

女性の健康の包括的支援政策研究事業：月経に関連した女性の健康課題に係る公衆衛生学的分析及びその課題解決に向けた研究(24FB0101) 参考資料

表 1. 一次スクリーニングの検索式
英文雑誌 (PubMed)

PubMed	2024.06.24
("dysmenorrhea"[Title/Abstract] OR "dysmenorrhoea"[Title/Abstract] OR "menstrual pain"[Title/Abstract] OR "menstrual cramps"[Title/Abstract] OR "abnormal uterine bleeding"[Title/Abstract] OR "heavy menstrual bleeding"[Title/Abstract] OR "menstrual molimina"[Title/Abstract] OR "premenstrual syndrome"[Title/Abstract] OR "metrorrhagia"[Title/Abstract] OR "menorrhagia"[Title/Abstract] OR "hypermenorrhea"[Title/Abstract] OR "Menometrorrhagia"[Title/Abstract] OR "heavy uterine bleeding"[Title/Abstract] OR "irregular menstrual bleeding"[Title/Abstract] OR "irregular uterine bleeding"[Title/Abstract] OR "intermenstrual bleeding"[Title/Abstract] OR "primary dysmenorrhoea"[Title/Abstract] OR "secondary dysmenorrhoea"[Title/Abstract] OR "menorrhagia"[Title/Abstract]) AND 2014/01/01:3000/12/31[Date - Create]	8,195
Scopus	
(TITLE-ABS (dysmenorrhea) OR TITLE-ABS (menstrual AND pain) OR TITLE-ABS (menorrhagia) OR TITLE-ABS (menstrual AND cramps) OR TITLE-ABS (abnormal AND uterine AND bleeding) OR TITLE-ABS (heavy AND menstrual AND bleeding) OR TITLE-ABS (menstrual AND molimina) OR TITLE-ABS (premenstrual AND syndrome) OR TITLE-ABS (metrorrhagia) OR TITLE-ABS (hypermenorrhea) OR TITLE-ABS (menometrorrhagia) OR TITLE-ABS (menorrhagia) OR TITLE-ABS (heavy AND uterine AND bleeding) OR TITLE-ABS (irregular AND menstrual AND bleeding) OR TITLE-ABS (irregular AND uterine AND bleeding) OR TITLE-ABS (intermenstrual AND bleeding) OR TITLE-ABS (primary AND dysmenorrhoea) OR TITLE-ABS (secondary AND dysmenorrhoea) OR TITLE-ABS (menorrhagia) OR TITLE-ABS (dysmenorrhoea)) AND PUBYEAR > 2013	8,610
マージ	
PubMed+Scopus : 重複削除・Abstract のない論文を除外	11,858

和文雑誌（医中誌）

医中誌	2024.06.24
((((((((((((希発月経/TH or 希発月経/AL)) or ((月経異常/TH or 頻発月経/AL)) or (重度月経出血/AL) or (((((月経困難症/TH or 月経困難症/AL)) or ((月経前症候群/TH or 月経前症候群/AL)) or ((月経困難症/TH or 月経随伴症状/AL)) or ((月経困難症/TH or 月経痛/AL)) or ((月経前不快気分障害/TH or 月経前不快気分障害/AL)) or ((月経前不快気分障害/TH or PMDD/AL)) or ((月経前症候群/TH or PMS/AL)) or (異常子宮出血/AL) or ((過多月経/TH or 過多月経/AL)))))) or ((子宮出血-不正/TH or 機能性子宮出血/AL)) or ((子宮出血/TH or 子宮出血/AL)))))) and (DT=2014:2024))) and (PT=会議録除く))))))	2,577

表 2. 2次スクリーニングのキーワード

テーマ	キーワード
アブセンティズム・プレゼンティズム	アブセンティズム、プレゼンティズム、欠勤、仕事、学校
QOL・生産性	QOL、労働
経済損失	経済損失、生産性、労働

表 3. 2次スクリーニングの結果

	A	B	C
	アブセンティズム・ プレゼンティズム	QOL	経済損失・ 生産性
月経困難症（月経痛）	①17 報	②32 報	③12 報
PMS/PMDD	④ 4 報	⑤15 報	⑥ 6 報
異常子宮出血（過多月経）	⑦28 報	⑧12 報	⑨10 報

①月経困難症・月経痛がプレゼンティズム・アブセンティズムに与える影響：サマリー

はじめに

月経困難症および月経痛は、女性の労働生産性や学業成績に深刻な影響を及ぼすことが多く、特にプレゼンティズム（症状を抱えながらの出勤・通学）やアブセンティズム（欠勤・欠席）の主な要因となっている。本稿では、これらの影響を明らかにし、関連する論文の知見を整理する。

1) 月経困難症・月経痛がプレゼンティズムに及ぼす影響

仕事への影響

中国の看護師長を対象とした Li ら（2023）の検討では、96.6%がプレゼンティズムを経験しており、その主な原因として月経痛や疲労が挙げられることを示した。また、看護職のように肉体的・精神的負担が大きい職業では、月経痛が直接的に仕事の質に影響を及ぼす可能性があることが示唆された。また、de Arruda ら（2024）のブラジルの横断研究では、月経痛が強いほどプレゼンティズムのリスクが高まり、特に月経量が多い場合にはそのリスクが 2.12 倍に上昇することが示された。

学業への影響

スペインの看護学生を対象とした Abreu-Sánchez ら（2020）の研究では、92.7%が月経困難症によるプレゼンティズムを経験しており、学業遂行に支障をきたしていることが報告された。特に、看護学のような実習を伴う学問では、体調不良であっても出席しなければならない状況が生じやすく、それが学習効率や成績に悪影響を及ぼす可能性があることが指摘された。月経困難症を持つ学生たちがプレゼンティズムを選択する理由として、「痛みに耐えられる」「欠席する理由として認められない」「学業の重要性」「責任感・罪悪感」などが挙げられており、これらの社会的な期待や環境要因が、女性が無理をしてでも出席・出勤する要因となっている可能性がある。

また、スウェーデンの高校生を対象とした Söderman ら（2019）の調査では、女性の 36%が重度の月経困難症（NRS スコア 8-10）を経験し、59%が月経困難症のために社会活動を控えたことが報告された。また、アブセンティズムは 45%の女性が年に数回、14%が毎月経験していることが示された。

2) 月経困難症・月経痛がアブセンティズムに及ぼす影響

仕事への影響

スペインの女性労働者を対象とした Leon-Larios ら（2024）の調査では、34.3%が月経による欠勤を考えたものの、実際に休んだのは 17.3%にとどまったことを報告した。また、その背景には職場での評価を気にする心理的要因が大きく関与していることを示している。

学業への影響

スペインの看護学生を対象とした Fernández-Martínez ら（2019）の検討では、月経困難症のある

学生は、そうでない学生に比べて6.95倍も欠席のリスクが高いことが明らかになった。また、スウェーデンの高校生を対象とした Söderman ら（2019）の調査では、女性の14%が毎月欠席し、45%が年に数回欠席しており、月経困難症が学業に大きな影響を及ぼしていることが示された。オーストラリアの若年女性を対象とした Armour ら（2020）のメタアナリシスでは、過去3回の月経周期のうち1回以上授業を欠席した割合が半数近くに達していることから、月経困難症が学業継続に多大な影響を及ぼすことが示された。さらにインドネシアの Davis ら（2018）による学校調査では、月経衛生管理（MHM）の不備や文化的な羞恥心がアブセンティズムの主な要因となっていることが明らかにされている。

