

関西医科大学附属病院 女性アスリート外来

Kansai Medical University OB&GY, 2021

内容

- I. はじめに：女性アスリートと月経
- II. 女性アスリート外来の理念
- III. 女性アスリート外来の対象疾患
- IV. 受診・相談の流れ

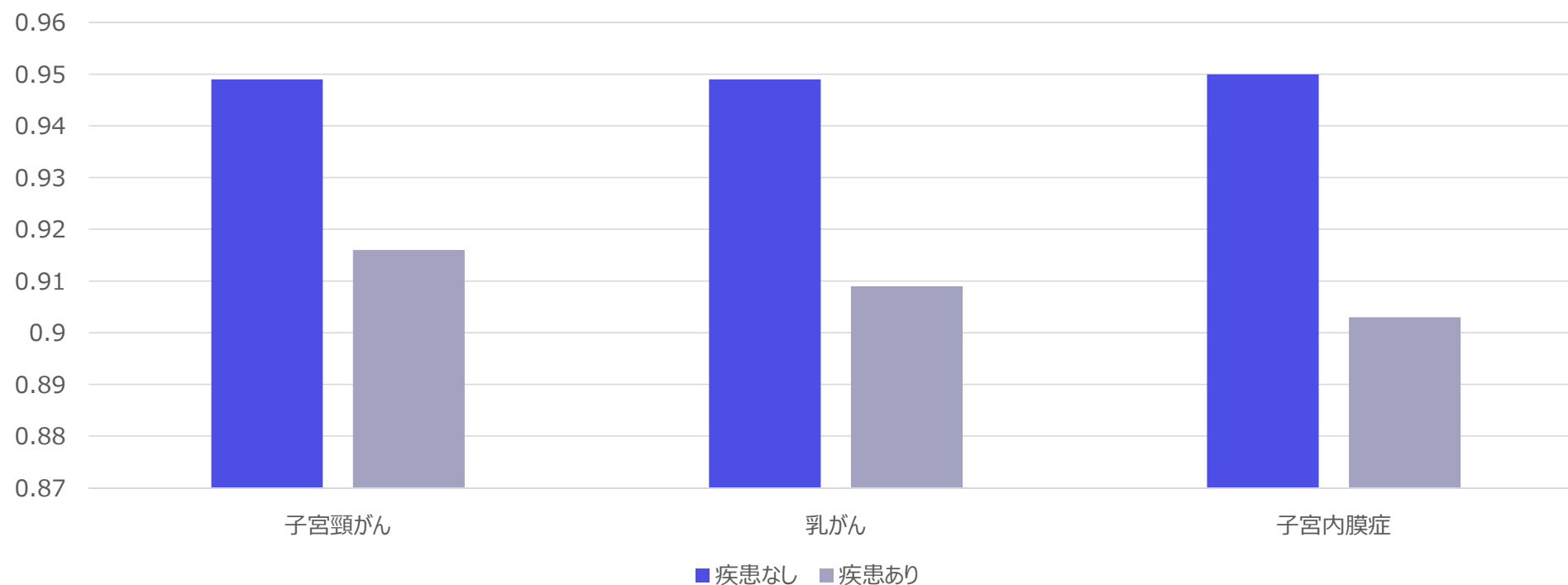
はじめに

～女性アスリートと月経～

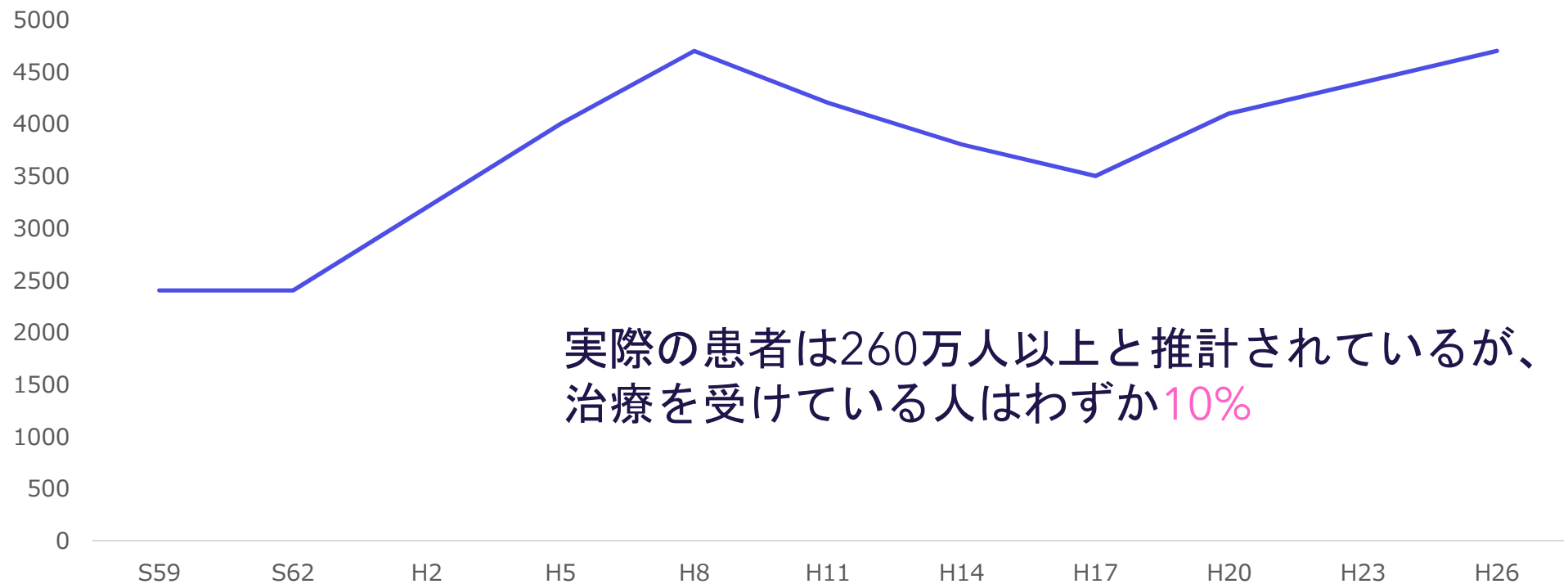
女性アスリートが美しく輝くために、

私たち産婦人科医師ができること

婦人科疾患はQOL（生活の質）を下げる



子宮内膜症患者は増加している



