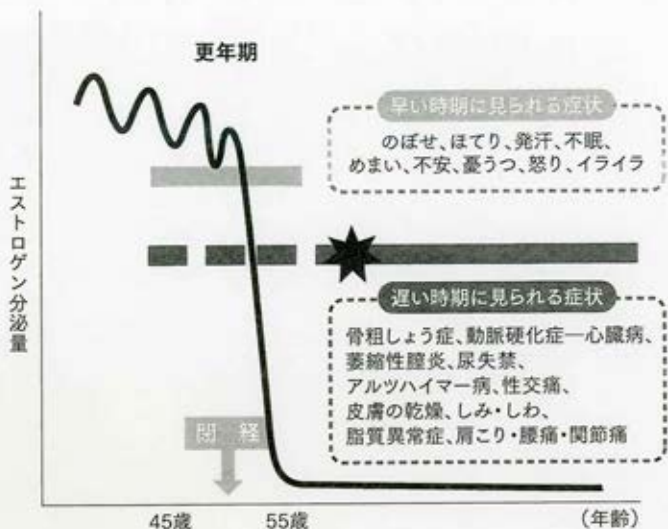


エストロゲンの分泌量の変動と身体に現れる症状



これは女性ホルモンの分泌低下に身体が慣れず、血管の収縮と拡張を司っている自律神経のバランスが崩れることから起きるものです。また年代的に起こりやすい環境変化や身体の変化が影響して、意欲低下や抑うつといった精神・神経症状も現れます。

さらに年齢が進み、女性ホルモンの分泌がほとんどなくなると、泌尿器や生殖器の萎縮からくる症状、認知力の低下、筋肉や骨量の減少からくる肩こりや関節痛、骨粗しょう症、脂質異常症、動脈硬化症などの「遅い時期に見られる症状」が出てきます。

「早い時期」と「遅い時期」で更年期障害の症状は変わる

自律神経の乱れから始まる更年期障害の症状

卵巣機能の衰えとともに現れてくる更年期障害は、身体に感じる不調や不快感から精神的な面に出てくる不調まで多岐にわたります。

じつは、その現れ方には順序があり、四〇代半ばぐらいから始める「早い時期に見られる症状」と、五〇代半ば以降から増えてくる「遅い時期に見られる症状」に大別できます。

更年期症状が出てくる前には、前触れのようにして月経周期の乱れが起こるようになります。周期が短くなる、少ない出血がダラダラ続く、不規則な出血が起こるなど月経に変化が生じるようになると、ほてり、のぼせ、発汗、めまいといった症状を感