3) 改善策とその有効性

プレゼンティズムやアブセンティズムの影響を軽減するための改善策も研究されている。

ドイツの就労者を対象にした Cook ら（2023）の研究では、月経痛の重症度や上司へ月経痛があることを正直に報告することがプレゼンティズムと関連しており、職場環境や上司との関係性が、女性労働者の健康管理や働き方に大きく影響を与える可能性が示された。

Song ら（2018）の日本の研究では、月経状態や健康状態について情報提供可能である月経管理アプリ「からだのきもち」を利用した群で、月経困難症の発症率が非利用群よりも有意に低く、労働生産性も改善されることが示された。

さらに、身体活動の有効性についても研究されており、原発性月経困難症に対する Matthewman ら（2018）のRCTのメタアナリシスでは、身体活動が疼痛の強度と持続時間を軽減する可能性が示唆されている。このように、テクノロジーや生活習慣の改善を取り入れることで、月経関連症状による生産性の低下を改善することも示されている。

結論

月経困難症および月経痛は、プレゼンティズムやアブセンティズムを通じて、労働生産性や学業成績に深刻な影響を及ぼす。文化的要因や職場・学校のサポート環境も大きく関与しており、適切な介入策（健康教育・モバイルアプリ・職場の理解促進など）が求められる。今後は、より多様な環境下での研究や、制度的な対策の有効性を評価する研究が必要である。

■引用文献

[国内エビデンス]

Imamura Y et al: JMA J 2020;3(3):232-239

Song M et al: J Med Econ 2018;21(11):1131-1138

Takabayashi-Ebina A et al: JMA J 2023;6(1):55-62

[海外エビデンス]

Abreu-Sánchez A et al: Int J Environ Res Public Health 2020;17(18):6473

Armour M et al: J Womens Health (Larchmt) 2019;28(8):1161-1171
Armour M et al: J Pediatr Adolesc Gynecol 2020;33(5):511-518
Cook A et al: J Psychosom Obstet Gynaecol 2023;44(1):2236294
Davis J et al: Trop Med Int Health 2018;23(12):1350-1363
de Arruda GT et al: Arch Gynecol Obstet 2024;309(5):2071-2077
Fernández-Martínez E et al: Int J Environ Res Public Health 2019;17(1):53
Fooladi E et al: J Womens Health (Larchmt) 2023;32(11):1249-1256
Hernio C-I et al: Gynecologie Obstetrique Fertilité et Senologie 2021;49:889-896
Leon-Larios F et al: Reprod Health 2024;21(1):25
Li W et al: BMC Nurs 2023;22(1):339
Matthewman G et al: Am J Obstet Gynecol 2018;219(3):255.e1-255.e20
Sims H et al: Women's Reproductive Health 2024;11:166-181
Söderman L et al: Acta Obstet Gynecol Scand 2019;98(2):215-221

②月経困難症・月経痛が QOL に与える影響：サマリー

はじめに

月経困難症および月経痛は、生殖年齢の女性の多くが経験する症状であり、単なる生理的な不快感にとどまらず、日常生活や社会活動に大きな影響を及ぼす疾患である。月経困難症は、特に強い下腹部痛や腰痛を特徴とし、時には吐き気、頭痛、倦怠感などの全身症状を伴うこともある。これらの症状は、精神的、身体的な QOL の低下を引き起こし、労働生産性の低下やアブセンティズムの増加につながることを示されてきた。

1) 月経困難症と QOL

フランス人女性 3000 名以上を対象に原発性月経困難症の有病率と強度を調査した Fernandez ら（2020）の調査では、79%月経時疼痛を経験し、24 歳以下の若年女性では、66%が現在月経困難症であると報告した。月経困難症の女性では QOL（SF-36 スコア）の有意な低下がみられた。オーストラリアの女性における月経困難症の QOL に関する Pouraliroudbaneh ら（2024）のメタアナリシスでも、月経困難症を有する女性の QOL が低下することが示されている。

日本人女性を対象とした Mizuta ら（2023）の調査では、月経困難症が重度になるほど QOL スコアが低下すること、特に、慢性的な痛みによる負のスパイラルが QOL に著しい影響を与え、心理的 QOL も低下することを明らかにした。この結果は、月経困難症が単なる身体的な問題ではなく、精神的な健康にも大きな影響を及ぼす可能性を示唆している。

2) 月経困難症とメンタルヘルス

日本の働く女性 6,048 名を対象にした Shimamoto ら（2021）の調査では、月経症状が HRQoL（健康関連 QOL）を著しく低下させることが示された。特に、一部の身体症状に加え、精神的・心理的症状が QOL 低下に大きく寄与しており、月経の多面的な性質に対処するための総合的な介入が必要であると指摘している。

原発性月経困難症を有する英国女性を対象にした Kapadi ら（2020）の調査では、月経痛が QOL を低下させること、特に月経痛が重い場合、あるいはうつ血性の月経困難症の場合に、精神的 QOL がさらに悪化する予測因子となることが示された。

一方、東京の都市部で働く女性を対象とした Matsumura ら（2023）の調査では、月経困難症の重症度が高い女性ほど心理的苦痛を抱える傾向があり、仕事のコントロールの度合いが心理的苦痛の軽減に寄与する可能性が示された。このことは、職場環境の改善が月経困難症の影響を軽減する可能性を示唆している。また、日本人女性を対象とした Kato ら（2017, 2021）の一連の調査では、月経痛に対する対処の柔軟性が抑うつ症状に影響を与えることが示されており、痛みへの適応力が心理的健康の維持に重要であることが示唆されている。

3) 月経関連症状の重症度に関わる因子

月経困難症や月経前症候群（PMS）、月経前不快気分障害（PMDD）の有病率と重症度を調査した Mitsuhashi ら（2022）のメタアナリシスでは、月経困難症の重症化と関連している因子として、BMI が低いこと（ $< 18.5 \text{ kg/m}^2$ ）、および喫煙が挙げられた。

また、月経困難症のセルフケア尺度と関連因子の関連を検討した Yamamoto ら（2019）の調査では、月経痛の程度が食習慣、睡眠習慣と関連することが示された。日本人女子中学生を対象とした Kazama ら（2015）の調査では、睡眠時間が 6 時間未満であることが中等度から重度の月経困難症と有意に関連することが示された。同様に、日本の女子大生を対象に、ソーシャル・ジェットラグ（平日と休日の就寝・起床リズムのズレ）と月経症状・月経周期の関係を検討した Komada ら（2019）の検討では、1 時間以上のソーシャル・ジェットラグが、重篤な月経症状の有意な関連因子であることが示された。

また、月経痛は様々な症状とも関連する。日本人女子大学生を対象にした Yamamoto ら（2022）の調査では、日本の若い女性集団において、月経痛が機能性ディスぺプシアおよび心窩部灼熱症候群と正の関連があることが示された。

日本人女性の子宮筋腫が QOL および労働生産性に与える影響を検討した Koga ら（2023）による JOYFUL 調査では、中等度から重度の子宮筋腫に由来する月経症状が QOL の低下と関連すること、特に貧血が QOL 低下の主要因であることが報告されている。一方、適切な治療を受けた女性では QOL の改善傾向がみられた。

4) 月経困難症の重症度と運動習慣

定期的な運動習慣と月経周辺症状の関連を調査した Mizuta ら（2022）の報告では、定期的な運動習慣が月経周辺症状の重症度を軽減することが示されており、特に月経前の否定的感情の軽減に運動習慣が関連することが示唆された。

