

神奈川 新 THE KANAGAWA 聞

2020年[令和2年]

11月25日[水]

友引

当院 **金曜日**に**整形外科**
診療の**川崎先生**が
神奈川新聞の記事に掲載
されました。

昭和大学横浜市北部病院
整形外科 川崎恵吉教授



更年期に見られる手指の違和感

昭和大学横浜市北部病院 整形外科 教授 川崎恵吉先生

女性を中心に、閉経前後から手指の痛みやしびれを訴える患者が整形外科に訪れるという。昭和大学横浜市北部病院の川崎恵吉教授に未病と女性ホルモンとの関係や現状を聞いた。

一病気の現状や症状をお聞かせください。

女性に多く見られる疾患として、第1関節の痛みや変形がみられる「ヘバーデン結節」や親指の付け根がしびれる手根管症候群、指のけんしょう炎などがあり、これらは年齢的には閉経前後、特に50代に多く見られます。以前なら加齢とともに仕方がないとされてきた症状・疾患でしたが、ネットやさまざまな情報をもとに整形外科で診察しようという人が増えています。一具体的な痛みはどんなものですか。

手は繊細で神経も多く、皮膚の知覚が敏感です。人によりしびれやビリビリ痛い、ペットボトルのふたをつまむことや箸を持つのも辛いなど、訴える症状

はさまざまです。手は休ませることができないので、日々の積み重ねで症状が次第に悪くなっていきます。

一女性ホルモンとの関係はありますか。

更年期症状の一つに手指の痛みも入っています。患者は女性が圧倒的に多いことから、手指の痛みと女性ホルモンの減少との間の関係が指摘されています。女性ホルモンの作用の一つに関節や軟骨、腱などの腫れを抑制・保護する作用があり、女性ホルモンの減少とともに軟骨が変性（変形性関節症）やけんしょう炎を引き起こすこともあります。最近これらの症状への対策として、女性ホルモンに似たエクオールという成分が入ったサプリメントが注目を集めています。薬ではないので安心して使用できます。私の患者の100人くらいのデータでも、半数で痛みが緩和・軽減されています。エクオールはあくまで食品です。検査キットで産生能を調べられますが、エクオールを体の



中で作れない人はもちろん、作れる人でも、大豆を食べない日や腸内環境によって作れない日もあるので、加齢に伴って現れるいろいろな症状の改善の意味でも摂取するのはいいのではないのでしょうか。

一症状は進行するとどうなりますか。

軟骨を増やすことは今の医療ではなかなかできません。痛み止めや漢方などによる、痛みを鈍化・緩和させる薬もあります。しかし変形が進行し、痛みが増大した場合には人工関節や関節形成術、関節固定術などの手術が必要となってきます。一人で悩まずに、手を専門にしている医師に相談してもらえたら、何らかの対策は得られることもあります。