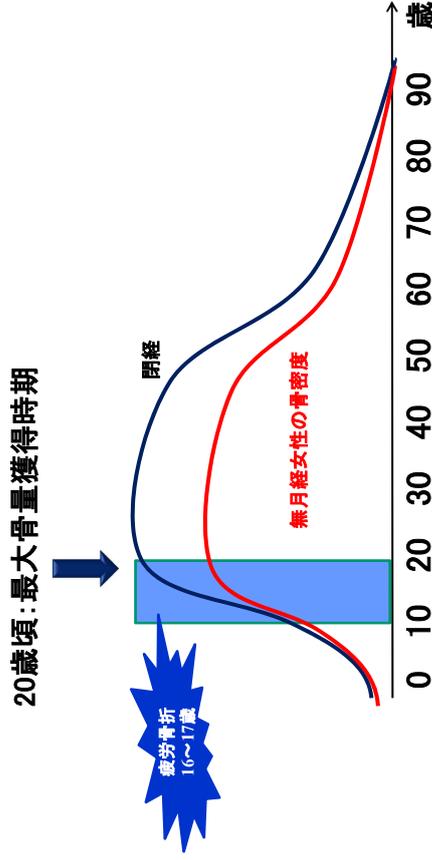


女性アスリート特有の問題

- 女性アスリートの3主徴(米国スポーツ医学会)
利用可能エネルギー不足(以前は摂食障害)
無月経
骨粗鬆症
- 月経困難症
- 月経前症候群

1

骨量の経年変化



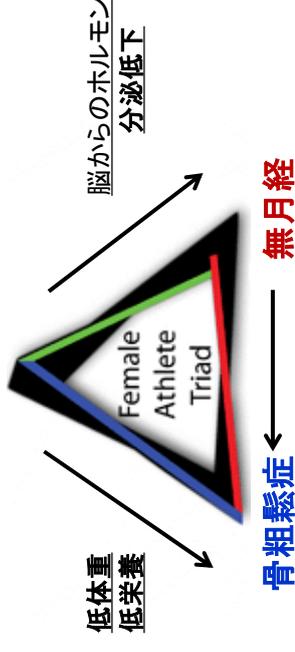
骨粗鬆症の予防と治療ガイドライン2011年度版より一部改変

1

女性アスリートの3主徴

米国スポーツ医学会

利用可能エネルギー不足



低エストロゲン状態による
骨密度低下

2

利用可能エネルギー不足とは？

米国スポーツ医学会

Energy Availability (利用可能エネルギー)

= (エネルギー摂取量) - (運動によるエネルギー消費量)