日本人女性アスリートと非アスリートを比較した Momma ら（2021）の調査においても、アスリートと比較して、非アスリートは月経困難症の有病率が高く、重症度も高かった。この 2 つのグループでは、重症月経困難症に関連する要因が異なっていた。したがって、運動選手と非運動選手の月経困難症の管理には、異なる戦略が必要であることが示唆された。

5) 栄養と生活習慣の影響

栄養摂取と月経痛の関連性について調査した Naraoka ら（2023）の調査では、動物性タンパク質、ビタミン D、ビタミン B12 の摂取量が少ない女性ほど、月経痛が重い傾向があることが示された。また、朝食の摂取頻度や入浴の頻度が低いことも、月経痛の重症度と関連していた。日本の女子医学生を対象に月経症状と栄養状態を検討した Fukushima ら（2020）の調査では、血清アルブミン値が月経症状による心理的苦痛に関連することが示された。

6) 治療介入が QOL に与える効果

日本における月経困難症の薬物療法と症状に関するYoshino ら（2022）の検討では、LEP（低用量エストロゲン・黄体ホルモン）治療が最も有効であることが示された。この研究では、LEP 治療を受けた女性は月経症状の大幅な改善が見られ、QOL や仕事の生産性も向上したと報告している。一方、NSAIDs や漢方薬を用いた非 LEP 治療では、同様の改善は認められなかった。この結果は、LEP 治療が身体的および精神的な月経症状の管理に有効であることを示唆している。

また、就労女性を対象として月経管理のためのモバイルアプリケーション「からだのきもち」の有効性を調査した Song ら（2018）の日本の研究では、アプリの使用により月経困難症やうつ病の発生率が低下し、費用対効果も高いことを確認した。この結果は、デジタルツールを活用した月経管理が、働く女性の QOL 向上に寄与する可能性を示している。

結論

月経困難症および月経痛は、QOL の低下や労働生産性の低下に大きく関与しており、特に心理的健康への影響が深刻であることが示されている。適切な治療として LEP の有効性が確認されている一方で、生活習慣の改善も重要な要素であり、特に栄養、運動、睡眠の管理が月経症状の軽減に役立つことが示唆されている。また、モバイルアプリの活用や職場での支援体制の強化も、働く女性の QOL 向上に寄与する可能性がある。今後は、より包括的な対策を通じて、月経関連症状に対する社会的支援を強化していくことが求められる。

■引用文献

[国内エビデンス]

Fukushima K et al: PLoS One. 2020;15(7):e0235909

Kato T: Pain Pract. 2017;17(1):70-77

Kato T et al: Behav Med. 2021;47(3):185-193

Kazama M et al: Tohoku J Exp Med. 2015;236(2):107-113

Koga K et al: J Obstet Gynaecol Res 2023;49(10):2528-2537

Komada Y et al: Chronobiol Int. 2019;36(2):258-264

Matsumura K et al: Int J Environ Res Public Health. 2023;20(21):7021

Mitsubishi R et al: Int J Environ Res Public Health. 2022;20(1):569

Mizuta R et al: PLoS One 2023;18(3):e0283130

Mizuta R et al: BMC Womens Health 2022;22(1):200

Momma R et al: Int J Environ Res Public Health. 2021;19(1):52

Naraoka Y: Healthcare (Basel). 2023;11(9):1289

Shimamoto K: BMC Women's Health 2021; 21:325

Song M et al: J Med Econ. 2018;21(11):1131-1138

Yamamoto E: Asian J Hum Services 2019;16:68-86

Yamamoto Y et al: Neurogastroenterol Motil. 2022;34(8):e14324

Yoshino O et al: Adv Ther. 2022;39(6):2562-2577

[海外エビデンス]

Fernandez H et al: J Gynecol Obstet Hum Reprod. 2020:101889

Pouraliroudbaneh S et al: Int J Gynaecol Obstet. 2024;167(1):16-41.

Sveinsdóttir H: J Clin Nurs. 2018;27(3-4):e503-e513

③月経困難症・月経痛が労働生産性・経済的損失に与える影響：サマリー

はじめに

月経痛および月経困難症は、女性の健康に大きな影響を与えるだけでなく、労働生産性の低下や経済的負担をもたらすことが多くの研究で示されている。本レビューでは、これらの疾患が個人および社会の経済損失に与える影響について、近年の研究をもとにまとめる。

1) 月経痛・月経困難症による労働生産性への影響

日本人女性の月経困難症の治療パターンと経済的負担に関する Akiyama ら (2017) の調査では、月経困難症患者の年間総医療費が対照群と比較して 2~3 倍高いことが示された。特に外来受診が費用増加の主要因であり、月経困難症による医療負担の大きさが明らかとなった。

de Arruda ら (2024) の横断研究においても、月経症状のある女性の 44.2%がプレゼンティズム (出勤しているが生産性が低下している状態) を経験しており、特に月経量が多い女性や月経痛の強い女性でプレゼンティズムが顕著であったことが示された。

また、オランダの一般女性を対象とした Schoep ら (2019)の大規模アンケート調査では、女性の 13.8%が月経中のアブセンティズムを報告し、80.7%がプレゼンティズムによる生産性低下を経験していること、その経験を数える日数は年間平均 23.2 日であった。しかし、女性が月経による不調がアブセンティズムの理由であると雇用主や学校に伝えたのは、わずか 20.1%であった。また、Weisberg ら (2016) は、過多月経と月経痛が重度の女性では、ベッドで過ごす日数が増加し、仕事の生産性が低下することを報告している。

子宮内膜症の影響について検討した Della Corte ら (2020) のナラティブレビューでは、子宮内膜症に伴う月経痛などの症状が、身体的な影響だけでなく抑うつ、不安の悪化などの心理的な影響を及ぼし、仕事における生産性の低下や医療資源の大量使用につながると報告した。

2) 月経困難症と経済的損失

過多月経/月経困難症が職務遂行能力に及ぼす影響を評価した Sims ら (2024) の 21 試験のシステマティックレビューでは、過多月経および月経困難症の女性は工作中的のアブセンティズム (欠勤) の頻度が高く、1 ヶ月あたり 3.2~17.6 時間の欠勤が発生していた。月経困難症に伴う推定年間収入損失は米国では 3,555.20~6,294.17 ドルと推定された。一方、治療による症状改善が、仕事の生産性の向上と経済的損失の改善に寄与することも報告されている。

原発性月経困難症 (機能性月経困難症) の女性を対象にした Han ら (2022) の韓国の調査では、年間コストの推計が 4,053 ドル (補完代替医療の直接費用 1,245 ドル + 生産性損失などの間接費用 2,807 ドル) に達し、月経困難症が仕事の生産性低下と収入減に関連することが示された。

日本の大学病院看護師を対象とした Ota ら (2023) の調査では、月経に伴う身体症状を報告した看護師は、"離職意向"を有する可能性が高いことが示された。そのため、月経痛などの身体症状に対す

る介入は、看護師の就労継続支援につながる可能性が示唆された。

3) 月経痛に与える勤務環境の影響

日本人看護師の夜勤頻度と月経不順の関係を分析した Mayama ら (2020) の調査の中で、月間で 8 回以上夜勤になると月経痛のリスクが高まることを報告している。その一方、日本の女性労働者を対象にした Nishikitani ら (2017) の調査では、勤務間インターバルが 11 時間より短い女性労働者と、11 時間より長い労働者に比べて月経周期異常が多い傾向が示されたが、月経痛が仕事に与える影響に関しては有意差は認められなかった。これらの結果から、職場環境が女性の月経健康に影響を及ぼす可能性は検討の余地が残されている。

