

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：生理が不順になってきた

43歳の主婦、最近生理が不順になってきました。基礎体温は1ヶ月間、一相性(低温)の時があります。この場合、排卵なしと思われそうですが、生理日の予定は分からないものか、生理の出血と病的な出血の判断はできるか、避妊は常にしてなければならないか、よろしく願いいたします。

(新潟市・F子)

A：ホルモンバランスに変調

年齢を考えると、多少生理不順がみられるかもしれません。しかし、更年期には時期が早いと思います。出血の状態や他の自覚症状の有無が分からないために、適切な回答にならないかもしれませんが、月経がなぜ周期的に起こるか考えてみましょう。

月経が周期的に起こるのは、下垂体から出る2つの性腺刺激ホルモンと卵巣から出る2つのステロイドホルモン(卵胞ホルモン・黄体ホルモン)が、周期的に変化することによります。もしこれらのホルモンのうち、どれかがバランスを崩したりすると、結果として無排卵という状態になります。

基礎体温が低温で一相性ということは、排卵のない状態と考えてよいわけです。このような状態で、子宮出血が起こった場合、これを機能性子宮出血といって、生理による子宮出血とは意味が違います。機能性子宮出血であればステロイドホルモンによく反応しますから心配いりませんが、無排卵というホルモンバランスの崩れた原因をはっきりさせるための検索が必要です。

次に、生理不順の場合、次の生理予定日を推定するのは困難です。基礎体温をつけていて、高温期であれば高温期間は12日前後ですから見当をつけることもできますが、低温相であれば、いつ排卵があるかわかりませんので、適当な避妊も必要となります。他の自覚症状や肥満の有無などが分かりませんので、基礎体温を持参して、一度専門医に相談されることをお勧めいたします。