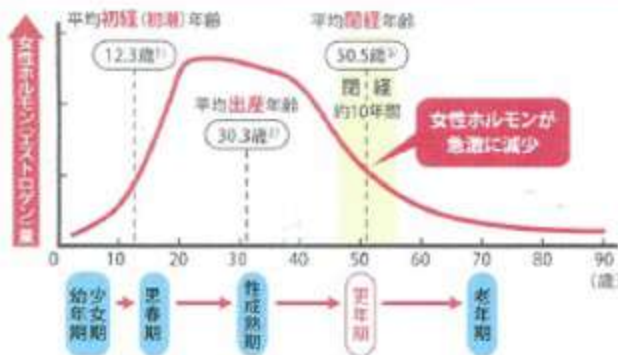


女性ホルモンの減少期に手指の不調が増える!?

手指が変形するなどのトラブルは、リウマチや関節炎などが原因とされてきました。しかし近年、女性ホルモンの低下との関係も指摘されています。

50代で女性ホルモンが減ると
手指にトラブルが起こりやすくなる



閉経を迎える50歳くらいになると、女性ホルモンの分泌量が大きく低下します。女性ホルモンは、体のさまざまな機能を守る役目があるので、低下により不調が現れやすくなります。その一つが手指のトラブルです。手指の痛みやしびれは腱が腫れることによって起こりますが、更年期を迎える頃から多くの女性に症状が出始めるため、女性ホルモンが原因と考えられています。

エストロゲンは腱や腱鞘などの腫れを抑える

エストロゲンの減少と共に症状が進む

腫れ
痛み

手の
こわばり

指の変形

手指の不調は、まず腫れや痛みから現れがちです。症状が進むと、手のこわばりに。これを放置しておくと、指の変形に至ることにも。症状が出始めたらすぐに対処することが大切です。



手指の病気の主な種類

手指の症状には、痛みや腫れが現れる部位により、図のような病名があります。「関節リウマチ」と似ているので専門医の診断が必要です。

手首の親指側の腫れと痛み

ドケルバン病(腱鞘炎)

第一関節の変形や痛み

ヘバーデン結節

第二関節の変形や痛み

ブジャール結節

手指のつけ根の痛み

ばね指(腱鞘炎)

親指のつけ根の痛み

母指CM関節症



治療法は

整形外科などを受診した場合、患部をテーピングなどで固定する治療や、薬の処方があります。薬は、鎮痛薬、漢方薬、ステロイド剤の注射などです。手指が変形し、日常生活に困るような場合は手術を行うこともあります。

加齢のせい? 使い過ぎ? 女性ホルモンが原因かも

手指の症状で受診すると「加齢のせい」や「使い過ぎ」と言われることもあります。しかし、高齢の方より更年期世代で発症が多かったり、利き手でなくても起こるなどの傾向が。つまり、加齢や使い過ぎが原因でないかもしれません。女性ホルモンが低下する「産後・授乳期」に症状が出る女性も多いため、女性ホルモンとの関係が指摘されるのです。