女性アスリートとコンディショニングとしての 月経調整

- 代表選手以上のレベルになると、コンディショニングの一環としてホルモンや月経とパフォーマンスに関する知識を得る機会が存在する。
- また、実際に治療を受けて成績が安定・向上した選手やコーチの経験が蓄積されており、治療を行いながら競技を継続することに対して抵抗が少なくなってきている。

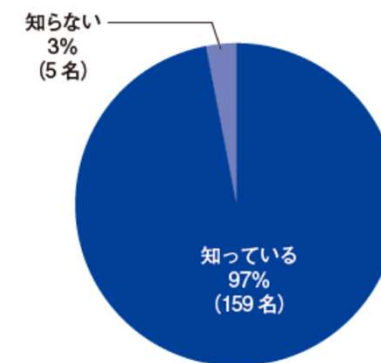


図 17 月経周期の調節方法を知っているアスリートの割合

月経周期でコンディショニングが変化する

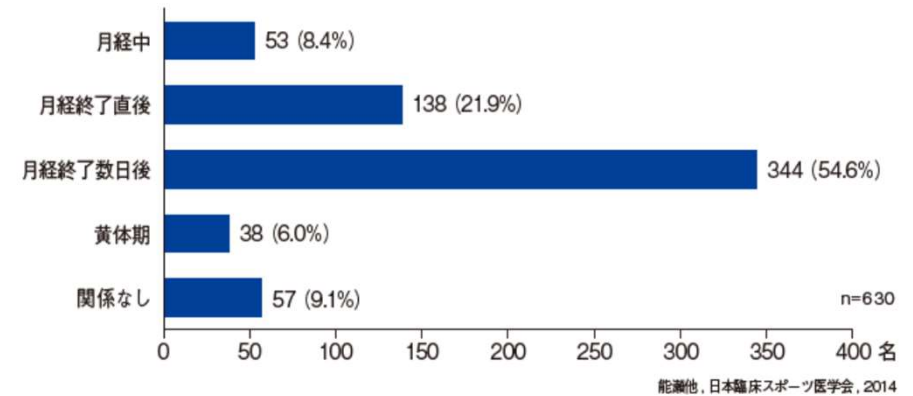
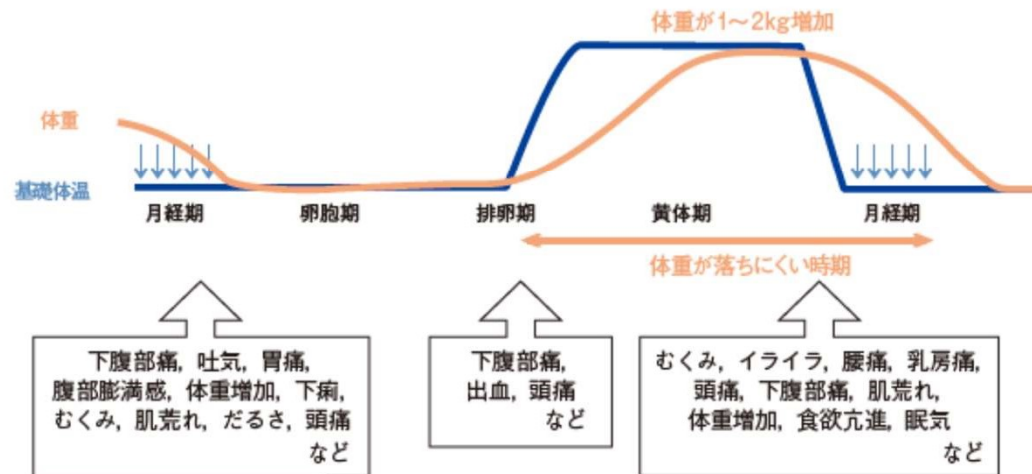