Low energy availability (利用可能エネルギー不足)
治療目標値

- ... 除脂肪量1kgあたり30kcal/日未満
- ... 除脂肪量1kgあたり45kcal/日以上

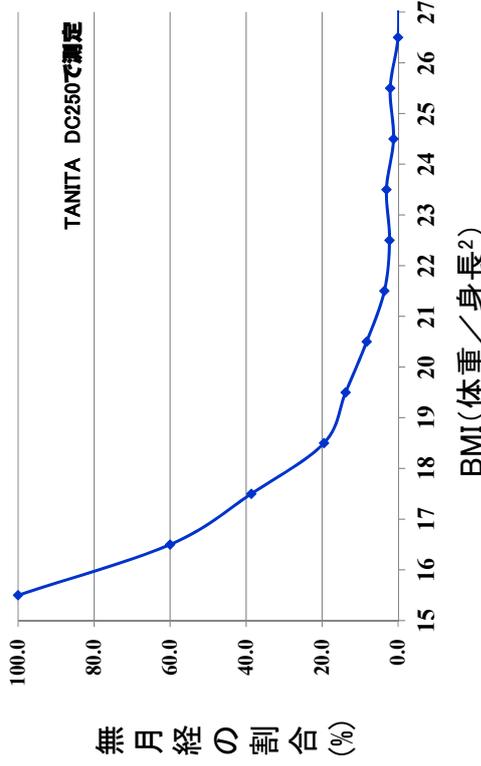
成人...BMI17.5以下
思春期...標準体重85%以下

資料3

4

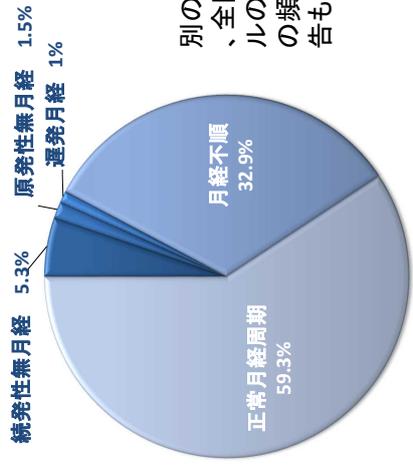
BMIと無月経の頻度

《国立スポーツ科学センター1,534名、40種目での調査》



能瀬ら, 日本女性心身医学会, 2014 データ一部改変 5

女性トップ選手の月経 2011年度683名

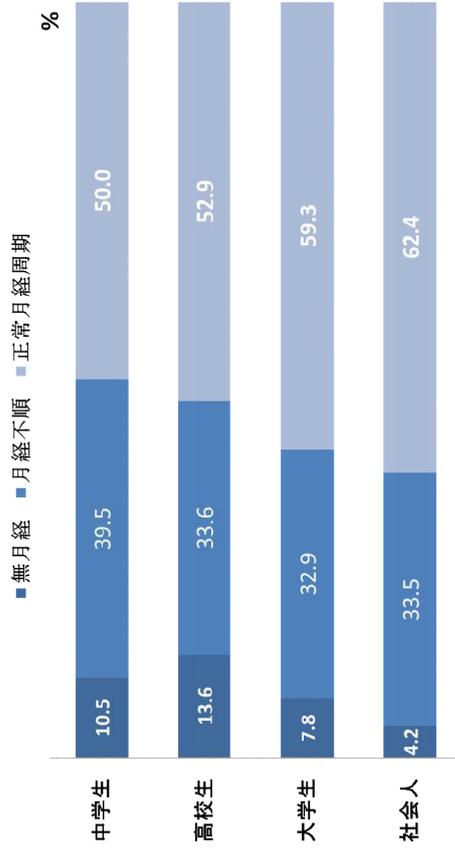


別の調査で、国際レベル、全国レベル、地方レベルのアスリートで無月経の頻度は同程度との報告もある

無月経53例(7.8%)、月経不順78名(32.9%)
⇒約40%に月経周期異常が認められた

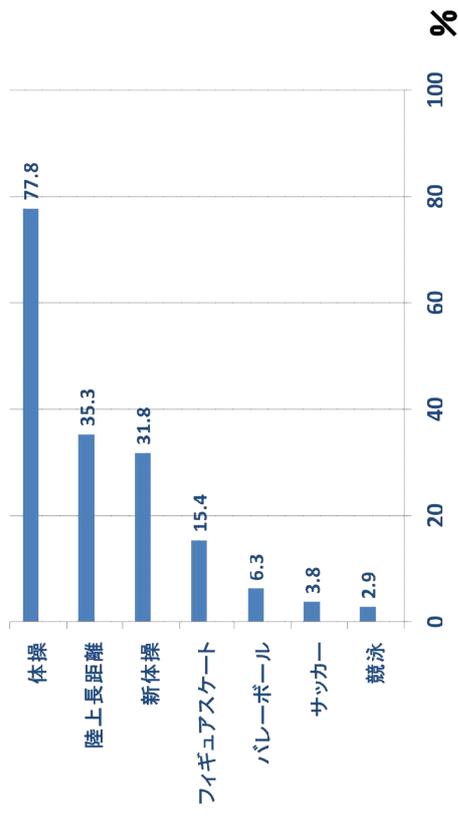
女性トップ選手 年代別月経周期異常

《国立スポーツ科学センター683名の調査(2011.4~2012.5)》



能瀬ら, 日本臨床スポーツ医学会誌, 2014

女性トップ選手 競技別の無月経発症率



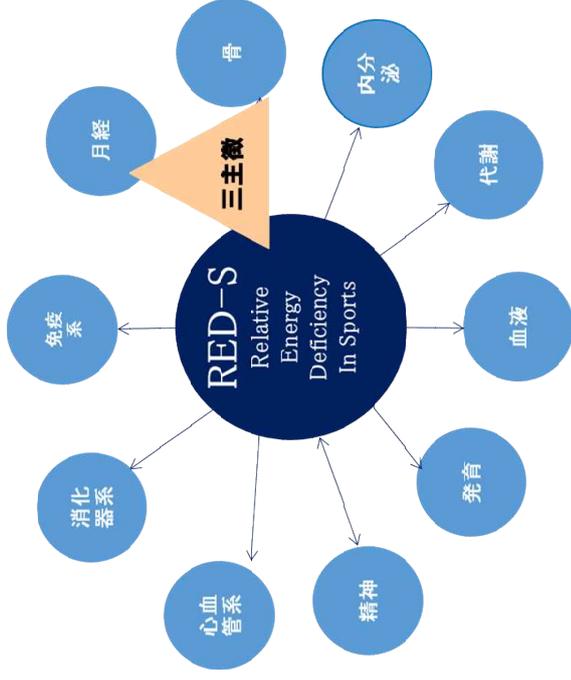
女性トップ選手 疲労骨折発症率

全体 78名/683名 (11.7%)



9

相対的エネルギー不足 (IOC)



