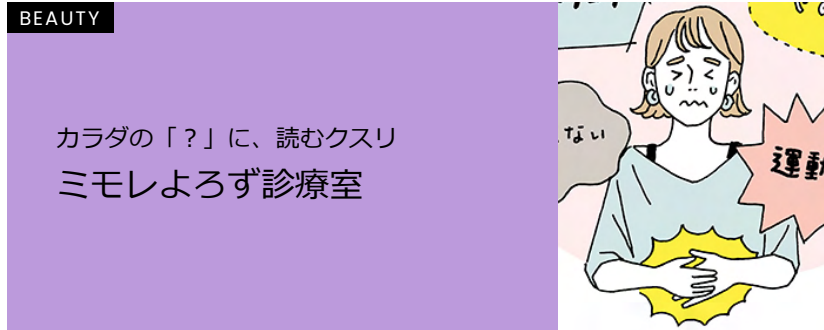


トップ > カラダの「？」に、読むクスリ ミモレよろず診療室 > 子宮内膜症のリスクが高い？宮島咲良...



## 子宮内膜症のリスクが高い？宮島咲良アナが振り返る「重い生理痛との関係」

2021.7.12



子宮以外の場所に子宮内膜細胞が住みついてしまう「子宮内膜症」。生理周期と共に出血を引き起こすこの病気は、生理そのものにも大きく関与しているそうです。さらに、近年では患者数が増加傾向にあるのだとか。2021年に自身のSNSで子宮内膜症であることを公表したフリーアナウンサーの宮島咲良さんと、宮島さんの主治医を務める東京国際大塚病院・産婦人科医の柳田聡先生に、切っても切れない「子宮内膜症と生理」の関係についてお伺いします！

**生理痛と子宮内膜症は関係あるの？**  
→子宮内膜症になると生理痛がひどくなる傾向が。普段から生理痛が重い人は、子宮内膜症の予備軍かも。

柳田 聡先生（以下、柳田）：第1回目でもお伝えした通り、子宮内膜症は卵巣をはじめ“骨盤の中にある子宮に近い臓器”にできやすく、生理痛もひどくなる傾向にあります。子宮内膜症とはっきりしていない場合でも、**普段から生理痛が重いという人は“子宮内膜症の予備軍”である可能性も**。断言できるのは、生理痛と子宮内膜症は密接な関係にあるということ。長年生理痛に悩まされている方は、一度婦人科を受診していただくのがいいと思います。

### Daily Ranking

今人気の記事

- SDGsネイティブのZ世... おしゃれに新作は買わない!?Z世代のあたらしい価値観で大量廃棄を意識から変える  
[ミモレ編集室] 1 17
- 韓国ドラマでキュンキュン... 母性本能をくすぐられて胸が痛い...「キム秘書はいつだって、なぜ？」のバク・ソジョンの魅力  
小澤 サチエ 6
- 大草直子のSTYLING... 辛かったー！ここ数日のむくみの退治の仕方  
大草 直子 27
- セレブ胸キュン☆通信 ヴィクトリアズ・シークレット、ブランド力低下で元エンジェルたちの「闇」告発、続々！  
さかい もゆる 13
- 月（ツキ）を味方に by... 【7月10日蟹座新月】誰とタッグを組む？半年間で大きく育つ人間関係と願いにフォーカス！  
Keiko 3

- 一瞬で強い印象を残す俳優・間宮祥太郎... >>
- 真夏のベディキュアはこれ！プロが伝授... >>
- 香りのプロが自分らしい香りの選び方を... >>
- 50歳にして「劣等感」を手放す。「バ... >>
- マディソンブルーとパリで再会。「シャ... >>

### FOLLOW US!



[ミモレ編集室]



Keiko's PowerWish Academy



**宮島咲良さん（以下、宮島）**：私自身、昔から生理痛がとても重くて。最近では市販の薬が効かなくなり、病院で処方される強い鎮痛剤が手放せませんでした。それでも、しんどいのは生理が始まってから2〜3日だけだったりするので、**多少おかしいなと思っても「すぐ婦人科へ行かなきゃ！」という頭になりづらい**ですね。私と同じように“生理をやり過ぎている”女性は結構いらっしゃるんじゃないかなと思います。

「生理痛の重さ」だけでなく、「生理期間の長さ」「出血量の多さ」も人によって差があると思うのですが、子宮内膜症のリスクと関係はありますか？

**柳田**：それは関係がない、とは言い切れません。生理の経血は、子宮から膣を通じて体外に排出されます。その際にほんの少しだけ、“血流の一部が卵管を通じて、お腹の中に逆流している”と言われてます。逆流すること自体は正常な機能ですが、逆流した血液に含まれる子宮内膜細胞が流れ着いた先に住みつくことで、子宮内膜症を引き起こす、という仮説があります。

