

女性外来診療指針  
HANDBOOK

# 女性外来ハンドブック こんなときどうする？

Women's Clinic Network

女性医療ネットワーク編

# CONTENTS

はじめに	2
女性外来とは？	7
女性外来の現状と今後の課題	19

## Chapter 1

女性外来でよく遭遇する 疾患の診断と治療	23
-------------------------	----

■ 月経不順・無月経	24
■ 月経困難症	26
■ PMS (月経前症候群)	28
■ 更年期障害	30
■ 子宮内膜症	32
■ 子宮筋腫	34
■ 子宮頸がん	36
■ 乳がん	38
■ 甲状腺疾患	40
■ 膠原病	42
■ うつ	44
■ パニック障害	46
■ 摂食障害	48
■ 尿失禁	50
■ 膀胱痛症候群/ 間質性膀胱炎・外陰痛症 (外陰前庭痛症)	52
■ 喫煙関連疾患	54
■ 骨粗鬆症	56
■ 狭心症	58
19 瘡瘡	60

Column	62
--------	----

片頭痛
PTSD (外傷後ストレス障害)
肛門疾患 (痔)
性感染症 (STD)
性交障害
脱 (子宮脱・膀胱脱・直腸脱)

## Chapter 2

女性外来の現場から 「こんなときどうする？」 症状別の対応法	67
--------------------------------------	----

● 「月経が不順です」「無月経になりました」	68
● 「月経痛がひどいのですが…」	69
● 「月経前にイライラします」	70
● 「不正出血しました」	71
● 「おりものやかゆみがひどいのですが…」	72
● 「頭痛がひどいのですが…」	73
● 「肩こり・首のこりがつらくて」	74
● 「動悸がします」「胸が苦しくて」	75
● 「不安がとれません」	76
● 「気分が落ち込みます」 「イライラして人にあたってしまいます」	77
● 「眠れません」	78
● 「会議のときに下痢します」 「便秘がひどく一週間も出ないことが…」	79
● 「最近、肌荒れが気になります」 「しみ・しわが増えた気がします」	80
● 「デリケートゾーンがかゆいのですが」	81
● 「体のあちこちがかゆくなります」	82

● 「脱毛が気になります」	83
● 「いつも熱っぽく、測ると微熱があります」	84
● 「口が渇きます（ドライマウス）」	85
● 「目が乾きます（ドライアイ）」	86
● 「膝が痛くて」「腰痛があります」	87
● 「だるくて疲れがとれません」	88
● 「意欲がわきません」「性欲がありません」	89
● 「尿が漏れます」「尿が我慢できません」	90
● 「尿意が頻回です」「下腹部が痛みます」 「外陰部に違和感が…」	91
● 「痔だと思のですが」	92
● 「疲れると耳鳴りやめまいがしてきます」	93
● 「乳房痛があります」「しこりがあるようですが…」	94
● 「乳首がただれてかゆみがあります」	95
● 「むくみがあります」「冷えがひどいです」	96
● 「不妊で悩んでいます」	97
● 「5年以上セックスレスです」	98
● 「レイプされました」	99
● 「上司のセクハラで悩んでいます」	100
● 「地震後のPTSDが治りません」	101
● 「妊娠したのですが、 糖尿病があるといわれ心配です」	102
● 「他の病院でもらった薬を一緒に飲んでもいい？」	103
● 「体のあちこちが痛みます」	104
● 「やせたいのになかなかやせません」	105
● 「タバコがやめられません」	106
● 「ピルを飲んでみたいのですが不安です」	107
執筆者一覧	108

## 女性外来とは？

### 女性によく起こる不調に耳を傾けて

女性外来（女性専用外来）とは、女性によく起こる体の症状や心  
の問題、どこに行ったらいいのかわからない体調不良、不安や疑問  
などに答える健康相談の窓口として、病院やクリニックに設けられ  
た外来です。

おもに、プライバシーを重んじた空間でゆっくり話を聞き、たと  
え病気がなくとも心身の健康を保つための相談、症状を緩和し病気  
を予防するための方策について、医療者と対等な立場で話し合い、  
多くの選択肢の中から自分の判断で選択してゆく診療スタイルをと  
ります。

よく誤解されますが、医師や医療者は女性に限りません。しかし、  
患者の羞恥心に配慮し、患者が医師や診療内容（婦人科内診や乳  
房・肛門・泌尿器などの診察を受けるかどうか）を選べることも大  
切です。

特に、医師側にはジェンダーとあって、生物学的性差と社会的文  
化的性差が症状や疾患、治療薬や予後に及ぼす影響についてよく理  
解し、ジェンダーに配慮しながら診察を進めることが必要とされて  
います。これをGender Specific Medicineといいます。

女性外来は、近年、全国各地の病院に設置されるようになってき  
ました。2005年には、全国で350か所以上という統計もあります。  
なぜ、このような動きが出てきたのでしょうか。