



## 「子宮筋腫と子宮内膜症」



婦人科部長

いとう よしひろ  
**伊藤 善啓** 医師

子宮筋腫・子宮内膜症がある場合下記のような症状が出現することがあります。

### 過多月経・月経痛・不妊症・下腹部痛

### 子宮筋腫って何？

子宮の筋肉にできるコブで、婦人科疾患で最もよくある良性の腫瘍です。20～40才代の女性では約20～30%にみられます。筋腫の大きさは、小さいものは米粒大ですが、大きいものではスイカほどになることもあります。多くの人は子宮筋腫があっても普通に妊娠・出産ができますが、『筋腫が不妊症の原因となっている』『切迫早産・早産などのリスクが高い』と考えられる時には、手術をおすすめする場合があります。

### 子宮内膜症って何？

女性ホルモン(エストロゲン)の作用により、子宮内膜や類似組織が、子宮以外の臓器(卵巣や腹膜など)で増殖する疾患です。20～40才代の女性の約10～15%にみられます。炎症を繰り返して癒着を形成したり、再発や転移をするケースもあります。疼痛や不妊の原因となるだけでなく、卵巣癌の原因にもなりやすいため注意が必要です。



## 子宮筋腫の診断

まず問診で自覚症状をお聞きし、内診で子宮の硬さや腫れ方を確認します。その後は患者様の状態により、超音波・MRI・子宮鏡などの検査を行います。子宮鏡の原理は胃カメラと同じです。腔から子宮鏡と呼ばれるカメラを挿入して子宮の状態を調べます。

## 子宮筋腫の治療

### ①薬物療法

消炎鎮痛剤等による対症療法や、一時的に月経を止めて筋腫縮小を目指す偽閉経療法、月経量を減らして疼痛を緩和する治療などがあります。薬剤の使用には条件や副作用もありますので、患者様の年齢や状態にあわせて処方を行います。

### ②筋腫や子宮を摘出する手術

筋腫の大きさ・位置・個数・癒着の程度や分娩歴などを考慮して手術方法を決定します。

## ★今後妊娠出産を希望される方は『筋腫のみを摘出』します。

### 開腹手術

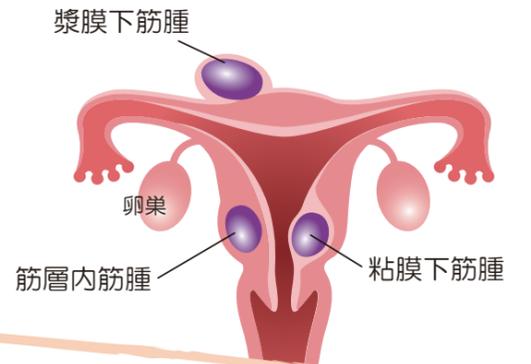
取り除く筋腫の数や大きさに制限はありませんが、術後の痛みが強く、傷も残りやすくなります。

### 腹腔鏡下手術

腹部にいくつかの小さな切開を行い、切開部位から鉗子やカメラを挿入して行います。開腹手術よりも視野が広くなり、カメラで拡大された画像により繊細な手術が可能です。手術時間は長くなりやすいですが、傷や痛みが少なく、出血量や癒着も軽減されます。摘出した筋腫の回収が難しい場合には、開腹手術へ移行することもあります。

### 子宮鏡下手術（粘膜下筋腫が対象）

電気メスがついた子宮鏡で子宮筋腫を削りだす手術です。腔から子宮鏡を挿入して手術を行いますので、お腹に傷は残りません。痛みはあってもごく軽度です。手術翌日には退院でき、すぐに日常生活に戻ることができます。筋腫が大きすぎる場合は子宮鏡下手術の対象外となります。

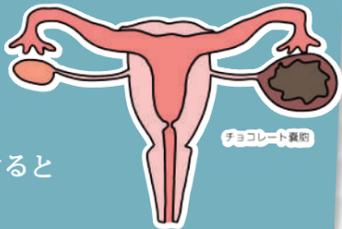


## 子宮内膜症の診断

まず問診で自覚症状をお聞きし、内診により子宮後屈や圧痛などの有無を調べます。内膜症組織の大きさや位置、悪性かどうかを確認するため、超音波・MRI・CTなどの検査を行います。あわせて血液検査で腫瘍マーカーを調べます。

## 卵巣チョコレート嚢胞

卵巣に発生する、もっとも代表的な子宮内膜症です。月経のたびに内膜症組織から出血し、卵巣が腫れて周囲と癒着していきます。**嚢胞の破裂**が起ると激しい痛みがあり、緊急手術となることもあります。また、卵巣チョコレート嚢胞は0.72%が**癌化**すると言われており、40歳以上で10cm以上の大きな嚢胞がある場合は特に注意が必要です。



### ③マイクロ波子宮内膜焼灼術 (MEA)

子宮内膜を焼くことで行う、過多月経の治療です。過多月経を改善することで、筋腫による痛みの軽減も期待されます。妊娠出産希望がある場合には適しません。お腹に傷はつきませんが、子宮筋腫は残りますので症状再発の可能性もあります。治療による痛みは軽く、術後すぐに日常生活が可能です。

