

無月経や月経不順などの月経異常がみられる女性では、肥満の割合が高いことが知られています。また、肥満女性における月経異常は、皮下脂肪型の肥満よりも内臓脂肪型の肥満との関連が大きいことが報告されています。

このほか、月経異常がみられる病気として多嚢胞性卵巣症候群(PCOS)があります(図1)。PCOSは生殖年齢女性の3~5%に認められ、月経異常や排卵障害による不妊症の原因となります。肥満や脂質異常症を伴うことが多く、心血管系疾患やメタボリックシンドロームのリスク因子となります。日本人のPCOS患者さんで肥満を伴う割合は、14.3%というデータがあります。

内臓脂肪型肥満の方における月経異常やPCOSには、内分泌的な異常が関わっていると考えられています。多くの場合、5~10%程度の減量でも、内臓脂肪の蓄積が改善し、月経異常の回復がみられます。たとえば、高度肥満症(平均BMI 38.7)の人で、身体活動や食事療法などの生活習慣の改善により、6か月後に平均6.3kg減量し、月経異常の回復率は92%であったという報告があります。

月経異常を疑った場合、子宮体癌(図2)などの他の病気の可能性もあります。特に閉経前後の女性では卵巣機能の低下と共に月経が不規則となるので注意が必要です。

肥満妊婦(妊娠前のBMIが25以上の場合)においては、妊娠高血圧症候群や妊娠糖尿病、帝王切開分娩、巨大児などのリスクが増加することから、妊娠・出産を希望する段階からの減量や妊娠中の体重管理が大切です。

図1. 多嚢胞性卵巣症候群(PCOS)

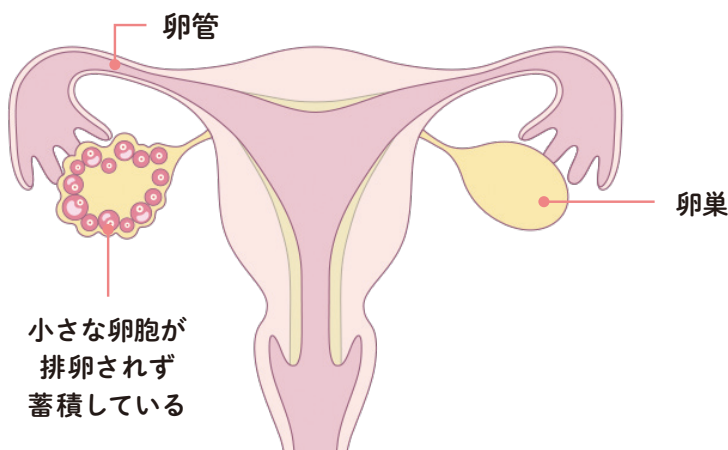
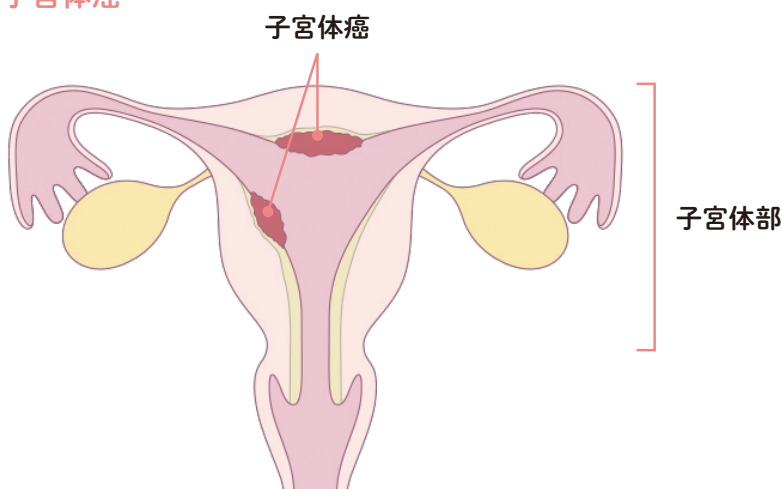


図2. 子宮体癌



〈参考〉日本産科婦人科学会. 日本産科婦人科学会雑誌. 2007; 59: 868-886. 苛原稔. 日本産科婦人科学会雑誌. 2008; 60: N185-N190. Kiddy DS, et al. Clin Endocrinol (Oxf). 1992; 36: 105-111. Clark AM, et al. Hum Reprod. 1995; 10: 2705-2712.