

☆婦人科を上手に受けるコツ☆

婦人科を訪れるときには、次の質問の答えを
あらかじめメモしてもっていきましょう。
問診がスムーズに進み、診断もしやすくなります。

【きかれることの多い項目】

- 1 主な症状とその始まった時期
- 2 ここ数カ月の月経の状態
- 3 出産経験とそのときの年齢
- 4 流産・中絶経験とそのときの年齢
- 5 今までかかった主な病気、婦人科の手術

■病院名・医院名■

企画：武田薬品 制作：日本臨牀社

(7257)

①
もっと知りたいあなたへ
子宮筋腫の知識



監修：横浜市立大学 名誉教授
水口病院 院長

水口 弘司

2003年2月作成

子宮筋腫の正しい知識

横浜市立大学 名誉教授
水口病院 院長

水口 弘司

子宮筋腫は30歳代から40歳代の女性に極めて多くみられる病気です。子宮の平滑筋から発生する良性腫瘍であり、一般には性成熟期婦人の15~20%に存在するといわれております。

筋腫の発生部位により粘膜下筋腫、筋層内筋腫、漿膜下筋腫などに分けられます。原因はまだ十分わかっていませんが、女性ホルモン（エストロゲン）により発育しますので、閉経後には自然に小さくなることが多いのです。筋腫による症状は、筋腫の大きさ、発生部位などにより異なりますが、毎月の月経量が多くなって血液の塊がでるようになり、これに伴って貧血、下腹部の痛み、腰痛、筋腫による膀胱や腸の圧迫症状などが起こってきます。また、不妊症や流産の原因であることもあります。

子宮筋腫はがんなどの悪い病気ではありませんから、すぐに心配ありませんので、軽いものであれば経過を観察することもあります。しかし貧血や痛みなどの症状がひどくなると健康に悪く、治療が必要となります。

治療の原則は手術療法であり、比較的安全な手術です。手術の前に筋腫の症状を抑え、貧血などの治療をするのにはホルモン療法（GnRH アゴニスト）が有効です。ホルモン療法は卵巣からのエストロゲンを抑えて、筋腫を小さくするものです。しかし、これをあまり長い間つづけることはかえって体のために悪いこともあり、注意が必要です。

この小冊子を通じて子宮筋腫についての正しい知識を得て、医師とも相談され、自らの健康を守っていただきたいと思います。

年齢と頻度

子宮筋腫の知識

子宮筋腫は、30歳以上の女性の20~30%にあるといわれる頻度の高い病気です。近年ライフスタイルの変化により増えているといわれています。

◆子宮筋腫の年齢分布◆



1. 婦人科の腫瘍の中で最も頻度の高い病気です

子宮筋腫は、婦人科の腫瘍の中で最も頻度の高い病気です。30歳以上の女性の20~30%、推定患者数は200~300万人ともいわれています。成熟した女性のすべての年齢で発生しますが、最も多いのは40歳代、ついで30歳代、50歳代となり、子宮筋腫の80%が35~50歳代の中年女性です。

2. 筋腫年齢は、20~50歳前半まで広がっています

最近、筋腫ができる年齢幅が広がる傾向にあります。これは性の成熟による初潮が早まる一方、老化による閉経が遅くなったためです。

したがって、かつては30~40歳代といわれた筋腫年齢が20~50歳前半に広がっています。

ちなみに最小年齢は13歳、最高齢は70歳という報告があります。

3. ライフスタイルの欧米化により増えているといわれています

近年、子宮筋腫の患者が増えているともいわれています。

これは、検診や外来で発見される機会が増えたことのほか、患者は日本より欧米に多いこと、欧米化したライフスタイルで育った若い世代に増えていることなどから、食事や生活環境に関係があるのではないかとされています。

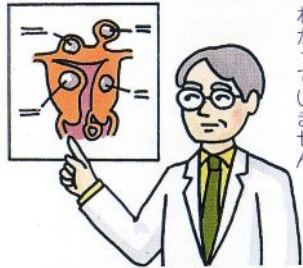
筋腫は遺伝する病気ではありませんが、同一家族内で筋腫の人がいる場合筋腫ができる割合は、いない場合の数倍といわれています。

しかしこれも、食生活や生活様式が似ていることからくるのではないかとされています。

子宮筋腫は、子宮にできる良性の腫瘍で、発育には女性ホルモンのエストロゲンが関係しているといわれています。

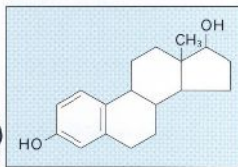
1. 筋腫のできる原因はわかっていません

子宮筋腫は、子宮にできる良性の腫瘍(できもの)です。がんなどの悪性腫瘍とちがって、発育してもまわりの組織を破壊することがなく、直接生命にかかわることはありません。また子宮筋腫ががんになりやすいということもありません。現在のところ、筋腫ができる原因はわかっていません。