**生理の期間が長い人、出血量が多い人は、それだけ逆流する血液の量が多くなる可能性がありますから、リスクは高くなる**と考えるのが自然ですね。

**宮島**：生理とは長いお付き合いですが、逆流していたなんて初めて知りました！そう考えると、生理が“重い・長い・多い”の三拍子が揃った私は、子宮内膜症のリスクが元々高かったということですね。

**柳田**：発症するまでは、定期検診以外で婦人科を受診されたりはしなかったですか？

**宮島**：生理痛があまりにひどくて、一度だけ子宮内膜症の検査を受けたことがあります。でも、その時は問題ないと言われたので、その後も安心していたんですね。まさかこんなことになるとは思いませんでした。

**柳田**：残念ながら、診察をしても子宮内膜症だとわからないケースもあります。そういう場合は炎症がまだ軽微なことが多いですね。ただ、子宮内膜症と診断されてはいないものの、**重い生理痛を訴える方をずっと追いかけていくと、将来的には子宮内膜症が見つかることが多いんです。その確率は生理痛が軽い人と比べて約3倍。**“生理痛が重い人は子宮内膜症予備軍”というのは、そうした数字的根拠が背景にあります。一度の検査で安心せず、「なんかおかしいな」と思ったらその都度婦人科を受診していただくことが大切だと言えますね。

次ページ▶ **年齢を重ねるほど症状が悪化？ 子宮内膜症のピークとは**

< 1 2 >

# 病気

# 子宮

# 子宮内膜症

# 生理痛

いいねする

0

0

コメントする

## Feature

注目の記事



編集部からのお知らせ

☆今週の読者プレゼント 7/5〜7/12☆

ミモレ編集部 2021.7.5



ニュースフラッシュ

黒、紺、茶、グレーだけ！おしゃれ迷子な男性を救う「定番4色」コーデとは？

2021.7.11



セレブ胸キュン☆通信

ヴィクトリアズ・シークレット、ブランドカ低下で元エンジェルたちの「闇」告発、続々！

さかい ゆもる 2021.7.10



今気になる「本とマンガ」…

本の女性装丁職人と、年下の少年の淡い恋物語『僕のルリユール』

吉川 明子 2021.7.10



ニュースフラッシュ

50歳にして「劣等感」を手放す。「バカにされている」と思うほど人は不幸に

2021.7.9

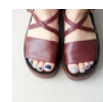
コラムニスト・ひかり



ミモレインタビュー

一瞬で強い印象を残す俳優・間宮祥太郎さん「ねっとりした質感を出せたら」

間宮 祥太郎 2021.7.9



老化の予習

真夏のベディキュアはこれ！プロが伝授する大人の鉄板カラー、選び方と塗り方は？

2021.7.8



最小にして最大の効果 デ…

「すべてを委ねる」のが楽しかった。柔軟性と強さ見せた坂井真紀の新しい顔

水野 未和子 2021.7.7



ニュースフラッシュ

眉でイメチェン！「シンプル白Tは直線眉でトレンド感を」

畑中 美香 2021.7.5

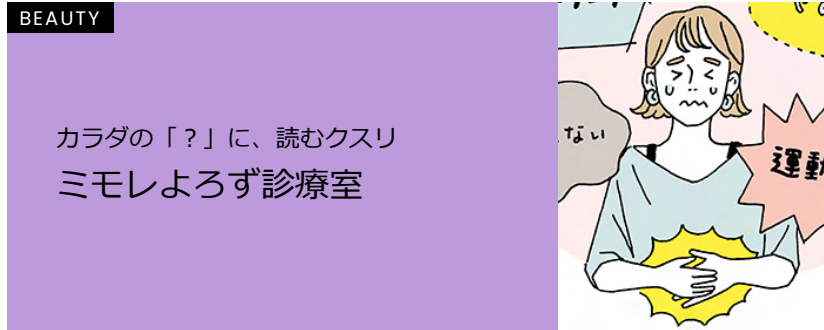
ユーザー登録・変更

&gt;

会員登録

&gt;