図 13 月経周期の中で主観的コンディションが良い時期

欧米では月経調整をしながら コンディショニングする方法が一般的

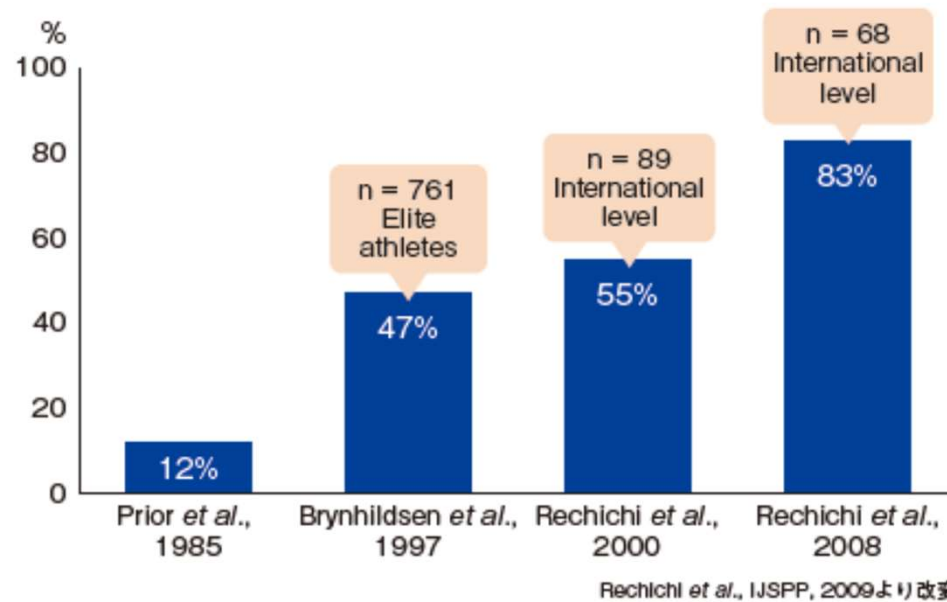
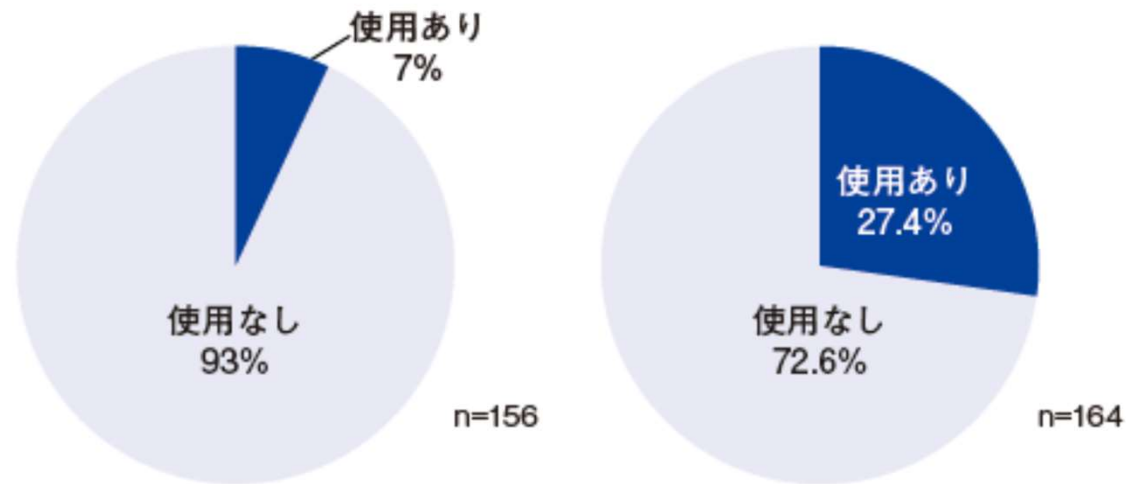


