

こんなときは

新潟日報紙「健康」欄に読者の質問に答える形で連載

Q：生理前後に頭痛や吐き気

14歳の初潮から38歳の今まで24年間、生理前と排卵日、生理後の月3回も、頭痛に悩み続けてきました。しかも、次第にひどく、吐くようになりました。排卵日には体がほてり、寒気がして眠くなり、頭痛が始まり、食欲もなくなります。2児を産み、蓄膿症、脳腫瘍の検査も異常なしでした。治療法をお教え下さい。

(新潟市・主婦)

A：人により異なりまず専門医へ

女性の性周期に関連した、いろいろな症状で悩む方が少なくありません。それらの症状は頭痛、筋肉痛、肩こり、全身の痛みなどの外に、不眠、忘れっぽい、判断力低下、勉強や仕事の能率低下、めまい、失神、吐き気、おう吐、冷や汗、顔面紅潮、体重増加、肌あれ、乳頭痛、むくみ、イライラ感、不安、気分のムラ、どうき、耳鳴り、しびれ、感情的になる、抑うつ感など、その数は100以上にもなります。

性ホルモンの中で、黄体ホルモンは、次の月経の4～7日前に分泌がピークに達しますが、これが頭痛や体重増加、緊張感、抑うつ、痛み、乳房の腫れ、おう吐などの精神症状と密接に関連しています。

このように、月経前に性ホルモンの変動に絡んで精神症状がみられる状態を、月経前緊張症と呼びますが、性周期に現れる精神症状は、月経前緊張症や月経困難、その人の人格特性などと複雑に関係していると考えられます。

月経期にある症状を訴える人は、あなたのように月経前期にも、月経間期にも、いろいろな精神症状を訴える人が多く、これらの、月経に関連して起こる不安やイライラ感などの陰性感情は、日常生活に直接影響を及ぼすので、本人には大変なことです。

症状は同じでも、人により異なった問題を含んでいると思われるので、まず産婦人科や精神科の専門医に、よく自分の症状を話して診断、治療を受けるようお勧めします。