

女子選手の駆け込み寺

東大病院女性アスリート外来

Tokyo

心と体

女子アスリート特有の悩みを受け止める「駆け込み寺」が誕生している。東大病院（東京都文京区）女性診療科・産科は昨年4月、「女性アスリート外来」を開設した。月経周期異常などの診療や、出産後の競技復帰などに関するサポートを行う。担当の能瀬さやか医師(39)らは、全国の医師らへの啓発活動も行う。

(伊藤瀬里加)

特有の悩み 診療し支える

水曜日の午後、東大病院には悩みを抱えた女子選手が集まってくる。昨春、同病院内に開設された女性アスリート外来。患者には40代の市民ランナーもいるが、圧倒的に多いのは10代から20代前半の選手。日本代表クラスのアスリートも来る。設立の中心となった能瀬さんは「(女子選手特有の健康問題は)競技レベルに関係なく起こっている」と感じている。

初年度の昨年度は延べ467人が受診。そのうち62%が無月経や月経不順だった。さらにこのうち12%が摂食障害と診断された。競技種目別では、陸上長距離が最も多い。無月経の原因が利用可能なエネルギー不足と診断された場合は、一緒に診療を行う公認スポーツ栄養士がエネルギー消費量と摂取量を調査。エネルギーバランスを改善し、月経を起すように試みる。さらに摂食障害と診断された場合は、精神科での治療が優先される。



女性アスリートの健康問題に携わる能瀬医師

栄養士や精神科と連携

出産後の競技復帰を目指す選手も支え、大病院のメリットを生かしながら、誤解がすこかった。後につながる研究調査も行う。

国立スポーツ科学センター(JISS)で女子アスリートの健康問題に携わっていた能瀬さんは昨年、元の勤務先だった東大病院に復帰。これをきっかけに女性アスリート外来の設立が決まった。外来では無月経だけでなく、試合や練習に合わせた月経周期調整についても相談を受ける。低用量ピルは、海外では早くから一般的だったが、日本では近年まで否定的な考えが根付いていた。「『太る薬』、『将来妊娠できなくなる薬』なし、診療をしながら今ど、誤解がすこかった。避妊薬という印象が強かったけど、今は使ってみたいと選手たちが自らの意思で受診する」。競技特性や個人の予定に応じて月経周期調節を行う。

「こういう問題は啓発すればするほど、トップ選手ではなく、中高生の部活動などに裾野を広げてみないと解決しないと感じる」と能瀬さんは訴える。理事を務める女性アスリート健康支援委員会では、全国各地で産婦人科医や指導者、養護教諭などを対象に講習会やシンポジウムも開催。産婦人科医がアスリートが来た時に普通に受診できる環境を全国でつくっていくかないといけない」。女子アスリートの「駆け込み寺」が全国に広がるのが、能瀬さんの願いだ。

女性とスポーツ