トップ > カラダの「？」に、読むクスリ ミモレよろず診療室 > 子宮内膜症のリスクが高い？宮島咲良…



## 子宮内膜症のリスクが高い？宮島咲良アナが振り返る「重い生理痛との関係」

2021.7.12



**子宮内膜症になる女性が増えているって本当？**  
→主に晩婚化による出産年齢の上昇に伴い、増加傾向にあります。

**柳田**：子宮内膜症の患者さんの数は増加しています。子宮内膜症は月経がある女性の10%に発症すると言われていて、なりやすい方には次のような特徴が挙げられます。

- ① 初経年齢が早い（日本人女性の初潮年齢：平均10～13歳）
- ② 出産歴がない
- ③ 閉経の年齢が遅い（日本人女性の閉経年齢：平均50～52歳）

ここからわかる通り、子宮内膜症の**リスクが高いのは生理の期間が長く、生理の回数が多い方**。働く女性が増えて晩婚化が進んだ社会背景も、患者数の増加に大きく関係しています。逆に生理の回数が少ない人——たとえば、出産歴が多い方、経口避妊薬品（ピル）を使っている方、子宮の病気で子宮を摘出している方などは、子宮内膜症のリスクは低いとされます。

**宮島**：私は今38歳ですが、初経年齢は9～10歳ぐらいからと早めで、ピルも使っておらず、出産歴もありません。“生理期間が長く、生理回数が多い人”にもバッチリ当てはまりますね……。出産歴が関係するということは、私と同じように30代が多く10代は少ないなど、罹患する年齢に偏りがあつたりするのでしょうか？

### Daily Ranking

今人気の記事

- 1  SDGsネイティブのZ世… おしゃれに新作はいらない!?Z世代のあたらしい価値観で大量廃棄を意識から変える  
[ミモレ編集室] ❤️ 1 💬 17
- 2  韓国ドラマでキュンキュン… 母性本能をくすぐられて胸が痛い…「キム秘書はいったい、なぜ？」のバク・ソジョンの魅力  
小澤 サチエ ❤️ 6
- 3  大草直子のSTYLING… 辛かったー！ここ数日のむくみの退治の仕方  
大草 直子 ❤️ 27
- 4  セレブ胸キュン☆通信 ヴィクトリアズ・シークレット、ブランド力低下で元エンジェルたちの「闇」告発、続々！  
さかい もゆる ❤️ 13
- 5  月（ツキ）を味方に by… 【7月10日蟹座新月】誰とタッグを組む？ 半年間で大きく育つ人間関係と願いにフォーカス！  
Keiko ❤️ 3

6. 一瞬で強い印象を残す俳優・間宮祥太郎… >>
7. 真夏のベディキュアはこれ！プロが伝授… >>
8. 香りのプロが自分らしい香りの選び方を… >>
9. 50歳にして「劣等感」を手放す。「バ… >>
10. マディソンブルーとパリで再会。「シャ… >>

FOLLOW US!

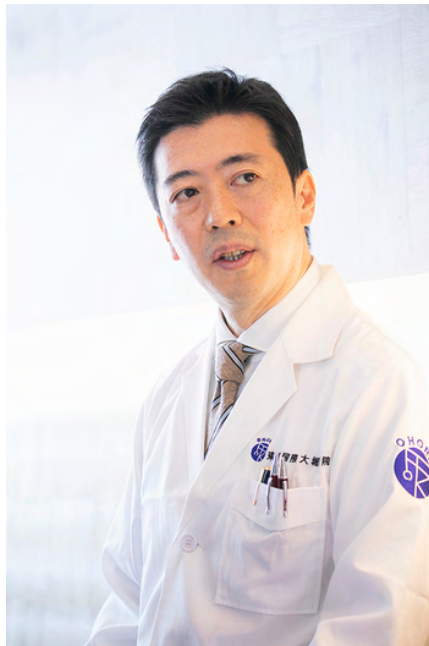


〔ミモレ編集室〕



Keiko's PowerWish Academy





**柳田**：子宮内膜症は20～30代の患者さんに多く、特に30代前半がピークになっています。生理を繰り返すことで少しずつ血流が溜まって症状が悪化するので、年齢とともに発症しやすくなるんですね。そうした意味でも、宮島さんがおっしゃるように10代で子宮内膜症の診断がつく方は多くありません。また、加齢によって女性ホルモンの分泌が減少する30代後半以降の年代も、患者数は減っていきます。

**宮島**：子宮内膜症の患者さんの数は、どのくらいになるのでしょうか。生理痛が重い予備軍とされる方たちも含めると、相当多いような気がするのですが……。

**柳田**：子宮内膜症の患者数は260万人ほどで、そのうち治療が行われているのは10%程度。患者数に比べて、治療されている方がまだまだ少ないのが現状です。さらに、**月経困難症を訴える方は800万人**いると言われていています。その中には子宮内膜症に気づいていない方もいらっしゃるでしょうし、子宮内膜症かなと思って、何もせずに様子を見ているという方も少なくないんですよ。