4) 月経困難症患者の治療アクセスの促進

続発性月経困難症 (SD : 器質性月経困難症) 患者の受診に関する Ishida ら (2024) のデータベース研究では、SD による外来受診およびホルモン療法による外来受診が、器質性月経困難症管理料導入後に有意な上昇傾向を認めたことから、このような経済的な支援が月経困難症を有する女性の治療へのアクセスを促進する可能性がある。

結論

月経痛および月経困難症は、女性の QOL の低下だけでなく、労働生産性や経済的損失にも大きく影響を与えることが示されている。アブセンティズムやプレゼンティズムの増加により、年間数千ドル規模の経済的損失が生じる可能性があることが明らかとなった。特に、月経教育の普及や職場環境の改善が、女性の健康管理と労働生産性向上の鍵となると考えられる。今後の研究では、企業や社会全体での対策を講じることで、女性の健康と経済活動の両立を支援する施策の検討が求められる。

■ 引用文献

[国内エビデンス]

Akiyama S et al: Clinicoecon Outcomes Res 2017;9:295-306

Ishida R et al: J Obstet Gynaecol Res 2024;50(7):1208-1215

Mayama M et al: J Occup Health. 2020;62(1):e12180

Nishikitani M et al: Biopsychosoc Med 2017;11:26

Ota Y et al: Int Arch Occup Environ Health 2023; 96:155-166

Tanaka E et al: International Journal of Women's Health 2014;6:11-23

Uchibori M et al: Prev Med Rep 2023;36:102467

[海外エビデンス]

de Arruda GT et al: Arch Gynecol Obstet 2024;309(5):2071-2077

Della Corte L et al: Int J Environ Res Public Health 2020;17:4683

Han S et al: Health Care Women Int 2022;43(9):1120-1130

Schoep ME et al: BMJ Open 2019;9(6):e026186

Sims H et al: Women's Reproductive Health 2024;11:166-181

Weisberg E et al: Eur J Contracept Reprod Health Care 2016;21(6):431-435

④PMS/PMDD がプレゼンティズムおよびアブセンティズムに与える影響：サマリー

はじめに

月経前症候群（PMS）および月経前不快気分障害（PMDD）は、女性の生活の質や労働生産性に大きな影響を及ぼす疾患である。これらの疾患により、多くの女性が職場や学校でのプレゼンティズム（出勤しているがパフォーマンスが低下している状態）やアブセンティズム（欠勤）の問題を抱えることがある。本稿では、これらの疾患がプレゼンティズムおよびアブセンティズムに与える影響について、最新の研究をレビューし、関連する知見をまとめる。

1) PMS および PMDD とプレゼンティズムの関連性

PMDD の症状とプレゼンティズム

PMDDと診断された女性が職場で経験する具体的な症状として、Hardyら（2017）の質的研究は、集中力の低下、感情の爆発、自己不信などを挙げている。これらの症状がプレゼンティズムを引き起こし、業務効率の低下や職場での対人関係の悪化につながる事が報告されている。また、PMDD 患者は症状が消失した後、これらの生産性低下を補うため、月経周期のエピソード後、長時間働いたり仕事を家に持ち帰ったりするなどの過代償性行動をとることが報告されている。このような周期が継続することで、キャリアの中断や離職につながる可能性も高いとされた。

2) PMS および PMDD とアブセンティズムの関連性

学業に対する影響

日本の高校生 901 名を対象に、PMS や PMDD が学校欠席（アブセンティズム）に与える影響を調査した Tadakawa ら（2016）の横断的研究では、学生の 11.9%が PMS や PMDD に関連した症状により月に 1 回以上欠席していた。不眠・過眠や身体的症状（乳房の圧痛、腹部膨満感、頭痛、関節や筋肉痛など）が欠席のリスク要因として特定され、さらに、塩分の多い食事を好む傾向や定期的な運動の不足といった生活習慣も欠席と関連していた。これより、思春期における適切な運動や食習慣指導の重要性が示唆されている。

社会経済的要因（論文のエビデンスの記載からは欠席に関する論文ではなさそう？）

社会経済的階層の違いが PMS や月経不順の頻度に与える影響を調べた Nasrullah ら（2016）のパキスタンでの報告では、低所得層の女子生徒で PMS の罹患率が高いことが示された。すなわち、低所得層の女性は医療アクセスの制限や生活環境の影響を受けやすく、欠席が増加するリスクが高いと考えられた。

教育・支援の必要性

日本の女性労働者 2000 名を対象とした Imamura ら（2020）の全国調査による横断的研究で

は、ヘルスリテラシー（HL）が高い群では PMS のプレゼンティズムが有意に少ないことが示され、ヘルスリテラシーが PMS の管理において重要な要素となることが示唆された。

PMDD をかかえる女性が必要とする職場での支援に関する Hardy ら（2017）の調査では、女性従業員の PMS および PMDD に対する認識を高めること、柔軟な勤務体制や相談窓口の設置などの支援が、プレゼンティズムおよびアブセンティズムを軽減する可能性があることが示された。また、フェムテックの活用やヘルスリテラシー教育を通じて、労働環境を改善する取り組みも効果的であることが示唆された。

結論

PMS および PMDD は、教育現場や職場における女性のプレゼンティズムおよびアブセンティズムに大きな影響を与える疾患である。これらの問題を軽減するためには、教育、医療支援、職場環境の改善が不可欠である。特に、ヘルスリテラシーの向上や柔軟な勤務体制の導入は、労働生産性の向上につながる可能性がある。研究者、雇用主、政策立案者、医療専門家が協力し、女性の健康と労働環境の改善に向けた取り組みを進めることが重要である。

【国内エビデンス】

1. Tadakawa M et al: Biopsychosoc Med 2016;10:13
2. Imamura Y et al: JMA J 2020;3(3):232-239

【海外エビデンス】

3. Hardy C et al: J Psychosom Obstet Gynaecol 2017;38(4):292-300
4. Nasrullah FD et al: Medical Forum Monthly 2016;27:9-12

⑤PMS/PMDD が QOL に与える影響：サマリー

はじめに

月経前症候群（PMS）および月経前不快気分障害（PMDD）は、女性の生活の質（QOL）に深刻な影響を及ぼす疾患であり、身体的・精神的症状が多方面にわたる影響をもたらす。PMS は、運動習慣やストレス管理の影響を受けやすく、生活習慣の改善が症状の軽減に寄与する可能性が示されている。一方、PMDD は精神症状が顕著であり、不安、抑うつ、感情の爆発、自己不信といった症状が強く、QOL の低下がより深刻である。特に労働生産性への影響が大きく、職場でのストレス増大やキャリア機会の喪失と関連している。

本稿では、PMS および PMDD が QOL に及ぼす影響を、精神的健康、労働生産性、社会経済的背景、治療・支援の必要性といった観点からレビューし、それぞれの疾患における特異的な影響を明らかにする。

1) PMS および PMDD と QOL の低下

PMS と QOL

PMS が女性の QOL 低下に及ぼす影響については明確にされてきた。PMS が女性の QOL に影響を与える要因を評価した HadaviBavili ら（2024）の調査では、PMS の重症度が高いことが QOL にマイナスの影響を与えることを報告した。また、月経困難症の女性を対象とした Quick ら（2019）の調査では、PMS を有する場合に周月経期（月経周期 3～4 日目）の QOL スコアが有意に低下することを報告した。インドの女子大学生を対象とした Bhuvanewari K ら（2019）の調査でも、PMS がすべての領域で QOL の低下と関連することが報告された。

