

厚生労働省科学研究費補助金(労働安全衛生総合研究事業)
職場における女性の健康保持増進のための効果的な産業保健活動の確立に向けた研究
(23JA0501)

分担研究報告書

健康診断の担当医に向けた 女性の健康課題に対する対応ツールの開発

研究分担者

金城 泰幸
産業医科大学 医学部 産科婦人科学

松浦 祐介
産業医科大学 産業保健学部 広域・発達看護学 教授

厚生労働省科学研究費補助金

職場における女性の健康保持増進のための効果的な産業保健活動の確立に向けた研究

健康診断の担当医に向けた女性の健康課題に対する対応ツールの開発

研究分担者 金城 泰幸(産業医科大学 医学部 産科婦人科学 助教)

研究分担者 松浦 祐介(産業医科大学 産業保健学部 広域・発達看護学 教授)

研究要旨:

女性の健康の保持増進のため、定期健康診断の問診票に月経困難症や更年期障害で就労における困難があるかを問う質問項目が追加された。健康診断を担当する医師は産婦人科を専門としない医師が多いため、症状による困難を伴う女性を対応する際に使用できるツールの作成を目的とした。対象とする疾患群は、月経困難症、過多月経症、月経前症候群、更年期障害の4つとした。健康診断を担当する医師へのインタビューを通して、ツールの構成を「症状確認の問診」、「想定される疾患群の提示」、「疾患群に対する対処方法や治療方法の概略」、「受診や相談が可能な窓口・Webサイトの提供」と設定した。就労や日常生活の困難をトリアージするため、痛み、月経異常、気分の障害、体の変化、家庭生活（食事、睡眠）、職業生活（アブセンティーズム）などの項目が含まれるように問診項目を選択した。また産婦人科を専門としない医師が、想定される疾患群を説明し、簡易な対処方法や治療方法を情報提供し、困難で悩んでいる女性へ受診行動を促すことができるツールを作成した。

A. 目的

女性労働者の増加に伴い、女性の健康に対する保持増進の重要性が高まっている。このような背景から労働安全衛生法に基づく定期健康診断において、月経困難症や更年期障害など女性特有の健康課題に対する問診票の質問項目が追加された。今後は健康診断を担当する医師が、専門医を早期に受診するように促す体制の整備が必要とされるが、健診機関の医師は産婦人科を専門としないことが多い。

今回の研究では、健康診断を担当する医師が、女性の健康課題で就労に困難を感じる女性に対応する際に使用するツ

ルを作成することを目的とした。

B. 方法

2024年10月から2025年4月の期間に作成した。対象とする女性の健康課題として月経随伴症状と更年期障害が提示されており、対象とする疾患群を月経困難症、過多月経症、月経前症候群、更年期障害の4つを設定した。続いて産婦人科医2名と健康診断を担当する医師4名にインタビューし、ツールの概要を設定し作成した。

C. 結果

健康診断を担当する医師が女性の健康

課題を対応する際に使用するツールの概要は以下の項目とした。

- ① 症状確認の問診
- ② 想定される疾患群の提示
- ③ 疾患群に対する対処方法や治療方法の概略
- ④ 受診や相談が可能な窓口、Web サイトの提供

「症状確認の問診」は、有症状の女性に対し就労や日常生活の困難をトリアージするための内容となるように配慮した。昨年の分担研究で作成した就労女性のセルフチェックツールより、4つの疾患群が抽出できる質問項目を産婦人科医2名で選択した。就労や日常生活の困難をトリアージするため、痛み、月経異常、気分の障害、体の変化、家庭生活（食事、睡眠）、職業生活（アブセンティーズム）の質問項目を選択し、排泄や性交渉などの一部の家庭生活に関わるものは除外した。次に産婦人科を専門としない医師が、想定される疾患群と治療方法等の概略を情報提供でき、受診行動を促せるような内容を加え、ツールの原案（図1）を作成した。

D. 考察

健康診断を担当する医師が産婦人科を専門としない場合でも、症状で困難を感じる女性に対応することが可能なツールの作成を試みた。はじめに有する症状か

ら疾患群をトリアージできるような問診票を作成した。「想定される疾患群の提示」においては、産婦人科を専門としない医師でも説明が可能となる疾患群の特徴や背景にある関連疾患を簡潔にまとめた。

