

女性ホルモンの減少が主な原因のひとつである更年期障害の症状の緩和のため、減ったホルモンを補填するホルモン補充療法（HRT）が効果を発揮します。特にのぼせやほてりといった症状に対して有効です。ホルモン剤というと副作用が心配になりますが、定期的に受診をして検診を受けることでホルモン補充療法の恩恵を受けることができます。内服薬、貼り薬、塗り薬、腔坐薬といった多くの種類が開発されています。

### ◎ ホルモン補充療法の効果とは？

ホルモン補充療法によって期待される効果としては、発汗などの更年期症状の軽減のほかにも、骨量を増やすため骨折の予防やコレステロール代謝を変えるため脂質代謝の改善、さらに腔の萎縮症状といった泌尿生殖器症状の軽減があります。更年期のうつ症状を軽くし、皮膚のシワを減らすといった作用もあります。



一般的に子宮全摘後の人はエストロゲン製剤のみ、子宮を有する場合にはエストロゲン製剤と黄体ホルモン製剤が併用されます。これは子宮体がんの予防のために大切であり、また周期的な飲み方を行うと比較的性器出血の予想が容易になります。導入された当初は、動脈硬化や尿失禁の治療やアルツハイマー病に対する効果も期待されたホルモン補充療法ですが、2002年の米国大規模臨床試験ではこれらの作用は明らかにはなりませんでした。

### ◎ 副作用はあるの？

ホルモン補充療法によりわずかに増加する可能性のある疾患として、乳がんや静脈血栓塞栓症などが挙げられます。原因不明の性器出血や心筋梗塞などの冠動脈疾患の既往のある人は、ホルモン補充療法を避けるべきだと考えられています。このような疾患の有無は、治療開始前に検査を受けスクリーニングされることが重要です。

更年期の治療として大切なことは、この時期の生活習慣を適正にすることを第一に考え、ホルモン補充療法の量や期間はそれぞれの人に合わせて調節し、乳がんなどの検診を怠らないこと、などが挙げられます。適切な使用法と副作用予防に注意し、ホルモン補充療法のリスクとベネフィットをよく理解して、安全な治療を心がけることが大切です。