PMS における QOL 低下に影響を及ぼす因子としては、日本人女子高校生を対象とした Takeda ら（2020）の調査では、月経前症状質問票（PSQ）測定される月経に対する不公平感の認識が、月経前症状に影響することが示された。また、PMS 患者の QOL と線維筋痛症候群（FMS:）の関連を調査した Soyupek ら（2017）の研究では、PMS 患者では精神的 QOL が低下するが、FMS を合併した PMS では身体的 QOL が低下することが報告された。

2) PMS および PMDD とメンタルヘルス

PMS とメンタルヘルス

PMS の症状は、メンタルヘルスにも深く関与している。日本の女子医学生を対象に、PMS と心理的苦痛との関連を分析した Fukushima ら（2020）の研究では、PMS が心理的苦痛のリスク要因であることが示され、さらに栄養状態と PMS 症状との関連では、アルブミン値が心理的苦痛と関連していることが報告されている。

PMDD とメンタルヘルス

PMDD は PMS よりも精神症状がより顕著であり、特に感情の爆発、不安、抑うつ、イライラ、自己不信といった症状が強く現れることが知られている。Balik ら（2015）の研究では、PMDD 患者の方が PMS 患者よりも HAD-A（不安尺度）および HAD-D（抑うつ尺度）のスコアが有意に高いことが報告されている。また、PMDD 群は PMS 群よりも SF-36 の全スコアが低く、あらゆる生活領域において QOL が低下していた。これらの結果は、PMDD が PMS よりもより深刻な精神的影響を及ぼすことを示唆している。

3) QOL 低下に対する運動・リテラシーの効果

PMS 症状と運動

PMS による QOL 低下に対し、継続的な運動が有効であることが報告されている。

また、日本の女子大学生を対象に身体活動量と PMS 症状との関連を検討した Kawabe ら（2022）の調査では、身体活動量が多い女性ほど PMS の身体的・心理的症状が軽度であることが示された。日本の高校生を対象に、PMS と生活習慣の関連を調査した Yoshimi ら（2019）の横断研究では、中等度から重度の PMS に対し、睡眠、食生活に加え、運動部への所属が PMS に有意に影響することが示された。中国の女子高生 233 名を対象とした Chen ら（2023）の中国の検討でも、一定以上の運動参加が PMS の症状に関連することを示している。

PMS 症状とヘルスリテラシー

Takeda ら（2018）は、東日本大震災が被災地の思春期女子の月経前症状に関するデータの再分析を行い、教育プログラムを受けた学生の PMS/PMDD の重症度は、震災前後で変化は見られなかったが、教育を受けなかった生徒では、PMS/PMDD の重症度が悪化することを明らかにした。高校生の PMS に関する教育の効果を検査した Babapour ら（2023）の調査でも、教育介入が PMS スコアを有意に改善させることを報告した。

日本の女性労働者を対象に、PMS 教育後の労働生産性の変化を調査した Ozeki ら（2024）の研究では、参加者の 4.9%が医療援助を求め、医療援助を求めた中等度から重度の PMS の女性は月経間症状を緩和した。PMS 教育後に医療援助を求めた割合が少ないことが課題である。そのため、PMS を有する女性への啓発が重要であることが示唆された。

結論

PMS および PMDD は、女性の QOL に多大な影響を与えている。身体的症状や精神的健康、職業生活、社会経済的背景など、さまざまな要因が PMS の重症度や QOL の低下に関与していることが示されている。特に、運動や健康教育、職場支援の充実が PMS の症状を軽減し、QOL の向上に寄与する可能性が示唆されている。今後は、PMS および PMDD の予防策や管理方法の開発が求められるだろう。

【国内エビデンス】

1. Takeda T et al: Int J Womens Health. 2020;12:755-763
2. Fukushima K et al: PLoS One. 2020;15:e0235909
3. Kawabe R et al: BMC Sports Sci Med Rehabil. 2022;14(1):175
4. Yoshimi K et al: J Pediatr Adolesc Gynecol. 2019;3:590-595
5. Ozeki C et al: BMC Womens Health 2024;24(1):242
6. Takeda T et al: Adolesc Health Med Ther. 2018;9:95-101
7. Otsuka-Ono H et al: Women Health. 2015;55:859-82

【海外エビデンス】

8. HadaviBavili P et al: J Affect Disord. 2024;362:209-216
9. Quick F; et al: Qual Life Res. 2019;28:99-107
10. Soyupek F et al: Gynecol Endocrinol. 2017;33:577-582
11. Bhuvaneswari K et al: Natl Med J India. 2019;32:17-19
12. Balik G et al: J Obstet Gynaecol 2015;35:616-20
13. Uran P et al: Int J Psychiatry Clin Pract. 2017;21:36-40
14. Chen Z et al: Sci Rep. 2023;13:5881
15. Babapour F et al: Neuropsychopharmacol Rep. 2023 Mar;43(1):69-76

⑥PMS/PMDD が経済的損失・生産性に与える影響：サマリー

はじめに

月経前症候群（PMS）および月経前不快気分障害（PMDD）は、女性の生活の質（QOL）や労働生産性に影響を及ぼすことが多くの研究で報告されている。PMS/PMDD に伴う症状は、プレゼンティズム（出勤しているがパフォーマンスが低下している状態）やアブセンティズム（欠勤）の増加を引き起こし、経済的損失につながる可能性がある。本レビューでは、PMS/PMDD が労働生産性や経済負担に与える影響について、近年の研究をもとに考察する。

1) PMS/PMDD の労働生産性（仕事関連 QOL）への影響

PMS は、職業生活にも大きな影響を与えている。ヨルダンの看護師を対象に、PMS と仕事関連 QOL の関係を調査した Al-Hmaid ら（2024）の研究では、PMS を持つ看護師は仕事への満足度が低く、職場ストレスが高いことが示された。このことは、PMS が労働生産性の低下やキャリアの機会喪失につながる可能性を示唆している。エジプトの医療従事者と非医療従事者を比較した Mahmoud ら（2024）の調査では、医療従事者における PMS の有病率が高く、仕事関連 QOL が低下していることを報告した。この研究は、特定の職種における PMS の影響を考慮した職場環境の改善の必要性を示している。また、トルコの看護師を対象とした Kahyaoglu Sut ら（2016）の調査でも、PMS の有病率が 38.1%であり、PMS が仕事関連 QOL に負の影響を及ぼしていることを明らかにされた。特に、PMS のある看護師は職場でのストレスが高く、仕事へのコントロール感が低いことが指摘されている。Maheshwari ら（2023）によるインドの勤労女性を対象とした調査でも、PMS 女性で仕事の QOL が低下していることを報告している。

Ozeki ら(2024)は、日本の女性労働者を対象に、月経前症候群に関するオンライン教育後の労働生産性の変化を調査した。研究結果によると、中等度から重度の PMS を持つ女性のうち、医療援助を求めた女性は、月経間症状の有意な改善を報告したものの、PMS 教育後に医療援助を求めた割合は 4.9%とわずかであり、月経時のプレゼンティズムには有意な改善が見られなかった。中程度から重度の PMS の被験者は、周期全体を通して月経による苦痛をより強く感じ、仕事における生産性も、軽度から中程度の PMS の被験者よりも低いと報告している。また、Imamura ら(2020)は、日本の女性労働者を対象とした全国調査で、ヘルスリテラシー（HL）が高い女性は PMS によるプレゼンティズムが有意に少ないことを報告しており、HL の向上が PMS の管理に重要な要素であることを示唆している。