今後は作成したツールの使用時の有用性の検証と健康診断を担当する医師に対する学習教材を作成する。

E. 結論

健康診断を担当する医師が、月経困難症、過多月経症、月経前症候群、更年期障害の症状を有する女性に対応する際に使用するツールを作成した。

F. 引用・参考文献

なし

G. 学会発表

なし

H. 論文業績

なし

I. 知的財産権の出願・登録状況:(予定を含む。)

1. 特許取得

なし

2. 実用新案登録

なし

3. その他

なし

女性の健康問題でお困りの方へ

● 以下の症状でお困りではありませんか？

- ① 毎回の月経時に痛み止めが必要である、または痛み止めを使用する回数が増えた。
- ② 月経量が多い日が2日以上続くことがある。
- ③ 生理用品を交換する短い時間でも月経血が流れる出ることがある。
- ④ 夜用の生理用品を使用しても1-2時間の交換が必要である。
- ⑤ 月経時の吐き気や下痢、頭痛で仕事や家庭生活に影響がある。
- ⑥ 月経前にいらいらや不安、気分の落ち込みがあり、仕事や家庭生活に十分に取り組めない。
- ⑦ 月経のたびに一日以上仕事を休むことがある。
- ⑧ 突然の体熱感、発汗、動悸、あるいは寝つきが悪いことや眠りが浅いことで仕事や家庭生活に影響がある。



当てはまる症状があれば、以下をチェック！

● あなたの症状から以下の病気の可能性が考えられます

- ① ⑤ ⑦を選択した方は、**月経困難症** の可能性があります。

月経時の症状が強く日常生活に影響がある状態です。

子宮内膜症や子宮筋腫などの病気が原因で起こる場合と病気はなく子宮の動きによる痛みで起こる場合があります。

- ② ③ ④を選択した方は、**過多月経症** の可能性があります。

生理に伴う出血量が多く、日常生活に影響が出たり、鉄欠乏性貧血を伴ったりする場合があります。原因として排卵やホルモン分泌などの体の機能に起因するもの、良性の病気である子宮内膜ポリープや子宮筋腫によるものがあります。

- ⑥を選択した方は、**月経前症候群** の可能性があります。

月経の3-10日前から始まる精神的な影響（抑うつ、不安、いらいら、怒りっぽい）、からだの症状（お腹の張り、頭痛、手足のむくみ、乳房の痛み）を伴い、月経開始とともに消失します。

- ⑧を選択した方は、**更年期障害** の可能性があります。

女性ホルモンの分泌量の変化によりさまざまな症状があらわれる状態です。ほてり、のぼせ以外にも、易疲労感、めまい、動悸、頭痛、肩こり、足腰の冷え、さらには不眠、不安感、抑うつ気分などがあります。

●対処方法や治療方法

月経困難症

原因となる病気の有無やその特徴により治療方法が異なります。原因となる疾患がない場合にはホルモン剤の内服で症状の軽快が期待できます。一方、原因となる疾患があり、重症度が高い場合は手術が検討されることもあります。どのような治療方法が一番望ましいかを評価する必要があるため産婦人科の受診が勧められます。

過多月経症

原因により治療方法が異なります。排卵やホルモン分泌によるものや一部の良性の病気の場合は、ホルモン剤による治療が有効な場合があります。子宮筋腫などの良性疾患では手術やその他の治療が推奨される場合があります、原因検索のため早めの受診が推奨されます。

月経前症候群

日常生活の改善や運動習慣の導入が有効な場合があります。多様な症状に対する漢方薬、あるいは精神症状が強い場合に抗うつ剤を使用することで症状の改善が期待できます。

更年期障害

食生活の改善や運動習慣の導入など日常生活に課題がある場合は、生活習慣を改善することで症状の緩和が得られる可能性があります。症状が多彩な場合は漢方薬が有効な場合があります、ほてりやのぼせ、不眠がある場合はホルモン補充療法を用いると効果的な場合があります。

●お勧めされる受診先や健康相談の窓口

かかりつけの産婦人科医院がある場合は、まずは主治医にご相談ください。かかりつけ医がいない場合や仕事に関する問題を相談したい場合は、以下を参考にしてください。

医療機関

- ・産婦人科医院：女性の健康問題について医学的な対応が可能です。
- ・総合病院：上記に加えて、手術などの高度な医療を提供することが可能です。
- ・労災病院：一部の労災病院には働く女性の健康管理を専門とする外来を開設しているところがあります。

職場

- ・産業医／健康管理部門：ご自身の抱える健康問題と働き方のバランスについて相談することができます。

公的機関

- ・産業保健総合支援センター／女性相談支援センター：
健康問題のため仕事に影響がある場合の相談や公的支援制度を聞くことができます。

インターネット

- ・働く女性の心とからだの応援サイト：<https://www.bosei-navi.mhlw.go.jp/>
- ・女性の健康推進室 ヘルスケアラボ：<https://w-health.jp/>