**宮島**：“生理痛くらいで仕事に穴は空けられない”と考えて、つらくても無理をしている女性はたくさんいらっしゃると思うんです。私もそうでした。でも、発症した時の激痛を味わってみて、生理の痛みを我慢する、看過することは恐ろしいことなんだと身をもって感じました。

**柳田**：子宮内膜症は「痛み」はもちろんですが、より深刻な「不妊」や「卵巣がん」にも関わってきます。仕事が忙しい働き盛りの年代が発症しやすい病気ですから、「いつもと違うな」と思ったら、迷わず婦人科にいらしていただきたいですね。

#### 柳田 聡 Satoshi Yanagida

東京国際大塚病院 婦人科 副部長。医学博士。東京慈恵会医科大学 産婦人科医、講師を経て現職へ。婦人科腫瘍・女性医学が専門。根拠と優しさをモットーに、女性のライフステージに合った診療を心がけ、患者一人ひとりと向き合う。

#### 宮島 咲良 Sakura Miyajima

1983年11月9日生まれ。東京都出身。ワタナベエンターテインメント所属。大学卒業後の2007年、アナウンサーとして九州朝日放送に入社。2010年に同社を退社し、フリーアナウンサーに転身。また、アナウンサーの枠を超えて幅広く活躍。2011年に『ザ・テッド・エンド』で舞台に初出演。2014年には、テレビアニメ「くつだる。」のテーマ曲で歌手デビューを果たす。戦隊もののファンで、スーパー戦隊シリーズ「手裏剣戦隊ニンニンジャー」の挿入歌なども担当した。現在は、BS11「BSイレブン競馬中継」、ニッポン放送「天野ひろゆき ルート930」、MBSラジオ「増田貴久・中丸雄一のますまるラジオ」など幅広く出演中。

## Feature

注目の記事



編集部からのお知らせ

☆今週の読者プレゼント 7/5～7/12☆

ミモレ編集部 2021.7.5



ニュースフラッシュ

黒、紺、茶、グレーだけ！おしゃれ迷子な男性を救う「定番4色」コーデとは？

2021.7.11



セレブ胸キュン☆通信

ヴィクトリアズ・シークレット、ブランド力低下で元エンジェルたちの「闇」告発、続々！

さかい もゆる 2021.7.10



今気になる「本とマンガ」…

本の女性装丁職人と、年下の少年の淡い恋物語『僕のルリユール』

吉川 明子 2021.7.10



ニュースフラッシュ

50歳にして「劣等感」を手放す。「バカにされている」と思うほど人は不幸に

2021.7.9

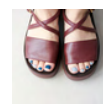
コラムニスト・ひかり



ミモレインタビュー

一瞬で強い印象を残す俳優・間宮祥太郎さん「ねっとりした質感を出せたら」

間宮 祥太郎 2021.7.9



老化の予習

真夏のペディキュアはこれ！プロが伝授する大人の鉄板カラー、選び方と塗り方は？

2021.7.8



最小にして最大の効果 デ…

「すべてを委ねる」のが楽しかった。柔軟性と強さ見せた坂井真紀の新しい顔

水野 未和子 2021.7.7



ニュースフラッシュ

眉でイメチェン！「シンプル白Tは直線眉でトレンド感を」

畑中 美香 2021.7.5

ユーザー登録・変更



会員登録





第1回「内臓をぐちゃぐちゃにかき混ぜられたような激痛...実は子宮だけの病  
気じゃない「子宮内膜症」とは？」>>



# 病気 # 子宮 # 子宮内膜症 # 生理痛

いいねする

0

0

コメントする



この記事をクリック

0clip

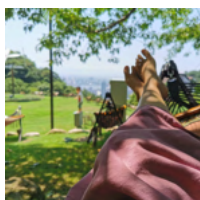


+ この連載をフォロー



## New Article

新着記事



BLOG 鳥村 奈帆子

都会の楽園 神戸布引ハーブ園で避暑



鳥村 奈帆子

2021.7.12 ♡ 1



BLOG 大窪直子

仕事でやる気が出ない人に贈る言葉



大窪 直子

2021.7.11 ♡ 48



さかいもゆるの 教えて、晩婚さん！

40歳で交際半年で結婚！流産を経験するも  
良好な夫婦関係を築けている理由



さかい もゆる

2021.7.11 ♡ 10

新着記事一覧へ



## Comment

コメント