

婦人科医のアスリート診療！？

札幌市医師会
JA北海道厚生連 札幌厚生病院

三國 雅人

スポーツ選手、アスリートの診療と言えば、まずは整形外科。スポーツ外傷、障害という運動、トレーニング、競技に直結する疾患の診療は整形外科医とそれに関連したパラメディカルの方々の専門領域というのは、過去も、現在も、そしてこれからも揺るぎのない事実です。そして次に、喘息などアスリートに比較的多いとされている疾患や、体調、環境変化による胃腸の障害などには内科。視力、聴力などスポーツに重要な感覚器の問題にはそれぞれ専門医の診療が必要です。これまで婦人科医はスポーツ選手やアスリートの診療というところとは次元の異なるところに置かれていたと思います。

最近、国内では学生スポーツの現場やいくつかの競技団体・連盟におけるパワハラ、セクハラ問題が世間を騒がせております。これらの暴力、セクハラ、パワハラの問題のように最近までほとんど表だって話題にされることなかった問題に選手の体調管理、特に女子選手の成長、女子特有の生理・病理とコンディショニング、競技生活～引退後の生活の問題があります。体調管理といえば、まずは長く協議、研究、検査と罰則の実施が行われてきたドーピングの問題もありますが、それとは別に国際オリンピック委員会（IOC）が近年提唱した、Relative Energy Deficiency in Sport (RED-S) の概念（男女すべてのアスリートにとって相対的エネルギー不足は心身のさまざまなところに悪影響をもたらす結果的にパフォーマンスの低下をもたらす）や、その中でも特に女子についてはIOCもアメリカスポーツ医学会も警鐘を鳴らしている「女性アスリートの三主徴」1) 利用可能エネルギー（Energy Availability）不足、2) 視床下部性無月経、3) 骨粗しょう症という問題が注目されています。

高校時代に素晴らしい記録を残した陸上女子長距離選手が疲労骨折などの故障で短期間のうちに表舞台から遠ざかってしまうようなことは以前から知られておりましたし、フィギュアスケート選手の骨折報道などからもこの女性アスリートの三主徴の問題はわが国でも徐々に取り上げられるようになってきました。本来骨密度がピークとなる年齢と競技者としてのピークの年齢が近い新体操など審美系競技や陸上長距離などでは特に課題は多いようです。

この低エネルギー、低エストロゲン、無月経、疲労骨折の問題とは別に、婦人科疾患や月経周期と競技パフォーマンスという問題もあります。強い月経

随伴症状や子宮内膜症による激しい月経痛は、試合時に出現すればパフォーマンスに悪影響を及ぼすことは容易に想像できますし、月経周期中の体調、パフォーマンスの変化を敏感に訴える選手もおり、欧米ではいわゆるピルで月経周期の調節をすることが、かなり普及しているようです。最近ではオリンピックやさまざまな国際大会での日本女子選手の活躍が話題となり注目を集めています。幾人かのメダリストや有名選手がインターネットやマスメディア上で競技生活と婦人科疾患やコンディショニングの問題、投薬の失敗談、成功談、出産の体験談などを公表しており、日本スポーツ協会（旧日本体育協会）や国立スポーツ科学センターなども女子選手特有の健康問題に取り組み始めていて、選手の方たちの意識もさまざまな情報によって変わりつつあるのかもしれない。

かつては国立スポーツ科学センターの診療所にも常勤の婦人科医はおらず、私自身が日本スポーツ協会のスポーツドクター資格を取得してからもしばらくの間は受診や問い合わせを受けることはありませんでした。数年前に某競技の全日本チームドクターの先生から学生さんをお一人ご紹介いただき、その後、最近はいくつかの競技のさまざまな競技レベルの選手やチームのご相談に応じる機会も出てきました。その診療や相談の中で、特に高校生の食事と月経と部活・学校生活のすべてを維持する難しさや、体調変化には敏感だけれど長期遠征などで受診・面談機会の限られる選手の受診や投薬の困難さ、さらにコミュニケーションを十分にとることの重要性を感じております。

昨年、北海道産婦人科医会と道内3医育大学産婦人科教室のご協力で行ったアンケート調査では、産婦人科医のスポーツドクターや医師会認定健康スポーツ医は非常に少ないことが分かりました。同様に道内の公認スポーツ栄養士さんも非常に少ないのが実情です。どの婦人科を受診したらよいか分からなくて困っていたという選手の声も伺いますし、整形外科や他科の先生方が、この学生、この選手、ちょっと婦人科も問題だなと感じた時に道内でスポーツに熱心な婦人科医を簡単に検索し、その婦人科へご紹介いただけるような窓口があればいかがでしょう。北海道医師会や関連団体・協会、各科の先生方のご協力ご指導を仰ぎながらそのような窓口を作ることができたら、スポーツを楽しむ婦人、学生、女子アスリートのためにいくらか役に立つのではないのかなと想像をめぐらせる今日この頃です。