2. エストロゲンの働きとともに性成熟期に大きくなり、閉経とともに小さくなります

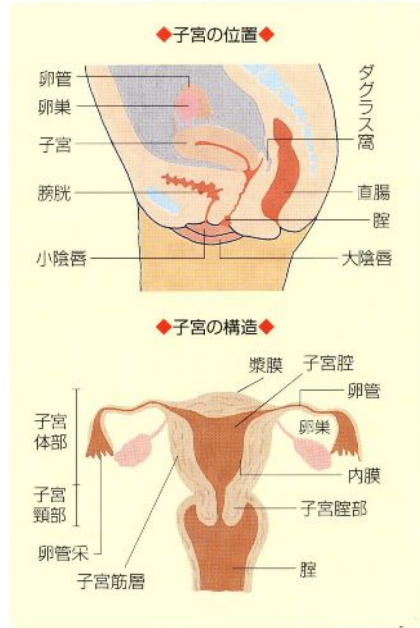
子宮筋腫は性成熟期(20~50歳代)に大きくなり、閉経後、小さくなることなどから、卵巣からでる女性ホルモンのエストロゲンが筋腫の発育に深く関係しているといわれています。子宮筋腫は、思春期のころ子宮に筋腫核という小さな芽ができ、エストロゲンの影響でだいに大きくなります。成長速度は人によりまちまちで短期間で大きくなったり、20~30年たってもあまり大きくならない人もいます。そして、エストロゲンの働きが低下する閉経期にだんだん小さくなってきます。



子宮は、骨盤内にある厚い筋肉の層でできた袋状の臓器で、妊娠による胎児の発育や分娩に重要な役割をしています。

1. 子宮は、子宮体部と子宮頸部からできており、体部に胎児の育つ子宮腔があります

子宮は、妊娠による胎児の発育や分娩に大きな役割をもつ大切な臓器です。子宮は骨盤の中にある袋状の臓器で、下は膣とつながり、前には膀胱、後ろには直腸があります。成人の子宮は鶏卵の大きさと、洋なしを逆さにしたような形をしています。性成熟期から閉経までほぼ一定の大きさですが、閉経後は小さくなります。上部の太い部分を子宮体部、膣につながる細い部分を子宮頸部といいます。子宮体部の上方で、左右両側に卵管がのび、卵巣があります。子宮体部には子宮腔があり、胎児が育つ場所です。



2. 子宮筋層の外側は漿膜しょうまくで、内側は内膜で覆われています

子宮は厚い筋肉の層でできていますが、この筋層の外側は腹膜の一種である漿膜で覆われており、筋層の内側である子宮腔は子宮内膜で覆われています。25~36日ぐらいの周期で、卵巣から排卵された卵子は卵管を通して子宮内に到着します。この途中で精子に出会い受精すると、受精卵となり子宮内膜に着床し育ちます。着床しない場合、子宮内膜が筋層からはがれ落ちて月経となります。

筋腫の種類

子宮筋腫の知識

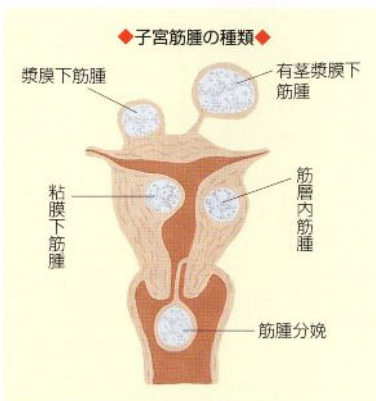
子宮筋腫は、できる場所により大きく分けて漿膜下筋腫、筋層内筋腫および粘膜下筋腫の3つのタイプがあります。