2) PMS/PMDD と職業生活の質

PMS は職業生活の質（WRQoL）にも影響を及ぼすと考えられる。Kahyaoglu Sut et al. (2016) は、トルコの看護師を対象とした研究で、PMS のある看護師は PMS のない看護師よりも WRQoL スコ

アが低いことを示し、特に職場ストレスを除くすべての要因において有意な低下が見られた。また、Maheshwari et al. (2023)の南インドの女性労働者を対象とした研究では、48.4%の女性がPMSを有し、そのうち35.3%が仕事の質の低下を経験していたことが報告された。

2) PMSの勤務状況への影響

勤労女性を対象としたHardyら(2017)のインタビュー調査では、PMDDによる集中力の低下などの様々な症状が、職場で見られるプレゼンティズムやアブセンティズムの一因となり、これらが長期に繰り返すことで、失職や退職などの影響が生じることを指摘している(プレゼンティズムやアブセンティズムの章で記載したようにもう少し詳細に記載したほうが良いと思います)。また、PMSを経験する女性の職業参加に関するParkら(2023)の質的研究では、PMS症状が職業的ルーチンや対人関係に支障をきたすことを明らかにした。特に、PMSを管理するための自己認識が重要であり、適切な支援を講じる必要があると結論付けている。

結論

PMS/PMDDは、女性のQOL低下のみならず、労働生産性の低下や経済的損失にも大きく影響を与えることが示されている。プレゼンティズムやアブセンティズムの増加により、職場でのパフォーマンスが低下し、長期的には経済的負担が増大する可能性がある。特に、ヘルスリテラシーの向上やPMS管理のための職場ポリシーの改善が、女性の健康管理と労働生産性の向上に不可欠であると考えられる。今後の研究では、企業や社会全体での取り組みを進めることで、女性の健康と経済活動の両立を多面的に支援する施策の検討が求められる。

【国内エビデンス】

1. Ozeki C et al: BMC Womens Health 2024;24(1):242
2. Imamura Y et al: JMA J 2020;3(3):232-239

【海外エビデンス】

3. Al-Hmaid Y et al: Cureus. 2024;16:e53427
4. Mahmoud NA et al: J Egypt Public Health Assoc. 2024 Aug 1;99(1):18
5. Maheshwari P et al: Ind Psychiatry J 2023;32(2):255-259
6. Kahyaoglu Sut H et al: Saf Health Work 2016;7(1):78-82
7. Hardy C et al: J Psychosom Obstet Gynaecol 2017;38(4):292-300
8. Park Y et al: British Journal of Occupational Therapy 2023;86:639-647

⑦異常子宮出血および過多月経がプレゼンティズム・アブセンティズムに与える影響：サ

マリー

はじめに

生殖可能年齢女性におきる異常子宮出血（Abnormal Uterine Bleeding, AUB）および AUB に含まれる過多月経（Heavy Menstrual Bleeding, HMB）は、女性の健康や生活の質（QOL）に大きな影響を及ぼす疾患である。特に、これらの症状は貧血、疲労、集中力の低下を引き起こし、結果として労働生産性に影響を与える可能性が指摘されている。近年の研究では、異常子宮出血や過多月経がプレゼンティズムおよびアブセンティズムの増加に関連していることが明らかになっていることから、これらの疾患が労働生産性に及ぼす影響について、公衆衛生学的視点から分析する。

1) 異常子宮出血および過多月経によるプレゼンティズム

日本人女性における過多月経患者のプレゼンティズム

日本において、過多月経の影響を調査した Ito ら（2024）の横断研究{Ito, 2024 #1}では、鉄剤を服用している女性のうち、悪心や嘔吐の有無が労働生産性と関連していることが示された。この研究では、385 名の女性を対象に、鉄剤の副作用と QOL との関連性を調査した結果、悪心や嘔吐がある患者では、プレゼンティズムや全体的な労働障害が有意に高いことが確認された（ $p < 0.001$ ）。また、EQ-5D ユーティリティスコアが低いほど、労働生産性の低下が顕著であった。

国際的なエビデンス

過多月経および異常子宮出血が職務遂行能力に与える影響を調査した 21 件の研究を対象とした Sims ら（2024）のシステマティックレビューでは、女性の半数以上が月経症状に起因するパフォーマンス低下を経験していることが報告されており、特に貧血がある女性は通常の業務遂行が困難であることが指摘されている。デスクワークを含む職種では集中力の低下が、体力を要する職種では疲労の増大がプレゼンティズムの主な要因となっていた。また、米国における経済的損失の推計では、過多月経によるプレゼンティズムが年間 20 億ドル以上の損失を引き起こしていることが示された。この損失は、未治療または不十分な管理によるものであり、月経関連症状の適切な治療が生産性向上に寄与する可能性が示唆されている。

2) 異常子宮出血および過多月経によるアブセンティズム

異常子宮出血および過多月経がアブセンティズムの要因となっていることも報告されている。症状が重度の場合、女性は頻繁に仕事を休むことを余儀なくされ、結果として職場での役割が縮小されるリスクがある。

欠勤の増加とその要因

Sims ら（2024）のレビューによると、過多月経の女性は正常な月経周期の女性と比較して、欠勤する可能性が高いことが示されている。特に、月経中のアブセンティズムは、月経困難症と同様に欠勤への影響が強く、1 ヶ月あたりの欠勤時間は 3.2～17.6 時間に及んだ。また、パートタイム労働者はフルタイム労働者と比較して、月経症状によるアブセンティズムが多い傾向が見られた。さらに、貧血による疲労感が長期的な欠勤の主な要因となっており、一部の女性は治療を受けることで症状が改善し、アブセンティズムが減少したことが報告されている。RCT（ランダム化比較試験）において、鉄剤治療を受けた女性の多くは、数ヶ月後に仕事の生産性が向上し、アブセンティズムの減少が観察された。

3) 経済的影響

米国における Sims ら（2024）の調査{Sims, 2024 #2}では、過多月経の女性の年間収入損失が 77.90～2,473.71 ドルに上ると推定されており、この損失は低所得層の女性ほど顕著であった。特に、低所得層の女性は医療機関へのアクセスが限られており、適切な治療を受ける機会が少ないことが、欠勤の増加につながっている。

4) 結論

月経に関連する健康課題は、個人の QOL の低下のみならず、労働市場における女性の活躍や経済的側面にも影響を及ぼすことが明らかになった。特に、過多月経や月経困難症を持つ女性においては、プレゼンティズムやアブセンティズムが顕著であり、結果として職務遂行能力の低下や収入の損失につながっている。今後、公衆衛生学的な観点からは、職場における柔軟な勤務体制の導入や、適切な医療へのアクセスの確保、ヘルスリテラシーの向上が求められる。月経に関連する健康問題に対する理解を深め、社会全体で支援体制を整備することが、女性の健康と労働生産性の向上に寄与すると考えられる。

■引用文献

[国内エビデンス]

Ito K et al: BMC Womens Health 2024;24(1):303

[海外エビデンス]

Sims H et al: Women's Reproductive Health 2024;11:166-181

⑧異常子宮出血（過多月経を含む）が QOL に与える影響：サマリー

はじめに

過多月経（Heavy Menstrual Bleeding, HMB）および異常子宮出血（Abnormal Uterine Bleeding, AUB）は、多くの女性の健康に影響を及ぼし、QOL（Quality of Life: 生活の質）を低下させる主要な要因の一つとされる。これらの症状は、貧血、疲労、疼痛、精神的ストレス、生産性の低下など、日常生活に広範な影響を与える。本稿では、HMB および AUB が QOL に与える影響に関する研究を整理し、その影響について考察する。