図 26 欧米のアスリートにおける低用量ピルの使用率

(日本代表選手) 情報はあっても、実践のハードルは高い

ロンドン2012オリンピック

リオ2016オリンピック



* 4名はプロゲステロン製剤含む

図 27 継続的な調節法で月経対策を行っているアスリートの割合

変化するスポーツ界

東京オリンピックでは、様々な場面でスポーツ界がジェンダー平等に向け進歩していることが示されました。

- ・全出場選手の49%が女性
- ・開会式の旗手が男女ペア
- ・男女混合種目や、過去男性のみの競技に女性のクラスを追加

女性アスリート外来の対象疾患

女性アスリートが美しく輝くために、
私たち産婦人科医師ができること

婦人科系疾患

月経関連疾患

- 無月経
- 月経困難症
- 月経前症候群
(月経前不快気分障害)
- 過多月経 (貧血)

そのほか

- 月経調整、月経移動
- 女性アスリートの三主徴
 - 視床下部性無月経
 - 利用可能エネルギー不足
 - 骨粗しょう症

当院健康科学センターおよび他科との連携

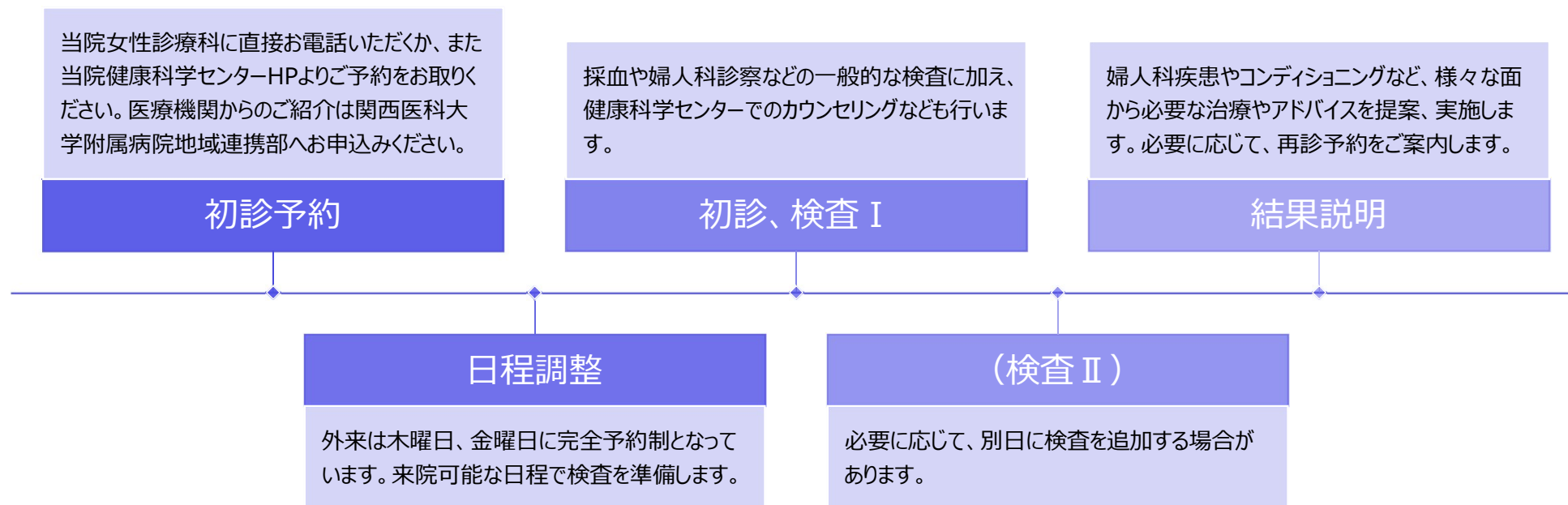
総合的なパフォーマンス評価・ケアが可能

- 体組成検査
- 心臓自律神経系活動検査
- 運動パフォーマンステスト
- 関節可動域測定
- 栄養カウンセリング
- 心理カウンセリング

専門科との連携も可能

- 整形外科
- 精神科
- そのほか必要となる科との連携は都度対応

受診・相談の流れ



Our Team

岡田 英孝
Hidetaka Okada

木村 穰
Yutaka Kimura

辻 祥子
Shoko Tsuji

小宮 慎之介
Shinnosuke Komiya

関西医科大学
産科学婦人科学講座教授

関西医科大学
健康科学センター長

関西医科大学
産科学婦人科学講座

関西医科大学
産科学婦人科学講座



スポーツを楽しむ女性が
一番輝けるように
最大限のサポートを行います

関西医科大学 産科学婦人科学講座
女性アスリート外来一同