1. 漿膜下筋腫は自覚症状が軽いので、大きくなってしか気づかない場合があります

漿膜下筋腫は、子宮の外側を覆う漿膜の下にでき、外に向かって生育するタイプです。

子宮の表面にコブ状にできるものと、茎ができてその先にきのこ状にできるもの(有茎漿膜下筋腫)があります。できる数は、1~2個から鈴なりに多数できることがあります。

この筋腫は、比較的自覚症状が軽く、訴えない人もいます。そのため相当大きくなるまで気づかないこともあります。



2. 筋層内筋腫は、子宮筋腫の中で最も多いタイプです

筋層内筋腫は子宮の筋層とよばれる部分にできるもので、子宮筋腫として最も多いものです。

大きさ、数はいろいろありますが、普通複数個できてきます。

小さいうちはほとんど症状がありませんが、大きくなると種々の症状がでてきます。

3. 粘膜下筋腫は、小さくても激しい症状を示すことがあります

粘膜下筋腫は、子宮の内側を覆う粘膜の下にでき、子宮内部に向かって生育するタイプです。

茎ができてその先にぶら下がったものを有茎粘膜下筋腫といい、この筋腫が子宮口から腔内に飛び出したものを筋腫分娩といいます。

粘膜下筋腫は大きい場合だけでなく、小さくても激しい症状を示すことがあります。

症状

子宮筋腫の知識

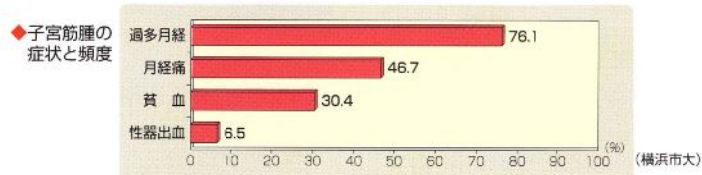
子宮筋腫は、無症状の場合も少なくありません。主な症状は大きくなるにつれて月経異常、不正出血、貧血、排尿障害、便秘、腰痛などです。

1. 一般に漿膜下、筋層内、粘膜下の順に症状が強くなっていきます

子宮筋腫は、無症状の場合も少なくありません。

症状は筋腫のタイプによりさまざまですが、一般にその症状が最も強いのは粘膜下、ついで筋層内、漿膜下の順で、漿膜下筋腫の場合なんの症状も示さない人も少なくありません。

子宮筋腫の示す症状には、次のようなものがあります。



1 過多月経

月経時の出血量が増え、レバー状の血液の塊がでることがあります。

2 月経痛 (月経困難症)

月経がひどくなると下腹部痛や張り、頭痛、不安感などが起こります。

3 頻発月経

月経の周期が25日より短くなり、人によっては月に2~3回月経があることがあります。

4 不正出血

通常の月経以外のときに出血が起こります。

5 貧血

月経異常や不正出血などにより、鉄

欠乏性貧血が起こり、息切れ、動悸めまい、つかれやすいなどの症状がみられます。

6 頻尿、排尿困難、便秘、腰痛など

子宮筋腫が大きくなると、骨盤内にある膀胱・直腸や神経などが圧迫され、これらの症状がでてきます。

7 不妊・流産

筋層内筋腫や粘膜下筋腫では、子宮内膜に受精卵が着床するのを邪魔するため、不妊の原因となることがあります。

また、筋腫の場所によっては、流産や早産の原因になることもあります。

子宮筋腫は、ふつう問診、外診、内診でほぼ診断できますが、さらに詳しく調べるため画像診断が行われます。

1. いろいろな検査結果により、確実な診断が行われ、最良の治療法が検討されます

1 問診

主な症状、月経、出産経験、流産と中絶の経験、既往症など、訴えや経験などを詳しくききます。あらかじめ自分の症状をチェックし、問診に答えやすいようにしておくことが大切です。



医師の質問に
くわしく
こたえましょう

2 外診

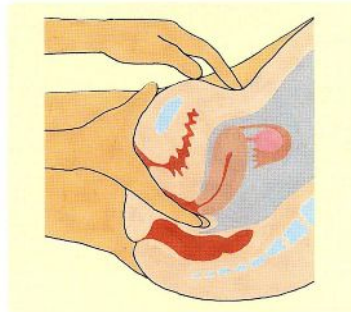
貧血の有無を確認し、下腹部に硬い弾力のあるこぶがあるかどうかを確認します。

◆内診◆

3 内診

膣内に挿入した指と下腹部にあてた手の両方を使って、子宮や卵巣などを診察します。

子宮筋腫の診断で最も重要な方法で、この方法により筋腫の位置、大きさ、硬さ、形、癒着の有無、他の臓器への圧迫の程度がほぼわかります。



4 画像診断などによる検査

問診と内診でほぼ診断ができますが、

診断を確実にするため、通常は超音波断層法による診断を行います。

しかし、筋腫の核出術が考えられる症例、粘膜下筋腫の存在が疑われる症例、筋腫の保存的な治療が考えられる症例には、必要に応じてCT検査、MRI検査や子宮卵管造影、子宮鏡検査が行われます。

