

女性が更年期以降を幸年期とするために

広尾レディース院長・東京慈恵会医科大学産婦人科講師(非常勤)

宗田 聡 (そうだ さとし)

座長：西谷 雅史 (響きの杜クリニック・院長)

石河 二郎 (渡辺婦人科・院長)

略歴：

平成9年より筑波大学講師として臨床・研究・教育に従事
平成12年 New England Medical Center (NEMC: ボストン)
遺伝医学特別研究員
平成15年 水戸済生会総合病院産婦人科部長・茨城県周産期センター長
(筑波大学産婦人科臨床准教授兼任)
平成24年 広尾レディース院長
茨城県立医療大学客員教授
東京慈恵会医科大学産婦人科講師 (非常勤)
筑波大学大学院講師 (非常勤) 他
日本周産期メンタルヘルス学会 評議員



資格：

医学博士、日本産科婦人科学会認定医・指導医、臨床遺伝学認定医・指導医、
日本医師会認定産業医、アメリカ人類遺伝学会 (ACMG) 上級会員 (Fellow)

男性と女性との大きな違いは、女性ホルモンによる周期があります。毎月起こる月経周期と、一生の中で起きる初経から閉経までの大きな周期の2つです。

特に、女性が妊娠出産することが可能な時期は限られており、さらに女性ホルモンがその役割を終えて閉経する前後には、女性の心身にとても大きな変化を与えます。いま女性の平均寿命は約90歳です。日本人の平均閉経年齢の50歳から、さらに約40年の人生が待っています。その長い期間を考えると、更年期以降の期間をいかに心身ともに健康で快適に過ごすことができるかが、非常に大きな問題となってきました。単に「生きる」状況ではなく、充実した「生きている」日々を過ごすためには、どのようなことに注意して、どのようなことを日々していったらよいのか？そこに我々医療者がどう関わっていけるのか？まさに女性が更年期以降の人生を幸せある「幸年期」にしていくためには、お話させていただきます。