

# 女性が抱える

# 健康問題とその予防



## 第16話

### 思春期と思秋期

思春期の子どもを育てているのは思秋期を迎えようとしている母親。女性ホルモンの分泌量の変化だけを見ても似通った環境にあることがわかります(図)。性成熟期に向かって突き進む思春期と性成熟期に別れを告げて女性ホルモンが減少傾向に向かう思秋期。初経直後や閉経間近の女性ではよく経験することですが、排卵を伴わない出血などに悩まされることがあります。こんな言い方をしたら失礼かもしれませんが、思春期は人生のピークに向かつて、その一方、思秋期は人生の刈り取りの時期に一步を踏み出そうとしている時期です。晩婚化が、この関係をますます強めています。

異性に対する関心が高まる思春期。子どもから大人への過渡期にある思春期は、からだの成長にこころの発達が

ついていけず、家や学校、社会に対して言葉に表し難い反発を経験する時期でもあります。自分のしていることに矛盾を感じても、素直に反省することもあり込んでも、むしろ泥沼にはまり込んで、もがき続けています。

思秋期はといえば、夫との関係に隙間風が吹き始め、更年期障害や「うつ」などこころの問題を抱え始めています。両家の親の介護への負担が一挙に高まる時期でもあります。自分を頼り、自分が支えなければ生きることさえできなかった子どもが、友人など自分以外の人のとの関係を重視していくことに幾ばくかの寂しさを覚えます。特にそれが異性ともなると寂しさと不安は極限に達することになります。仕事人間と化した夫が家庭を省みることも少なくなり、こころにぽっかりと穴が空

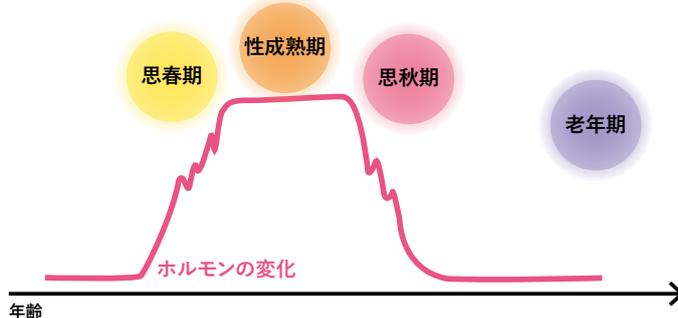
いたような、いわゆる「空の巢症候群」を経験するのです。

思春期外来ではこのような光景をしばしば目にするようになります。子どもの生活の一部始終を把握することなどできるはずがないのに、知らないことに苛立ちを覚え、揚げ句は子どもにも八つあたりをしてしまう母親。「お母さんは、あんなボーイフレンドとの付き合い認めませんか」と娘さんに迫っているものの、まだ見たこともない相手なのでから適正な評価ができません。

「私に子育てを押しつけて、自分だけは仕事人間を気取って夜な夜な飲み歩いているなんて許せない。『帰るコール』だけではない電話をたまにはかけてきてもいいのではないの。私の寂しさを気遣うLINEメールがほしい」。わ

図 女性のライフステージにおける女性ホルモンの変化

- ◆女性には、生理的ライフステージによって、ホルモンの状態が大きく変化する
- ◆女性には、ホルモンの変化に伴う疾患が多い



が娘が楽しそうに異性とのやり取りをしている姿と自分の置かれている立場とを照らし合わせて、やり場のない苛立ちを覚えていくのかも知れません。



[執筆者]

北村 邦夫

きたむら くにお

日本家族計画協会 会長

自治医科大学を1期生として卒業後、群馬県庁に在籍する傍ら、群馬大学医学部産科婦人科学教室で臨床を学ぶ。1988年から日本家族計画協会クリニック所長。東京都予防医学協会理事、日本母性衛生学会名誉会員。2018年より現職。