

子どもと女性の健康相談室

83



福島医大ふくしま子ども・女性医療支援センター長
高橋 俊文氏

人間はいつの時代も理想の体形を求めてきました。現代では、すらっと痩せた体形が理想とされ、男女を問わず、ダイエットやエクササイズが流行しています。特に女性では、理想の体形を追い求めた結果、心身に異常が起こることがあり、若い女性では過度のダイエットによる無月経が問題になっています。

エットやエクササイズにより月経が停止し無月経になります。体格指数 (body mass index、BMI) は、身長 (m) と体重 (kg) から計算さ

体重減少性無月経は、「短期間に体重が減少することによって引き起こされる無月経であり、一般には3カ月から6カ月以内に、元の体重の15%以上減少すると無月

①単純型：痩せるためにダイエット(摂食制限)を行い体重が短期間に減少しますが、嘔吐(おうと)・過食を繰り返すなどの摂食障害は伴いません。

体重減少性無月経は産婦人科を受診する機会が多い疾患ですが、痩せの状態のまま薬剤で月経を起すことはありませぬ。体重が標準体重※の90%まで回復させることが治療の基本です。神経

痩せの解消が治療に

若い女性では過度のダイエットによる無月経が問題になっています。

れ、痩せ、正常、肥満の指標になります。BMIは、BMI II 体重 (kg) / (身長 × 身長) m² で計算し、正常はBMIが18.5以上、25未満で、18.5未満は痩せ、25以上は肥満に分類されます。

経になることが多い」とん。②神経性痩せ症：過度の痩せ願望と身体イメージのひずみが背景にあり、嘔吐・過食を繰り返すなどの摂食障害を伴います。高度の痩せ (BMI 16未満) により生命が危険になる可能性がある疾患です。

③アスリート型：運動選手で摂食制限を行いな

性痩せ症では、病であることを認識できないゆがんだ身体イメージが背景にあるため、心療内科や精神科での適切なカウンセリングと治療が必要です。アスリート型では、競技者本人だけでなく、指導者を含めたチーム全体でのトレーニングの見直しが必要です。

標準体重の計算式 (15歳以上、平田法)

- ▶身長160cm以上の標準体重 (kg) = (身長・cm-100) × 0.9
- ▶身長150~160cmの標準体重 (kg) = (身長・cm-150) × 0.4 + 50
- ▶身長150cm以下の標準体重 (kg) = (身長・cm-100)

体重減少性無月経

- ①単純型②神経性痩せ症
- ③アスリート型がありま

- ③アスリート型：運動選手で摂食制限を行いな

直しが必要です。次回3月19日掲載