10

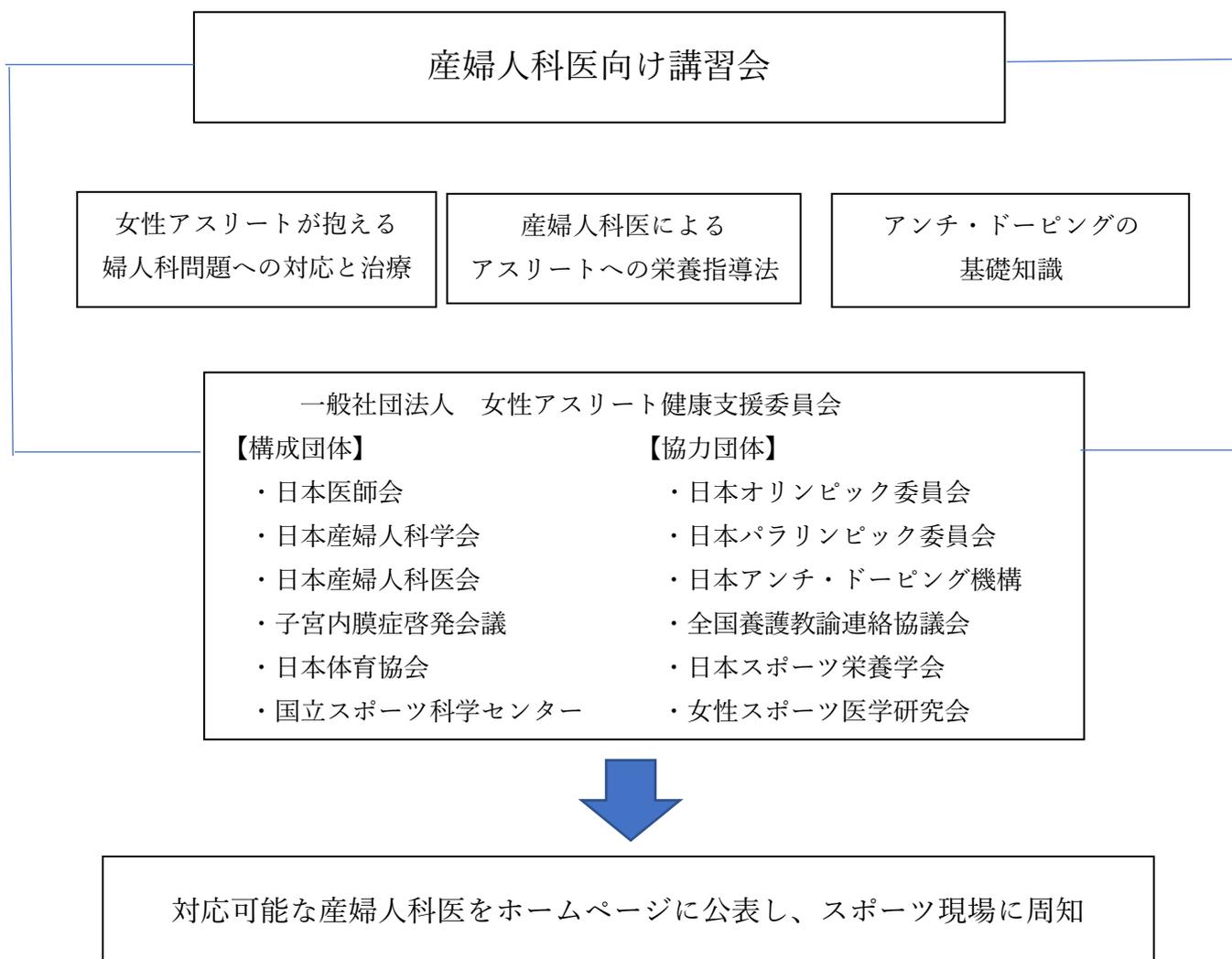
女性アスリートの育成・支援プロジェクト
「女性スポーツ医学普及啓発プログラム」

1. 背景

月経困難症、月経前症候群、無月経など女性特有の問題を多くの女性アスリートが抱えており、パフォーマンスや生涯に渡る女性の健康に影響を与えているが、産婦人科を受診しているアスリートは少なく、対応できる産婦人科医も少ない。

2. 事業内容と目的

婦人科医を対象として講習会を実施し、アスリートに対応できる産婦人科医を育成するとともに、スポーツ現場に周知し、受診しやすい環境を整備する



都道府県産婦人科医講習会開催地一覧

No.	開催都道府県名	会場	開催日
1	鹿児島県	鹿児島県医師会館	H29年7月9日(日) 13時から16時
2	広島県	広島県医師会館	H29年10月1日(日) 13時から16時
3	沖縄県	沖縄県医師会館	H29年10月29日(日) 12時から15時30分
4	鳥取県	国際ファミリープラザ 3階 稲盛ホール	H29年11月19日(日) 13時から16時
5	埼玉県	埼玉県医師会館 5階 大会議室	H29年11月23日(木・祝) 13時から
6	山形県	山形市医師会館 4階大ホール	H29年12月3日(日)
7	群馬県	群馬メディカルセンター	H29年12月16日(土) 15時から18時
8	佐賀県	佐賀病院	H30年1月27日(土)
9	東京都	東京都医師会館	H30年2月12日(月・祝)
10	山口県	山口県医師会館	H30年2月25日(日) 13時から16時

一般社団法人女性アスリート健康支援委員会