また、子宮筋腫と鑑別が必要な病気として、子宮腺筋症、子宮肉腫、卵巣腫瘍などがありますが、これらの場合も超音波断層法とともにCT、MRIが用いられます。

子宮筋腫の対処法には、年齢、症状、筋腫の位置や大きさ、妊娠希望の有無などを考慮して、経過観察、薬物療法、手術療法の3つの方法があります。

1. 医師から症状について十分な説明を受け、あなたの希望を医師に十分伝え、納得したうえで治療を受けることが大切です

子宮筋腫の治療には、症状や大きさなどによる単なる診断だけでなく、医師・患者間の密接なコミュニケーションが必要です。患者は医師に考え方や希望をしっかりと伝え、医師の説明を十分に受けて、納得して治療を受けることが大切です。



2. 対処法には経過観察、薬物療法、手術療法の3つの方法があります

1 経過観察

小さな筋腫で特に症状のないもの、ある程度の大きさと症状があっても閉経が近いものあるいは閉経後のものなどは、定期的診察し経過を観察します。

2 薬物療法

閉経が近く手術を希望しない場合、GnRHアゴニスト（女性ホルモンを一時的に抑える薬）などの薬で筋腫を小さくしたり月経異常をやわらげ、閉経をまちます。

また、手術を行う前に、しばらくの間投与することもあります。

3 手術療法

一般に次のような場合は手術が考慮されます

- ・子宮の大きさが手拳大（成人のにぎりこぶしの大きさ）以上
- ・子宮の大きさが手拳大以下でも症状が強い
- ・筋腫の発育速度が速い
- ・筋腫が原因で、不妊や流産が起きている可能性がある
- ・筋腫が壊死したり筋腫分娩が起きたとき
- ・閉経後の筋腫で、圧迫症状があるような大きな筋腫または増大傾向を示し悪性化が疑われるとき

3. 手術の種類には、単純子宮全摘術と子宮筋腫核出術があります

手術の方法には、子宮全体を切除する「単純子宮全摘術（全摘術）」と、筋腫だけを取り子宮を残す「子宮筋腫核出術（核出術）」があります。なお、手術を行う前にGnRHアゴニストなどの薬を投与し、筋腫を小さくし、出血量を少なくして手術を行う方法もあります。

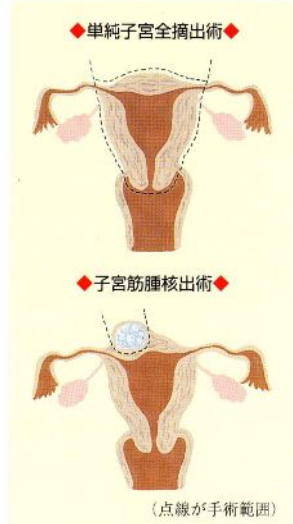
1 単純子宮全摘術

この方法は、子宮筋腫を完全に治す唯一の方法です。

子宮を全部取り去ると月経もなくなり、妊娠することもありません。しかし、膣は残されているので性交に支障はなく、また卵巣も残っているので、卵巣からの女性ホルモン分泌による女性らしさも変わりません。

2 子宮筋腫核出術

若い年齢の人や妊娠を希望する人の場合にありますが、筋腫の芽が残る場合や筋腫があらたにできる場合などがあり、再発の可能性があります。



4. 筋腫をとる方法には、腹式手術と腔式手術があります

筋腫を取り除く方法には、お腹を切開して行う腹式手術と子宮への通路である膣を利用して行う腔式手術があります。

また、開腹の方法には、縦に切る方法と横に切る方法があります。

さらに、子宮鏡による粘膜下筋腫の切除、腹腔鏡下での筋腫核出術などがあります。

このように手術の種類、筋腫をとる方法、開腹の方法には種々あり、それぞれ長所と短所があり、患者の状態により適さないものもありますので、医師とよく相談してください。



子宮筋腫は、手術後3週～1カ月は安静にしながら徐々に日常生活にからだをならし、退院後は医師の指示にしたがってきちんと診察を受けてください。

1. 退院後、心やからだの不調がひどい場合は、医師に相談しましょう

退院後、お腹の痛みやほり、便秘や排尿時の不快感、膣からの出血、卵巣をとった方は更年期様の症状がでてくることがあります。

また退院直後、からだが思うようにならないことへのイライラ感、子宮がなくなったことの喪失感など、心の問題があります。

このような心やからだの症状がひどい場合は、医師に相談したり診察を受けてください。



退院後、心や体の症状がひどい場合は医師の診察を受けてください。

2. 日常生活への復帰は1カ月～6週後にしてください

退院後は医師の指示にしたがって定期的に診察を受けてください。

一般に、手術後3週～1カ月は安静にしながら徐々に入院前の生活にからだをならし、日常生活や職場への復帰は術後1カ月～6週後にしてください。

また、通常、風呂は3～4週後、自転車や自動車の運転は1カ月後、スポーツは2カ月後以上、セックスは2カ月後から可能です。必ず医師に確認してください。



退院後3週～1カ月は安静第一に！