## ★妊娠出産希望がない方は

『筋腫のみを摘出』する場合と『子宮全体を摘出』する場合があります。子宮全体を摘出する際にも『開腹』『腹腔鏡』の2通りの方法があります。子宮全体を摘出する手術は身体への負担は大きいですが、再発の心配はありません。

## 治療のポイント

治療の選択のポイントは「今後の出産希望の有無」「根治を望むかどうか」「身体への負担の程度」です。すべての患者様に希望通りの手術が行えるわけではありませんが、可能な限り希望をお聞きして、患者様に負担の少ない手術を提供しています。

## 子宮内膜症の治療

### ①薬物療法

消炎鎮痛剤等による対症療法、ホルモン療法などがあります。ホルモン療法は、妊娠を望む方には適しません。またそれぞれの薬剤には副作用もありますので、患者様の年齢や状態にあわせて慎重に選択する必要があります。

### ②手術療法

開腹または腹腔鏡で内膜症の病巣を取り除く手術を行います。

「内膜症組織の位置や大きさ」「患者様の年齢や妊娠希望の有無」により、手術の方法を選択します。

軽度な場合には、卵巣嚢胞のみを摘出することが多いですが、レーザー焼灼してエタノールで固定することもあります。卵巣機能を温存する手術ですが、術後に卵巣機能が低下したり、内膜症が再発するリスクもあります。内膜症の進行状態によっては、卵巣+卵管を摘出する場合や、卵巣+卵管に加えて子宮の摘出も必要になる場合もあります。また膀胱や直腸など稀少部位に発生した内膜症については、子宮や卵巣以外の組織切除が必要となる場合があります。

## 治療のポイント

子宮内膜症の治療では、疼痛によって低下したQOL(Quality of Life: 生活の質)の改善だけでなく、若年女性では将来の妊娠可能性の温存を、高齢者では早期発見による悪性化予防を重視します。そのためライフステージを見据えての治療方法の選択が必要となっていきます。



## チャプレンオフィス便り

「全地に生える種のある植物を見てみなさい。みなあなたがたのものだ。実のなる木もすべて与えるから、好きなだけ食べるがいい。」（旧約聖書 創世記1章29節 リビングバイブル）

世界で200か所以上あるアドベンチスト病院では入院食に菜食料理を提供しています。その理由は、神様が人間のために備えた食料は穀物と果実の菜食だったこと（冒頭の聖句）、それが体に最も適しているということが研究、調査で明らかになっているからです。最近では健康志向に加えて、環境問題、食糧不足が心配される中、肉に似た外観の「大豆ミート」がますます注目されています。当院では昔からこの食材を用いています。売店「ギフトショップ」で形状の違う4種類を販売しています。一度試してみませんか。調理方法のアドバイスもしています。

チャプレン 吉田浩行

## 毎日の食事で健康な身体と豊かな心を育む 簡単!おいしい! 菜食料理レシピ

### 乾燥大豆ミートを使った まるでお肉みたいな「大豆そぼろ」

#### <材料>

乾燥大豆ミート……100g 干し椎茸………10g  
砂糖 ……50g 醤油 ……50cc  
胡麻油 ……30cc



#### <つくり方>

- ① 分量の乾燥大豆ミートをボウルに入れて、水にひたす。柔らかくなったら水気をきる。
- ② 干し椎茸は水につけて柔らかく戻したら、水気をきってみじん切りにする。
- ③ 鍋に油を適量入れ、①と②を入れて軽く炒める。
- ④ ③に分量の調味料を入れて混ぜながら5分程度炒める。
- ⑤ 冷めたら容器やジップロックなどに移して冷蔵・冷凍で保存する。（冷蔵2～3日 冷凍2～3週間）

### 大豆そぼろで作る「麻婆茄子あんかけそうめん」

#### <材料（1人分）>

ナス ……50g  
そうめん ……50g  
大豆そぼろ………適量  
油 ……適量 醤油 ……適量



#### <つくり方>

- ① ナスは食べやすい大きさにカットして少量の油で揚げ焼き又はフライパンで炒める。ナスに火が通ったら醤油を少し（適量）かけると良い。
- ② 鍋に水を入れて火にかけ、沸騰したらそうめんを入れる。煮立ってきたら火を止めて蓋をして、4～5分間おいてから流水でもみ洗いしてザルに上げる。
- ③ フライパンで大豆そぼろとナスを絡めたところに水溶き片栗粉を入れてとろみをつけてあんを作る。（水100ccに片栗粉小さじ1～2杯程度）
- ④ 2のそうめんを器に盛り、3のあんをかける。  
※お好みで豆板醤を加えたり、彩りに刻み葱をかけてもGOOD！冬は温めて、夏は冷やしても美味しく召し上がれます。

今回ご紹介した以外にも、麻婆豆腐・ちらし寿司・三色丼・焼き飯の具などにも利用できます。畑の肉と言われている大豆製品は、認知症予防にも効果があると言われています。色々な料理にアレンジしてみましょう！