、利用したいと思いませんか。（各項目についてあてはまるものに○をつけてください）

	1. 有料でも利用 したい	2. 保険がきくなら （安価なら） 利用したい	3. 無料だったら 利用したい	4. 利用したくない
1. 内科・婦人科など専門医がグループで診察をしてくれるところ	1	2	3	4
2. 医師だけでなく、薬剤師・栄養士・運動療法士などがグループになってアドバイスしてくれる施設	1	2	3	4
3. 臓器別ではなく、総合的にみられる医師のいるところ	1	2	3	4
4. 医師の得意分野やこれまでの経歴など、特徴がわかる病院	1	2	3	4
5. 病気が軽くても、治療法や薬についてセカンドオピニオンを（すすめて）くれる病院	1	2	3	4
6. 自分の検査データやレントゲン写真を要求したときに快く出してくれる病院	1	2	3	4
7. 薬の情報（副作用・副効用・費用・使い方など）を教えてくれる中立的な場所	1	2	3	4
8. 鍼灸・アロマ・気功・エステなど、病院ではないが体調をととのえる施設のうち、信頼できる場所に関する情報	1	2	3	4
9. 健康診断の検査値では異常がみられなくても、肩凝りや冷え等なんとなくの不調について気軽に相談できる所	1	2	3	4
10. 心や体に関して同じ悩みをもつ人と話し合える場所	1	2	3	4
11. 体や心、生きがい等について、広範囲の将来設計について話し合える場所	1	2	3	4
12. 一般健康診断・婦人科検診が一度に受けられて、健康変化について丁寧にアドバイスしてくれる所	1	2	3	4
13. 既往症や現在の体調・服用している薬を一括して記入・保存できる婦人健康手帳	1	2	3	4
14. 更年期に陥りがちな病気について、自己チェック方法がまとめて記されている資料	1	2	3	4

その他のご意見：

7. 健康診断、検診についておうかがいします。

	毎年 受けている	2年に1回 受けている	不定期に 受けている	受けて いない
1. 健康診断はうけていますか。	①	②	③	④
2. 子宮ガン検診は受けていますか	①	②	③	④
3. 乳ガン検診は受けていますか	①	②	③	④
4. 骨密度検診は受けていますか	①	②	③	④

5. 月経の記録はつけていますか？

はい / いいえ

6. 月経のサイクルはいかがですか？

順調（日周期）、不順（ ）

7. エストロゲン(女性ホルモン)を測定したことがありますか。 はい / いいえ

8. 最近(ここ1年くらいの間に)、次のような症状を、どの程度感じるがありましたか。それぞれ、当てはまるところに○をつけてください。

1. 顔や上半身がほてる(熱くなる)	強く感じる	少し感じる	なし	
2. 汗をかきやすい	強く感じる	少し感じる	なし	
3. 夜なかなか寝付けない	強く感じる	少し感じる	なし	
4. 夜眠っても目を覚ましやすい	強く感じる	少し感じる	なし	
5. 興奮しやすく、イライラすることが多い	強く感じる	少し感じる	なし	
6. いつも不安感がある	強く感じる	少し感じる	なし	
7. ささいなことが気になる	強く感じる	少し感じる	なし	
8. くよくよし、憂うつなことが多い	強く感じる	少し感じる	なし	
9. 無気力で、疲れやすい	強く感じる	少し感じる	なし	
10. 目が疲れる	強く感じる	少し感じる	なし	
11. 物事が覚えにくかったり物忘れが多い	強く感じる	少し感じる	なし	
12. 胸がどきどきする	強く感じる	少し感じる	なし	
13. めまいがある	強く感じる	少し感じる	なし	
14. 胸がしめつけられる	強く感じる	少し感じる	なし	
15. 頭が重かったり、頭痛がよくする	強く感じる	少し感じる	なし	
16. 肩や首がこる	強く感じる	少し感じる	なし	
17. 背中や腰が痛む	強く感じる	少し感じる	なし	
18. 手足の節々(関節)の痛みがある	強く感じる	少し感じる	なし	
19. 腰や手足が冷える	強く感じる	少し感じる	なし	
20. 手足(指)がしびれる	強く感じる	少し感じる	なし	
21. 最近音に敏感である	強く感じる	少し感じる	なし	
22. 意欲が減退した	強く感じる	少し感じる	なし	
23. 全身に倦怠感がある	強く感じる	少し感じる	なし	
24. 体重が減少した	強く感じる	少し感じる	なし	
25. 体重が増加した	強く感じる	少し感じる	なし	
26. コレステロール値が高い	強く感じる	少し感じる	なし	
27. 血圧が高い	強く感じる	少し感じる	なし	
28. 胃腸の調子が悪い	強く感じる	少し感じる	なし	
29. 体がふらつく	強く感じる	少し感じる	なし	
30. くしゃみなどすると尿漏れがある	強く感じる	少し感じる	なし	
31. 尿が頻繁にでる	強く感じる	少し感じる	なし	
32. のどが渇く	強く感じる	少し感じる	なし	
33. 口内炎がしやすい	強く感じる	少し感じる	なし	
34. 肌のしみが増えた	強く感じる	少し感じる	なし	
35. 肌のしわが増えた	強く感じる	少し感じる	なし	
36. かぜをひきやすい	強く感じる	少し感じる	なし	
37. かぜをひくと長引く	強く感じる	少し感じる	なし	

SQ.1 上記の項目のなかで、更年期のからだの変化に関係があると

