

# 保健教育・疾病予防教育

治療

## 女性の生涯における 主なリプロダクティブイベント

生活習慣

栄養・運動・禁煙

0歳 ) 20年間  
20歳 ) 25年間  
45歳 ) 10年間  
55歳 ) 30年間  
85歳

幼児期

小児期

思春期

性成熟期

更年期

老年期

初経

妊娠・出産・育児

閉経 (50-51歳)

疾病  
予  
防

疾  
病  
治  
療

# 女性における生涯にわたる健康支援課題

10代～

20代～

30代・40代～

50代～

月経 (月経記録指導・月経異常・月経困難症)

早発閉経

子宮内膜症・子宮筋腫・がん検診 (子宮疾患・卵巣疾患他)

性感染症・尿路感染症

性教育

受胎調節・妊娠・出産

不妊症

性交障害

月経前症候群

ストレス管理

偏頭痛

うつ・うつ状態 (産褥期・更年期のうつ他)

摂食障害

栄養管理・運動管理 (肥満防止等)

肥満・耐糖能異常・糖尿病

喫煙させない指導・間接喫煙予防・禁煙指導

皮膚・爪ケア (にきび・化粧に関すること, 真菌症他) 眼 (パソコンによる眼疲労他)

甲状腺疾患・免疫性疾患 (膠原病・シェーグレン・慢性関節リウマチ他)

乳房検診 (乳腺症・乳癌)

更年期症状・障害

泌尿生殖器萎縮 (尿失禁・膣萎縮等)  
骨量減少・骨粗鬆症・骨折予防  
高脂血症・動脈硬化・高血圧・胸痛  
狭心症・心筋梗塞  
短期記憶障害・呆け・アルツハイマー病



# 更年期女性のヘルスプロモーションは、日本の疾病予防管理のキーファクター

更年期前後の女性では、閉経に伴う心身の大きな変化がおこり、ヘルスプロモーションサポートが重要な課題である。

- ① 疾病罹患率が急上昇する
- ② QOLに関わる様々な症状が出現する

産婦人科医師との関わりは重要

女性自身の取り組みも重要