1) 過多月経および異常子宮出血が QOL に与える影響

身体的健康への影響

HMB および AUB は、貧血や疲労を引き起こし、身体機能の低下をもたらす。内科外来を受診した生殖年齢の女性を対象とした Kocaoz ら（2019）の調査では、HMB の有病率は 37.9% であり、月経期間の延長とともに身体機能が低下することが示された。一般女性を対象とした Weisberg ら（2016）のアンケート調査では、HMB に伴う重度の月経痛が女性の QOL に極めて大きな影響を及ぼし、出血量が多い女性で寝たきりになる日数が増加することを報告している。また、HMB の治療歴のある女性を対象とした Peuranpää ら（2014）の調査では、貧血が QOL に影響を及ぼすこと、HMB を発症した患者ではヘモグロビン値の回復には長期間を要することなどが示された。

ブラジルの生殖期女性を対象に、AUB の有病率などを調査した Rezende ら（2023）の研究では、AUB の自己認識率が 31.4% であり、AUB を認識している女性の 47% が貧血の診断を受け、約 80% が QOL の低下を訴えた。

一方、子宮筋腫の診断を受けた日本人女性を対象とした Koga ら（2023）の調査では、子宮筋腫を有する女性の多くが過多月経などの子宮筋腫様症状を有しており、特に貧血が QOL および仕事の生産性の低下をもたらすことを報告した。

精神的・心理的影響

HMB および AUB は、精神的健康にも悪影響を及ぼす。HMB を経験した女性を対象とした Karlsson ら（2014）の調査では、正常な月経を持つ女性と比較して、健康関連 QOL（HRQoL）が著しく低下しており、特に、不安や抑うつ症状などの精神症状の発症率が高く、社会的な制約が増える傾向にあることが示された。

さらに、HMB または月経困難症（DM）を有する若年女性を対象とした Pouraliroudbaneh ら（2024）の 55 件のシステムティックレビューでは、HMD の症状が学業成績や日常生活に重大な影響を及ぼすこと、若年女性の 80% 以上が骨盤痛に加え、睡眠障害や気分障害などの精神的影響を経験しており、満たされていないニーズが多く存在するが、情報へのアクセスが限られているため、症状の管理が不十分で、その結果としての QOL が損なわれていることを報告した。

異常子宮出血（AUB）を呈するタイ人女性を対象にした Wongwananuruk ら（2022）の調査では、AUB を有する女性では、一般的な女性よりも QOL が低く、なかでも慢性 AUB や閉経後出血を有する女性で QOL が特に低いことを明らかにした。

労働・学業への影響

HMB および AUB は、職場や学校における生産性にも大きな影響を及ぼす。過多月経または貧血で鉄剤を服用している女性を対象とした Ito ら（2024）の調査では、HMB や貧血による吐き気や嘔吐が労働生産性の低下と関連していることが示された。症状を抱える女性はプレゼンティーズム（出勤しているが生産性が低い状態）が高く、仕事のパフォーマンスにも悪影響を及ぼしていた。

また、若年女性における月経障害の影響を調査した Pogodina ら（2022）の研究では、月経困難症や希発月経を持つ女子生徒の QOL スコアが低く、感情機能領域で特に悪影響を受けていることが明らかになった。

2）治療介入の必要性

HMB および AUB に対する適切な診断と治療が必要となる。前述の Peuranpää ら（2014）の HMB を有する女性の調査では、貧血が QOL を低下させるが、逆に貧血の改善が QOL 改善と関連することも報告している。

また、Hacioglu ら（2016）は、過多月経を持つ女性の 40%が出血障害を有しており、そのうち一部はフォン・ヴィレブランド病などの遺伝性疾患であることを明らかにした。このことから、原因不明の HMB に対しては、血液検査を含む適切な診断が必要である。

HMB に対する治療法として子宮鏡下子宮内膜切除術（ER）や子宮内膜アブレーション（GEA）を用いた場合の有効性を検討した Vitale ら（2022）の研究では、ER や GEA 療を受けた患者は子宮摘出術を受けた患者と比較して、身体機能や活力に関する QOL スコアが低いことを報告した。

3）結論

HMB および AUB は、月経困難症などとは異なり、長期に渡ってあるいは不規則に症状が現れるため、身体的・精神的健康、労働生産性、学業成績など、女性の QOL に幅広く影響を及ぼすと考えられる。これらの症状を適切に管理するためには、早期の診断と治療、鉄補充療法や疼痛管理などの医療的介入が不可欠である。今後、女性の健康と QOL 向上のために、HMB および AUB に関するさらなる研究と啓発活動が必要である。

■引用文献

[国内エビデンス]

Ito K et al: BMC Womens Health 2024;24(1):303

Koga K et al: J Obstet Gynaecol Res 2023;49(10):2528-2537

[海外エビデンス]

Hacioglu S et al: J Obstet Gynaecol 2016;36:1041-1045

Karlsson TS et al: Acta Obstetrica et Gynecologica Scandinavica 2014;93:52-57

Kocaoz S et al: Pak J Med Sci 2019;35:365-370

Peuranpää P et al: Acta Obstet Gynecol Scand 2014;93:654-60

Pogodina A et al: J Paediatr Child Health 2022;58:1028-1032

Pouraliroudbaneh S et al: Int J Gynaecol Obstet 2024;167:16-41

Rezende GP et al: PLoS One 2023;18(3):e0282605

Vitale SG et al: Medicina (Kaunas) 2022;58:1664

Weisberg E et al: Eur J Contracept Reprod Health Care. 2016 Dec;21(6):431-435

Wongwananuruk T et al: Int J Gynaecol Obstet 2022;159:711-718

⑨異常子宮出血（過多月経を含む）が経済・労働生産性に与える影響：サマリー

はじめに

過多月経（HMB）および異常子宮出血（AUB）は、多くの女性にとって生活の質（QOL）の低下や労働生産性の損失を引き起こす重要な健康問題である。これらの症状は、貧血を伴うことが多く、医療費の増加や職場でのプレゼンティズム（出勤しているが生産性が低下している状態）およびアブセンティズム（欠勤）につながる事が指摘されている。本レビューでは、HMB/AUB が労働生産性や経済負担に与える影響について、近年の研究をもとに考察する。

1) 過多月経（HMB）による労働生産性の低下

日本の HMB や貧血のために鉄剤を服用している女性を対象とした Ito ら（2024）の研究では、鉄剤による悪心や嘔吐が QOL や労働生産性に影響を与えることを示した。特に、悪心や嘔吐を有する女性は、プレゼンティズムの増加や労働生産性の低下がもたらされた。また、オーストラリアの女性を対象とした Weisberg ら（2016）のアンケート調査では、HMB に重度の月経痛を伴う場合は、HMB 単独の場合よりも QOL のあらゆる側面で顕著な低下がみられ、寝たきりの日数が増加し、その結果労働生産性の低下を招くことが報告された。

子宮筋腫の診断を受けた日本人女性を対象とした Koga ら（2023）の調査においても、子宮筋腫を有する女性の多くが過多月経などの子宮筋腫様症状を有しており、特に貧血が QOL および仕事の生産性の低下をもたらすことが示された。同様に、子宮筋腫の女性患者を対象とした Marsh ら（2018）の調査では、「子宮筋腫のリスクあり」の女性は月経出血量が多く、労働生産性の低下に影響を及ぼすことが報告された。

2) 治療法と経済的影響

異常子宮出血に対する治療法の費用対効果についても研究が行われている。Miller ら（2015）の米国の解析では、子宮内膜切除（GEA）が子宮摘出と比較して費用対効果が高く、欠勤日数の減少に寄与することが示された。また、ドイツの医療保険データを用いた Kessel ら（2015）の研究では、ラジオ波焼灼療法（RFA）が子宮摘出よりもコスト削減効果があり、治療後の外科的介入の必要性が低いことが示された。

結論

過多月経および異常子宮出血は、女性の QOL や労働生産性の低下を引き起こし、経済的負担を増大させる主要な要因である。HMB/AUB によるプレゼンティズムやアブセンティズムは、生産性低下や医療費の増加をもたらす、職場環境や医療制度への影響が懸念される。特に、治療選択肢の適切な活用、経済的損失を抑えながら QOL を改善する鍵となる。今後の研究では、女性の健康管理と労働

生産性の向上を両立させるための政策や医療介入の最適化が求められる。

■引用文献

[国内エビデンス]

Ito K et al: BMC Womens Health 2024;24(1):303

Koga K et al: J Obstet Gynaecol Res 2023;49(10):2528-2537

[海外エビデンス]

Kessel S et al: Expert Rev Med Devices 2015;12(3):365-72

Marsh EE et al: J Womens Health (Larchmt) 2018;27(11):1359-1367

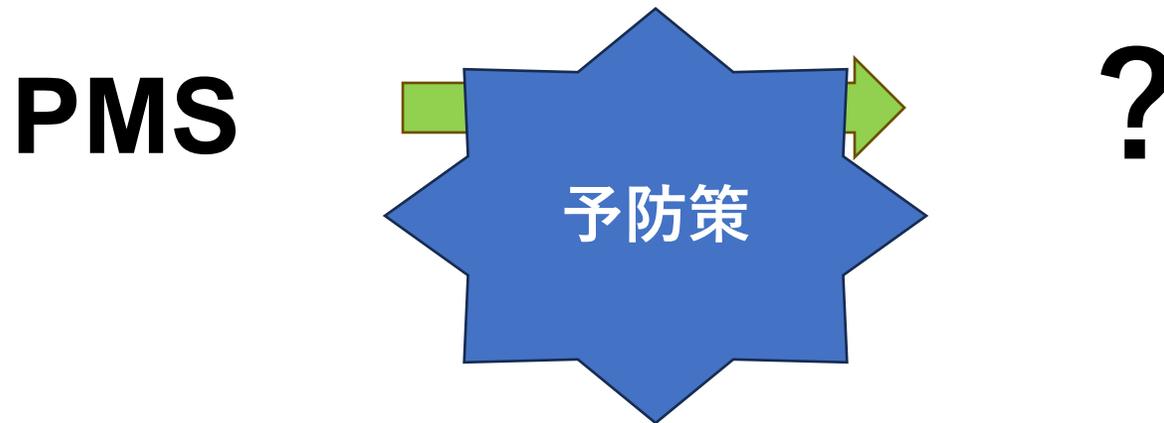
Miller JD et al: Popul Health Manag 2015;18(5):373-82

Weisberg E et al: Eur J Contracept Reprod Health Care 2016;21(6):431-435

PMS研究結果

今回の研究の目的

- **PMS**は生殖年齢の女性に発症する疾患
→比較的早い段階での介入や予防が可能であることから、
その長期的な予後を明らかにすることに意義があると考えられる。



方法

- 研究デザイン：PMS病名がついた時点を基点とした後ろ向きマッチドペアコホート研究
- データベース：JMDC
- 抽出期間：2005年1月から2024年7月

- P：18-49歳かつ健康診断の受診歴がある女性
- E：PMSあり
- C：PMSなし
- O：高血圧、糖尿病、脂質異常症

Female individuals recorded in the JMDC Claims Database
2005 January – 2024 July
(n=10,592,453)

Suspected PMS (n=700)

Health checkup history
(n=4,557,192)

with PMS
(n=36,499)

without PMS
(n=4,520,693)

Age 18 – 49
≥1 year of insurance enrollment
Health checkup within lookback period
Observation period after index date

with PMS
(n=12,627)

without PMS
(n=4,520,693)

Exclude:
Observation period after index date(n=10,412)
Amenorrhea(n=534)
Prior history of HT/DM/DL and medicine for these diseases before matching
(n=5,826)
Missing BMI/smoking/alcohol
(n=5,945)

with PMS
(n=12,620)

without PMS
(n=123,513)

Matching
1:10

with PMS
(n=12,620)

without PMS
(n=55,618)

Age 18 – 49
≥1 year of insurance enrollment
Health checkup within lookback period

Exclude:
Amenorrhea(n=103)
Prior history of HT/DM/DL and medicine for these diseases before matching
(n=1,828)
Missing BMI/smoking/alcohol
(n=1,515)

結果

	複合病名	複合処方+健診	高血圧病名	高血圧処方+健診	糖尿病病名	糖尿病処方+健診	脂質異常症病名	脂質異常症処方+健診
95% CI	1.38-1.61	1.05-1.17	1.27-1.72	1.25-1.46	1.19-1.60	0.64-1.57	1.44-1.75	0.99-1.13

結果

	複合病名	複合処方+健診	高血圧病名	高血圧処方+健診	糖尿病病名	糖尿病処方+健診	脂質異常症病名	脂質異常症処方+健診
95% CI	1.38-1.61	1.05-1.17	1.27-1.72	1.25-1.46	1.19-1.60	0.64-1.57	1.44-1.75	0.99-1.13

病名をアウトカムとした解析でも、処方歴や健診値異常を組み合わせた感度解析においても同様の傾向がみられたことは、PMSが広範な生活習慣病全般のリスク因子である可能性もしくは、関連する発症メカニズムを保有している可能性を示唆した。

結果

	複合病名	複合処方+健診	高血圧病名	高血圧処方+健診	糖尿病病名	糖尿病処方+健診	脂質異常症病名	脂質異常症処方+健診
95% CI	1.38-1.61	1.05-1.17	1.27-1.72	1.25-1.46	1.19-1.60	0.64-1.57	1.44-1.75	0.99-1.13

- ・年齢層別でも差は認めなかった → PMSとアウトカムの関連は年齢に依存しない
- ・ベースライン時点での健診値異常を除外しても結果は不変
→ 初期の健康状態による影響も否定的
- ・PMS診断後1年以内に低用量ピルを3シート以上処方された群に限定しても関連は変わらなかった
→ より確実なPMS、ピルで月経をコントロールしていてもPMSの性質は変わらず、同様の関連あり

結果

	複合病名	複合処方+健診	高血圧病名	高血圧処方+健診	糖尿病病名	糖尿病処方+健診	脂質異常症病名	脂質異常症処方+健診
95% CI	1.38-1.61	1.05-1.17	1.27-1.72	1.25-1.46	1.19-1.60	0.64-1.57	1.44-1.75	0.99-1.13

両者の結果の違い

- ・ 関連づけるメカニズムの種類の違いが影響
- ・ 今回対象となっているPMS群の特性の違いが影響

結論

PMSが広範な生活習慣病全般のリスク因子である可能性、もしくは関連する発症メカニズムを保有している可能性があり、特に高血圧と関連があることが示唆された

Limitation

- 未診断のPMSが多く存在する可能性がある
- ストレスや食事内容などは、調整できていない部分がある
- 集団の偏りがある可能性がある
- PMSのどの症状がメインに生じているかわからない
- 初経時期や詳細な月経歴などが特定できない
- 健診での測定値が、月経周期のどのタイミングで測定しているか、わからない
- 保険離脱で追跡期間が短く、中高年期まで追えていない