1. 設立の背景： 月経困難症、無月経などの女性特有の問題を抱えている女性アスリートが少なくないが、適切な対応ができていない。
2. 目的： 以下の活動を通じて女性アスリートの健康保持、競技力の向上ひいては女性の生涯にわたるQOL向上を図る。
 - 女性アスリートに対応できる婦人科診療体制の充実
 - 女性アスリート特有の問題についての認知拡大
 - 女性アスリートの婦人科受診の促進
3. 主な事業内容
 - 産婦人科医師、女性アスリートに関わる医師等への啓発事業
 - スポーツ指導者、スポーツ関係者への啓発事業
 - 女性アスリート、保護者等への啓発事業
 - 養護教諭、教諭、学校医等への啓発事業
 - 女性アスリート特有の問題についての情報発信

■理事

- 会長 川原 貴 (前国立スポーツ科学センター センター長)
副会長 藤井 知行 (公益社団法人 日本産科婦人科学会 理事長)
副会長 安達 知子 (公益社団法人 日本産婦人科医会 常務理事)
理事 温泉川梅代 (公益社団法人 日本医師会 常務理事)
理事 百枝 幹雄 (特定非営利活動法人 日本子宮内膜症啓発会議 実行委員長)
理事 監物 永三 (前公益財団法人 日本体育協会 副会長)
理事 橋本 聖子 (公益財団法人 日本オリンピック委員会 副会長)
理事 伊藤 静夫 (前公益財団法人 日本体育協会スポーツ科学研究室 室長)
理事 能瀬さやか (国立スポーツ科学センター産婦人科)

■監事

- 伊藤 博之 (聖路加国際大学・聖路加病院 評議員)
望月浩一郎 (虎ノ門協同法律事務所 弁護士)

■事務局

住 所: 〒150-8050 東京都渋谷区神南1-1-1 岸記念体育会館 地下1階
電 話: 03-6804-7739 (Fax 兼用)
e-mail: f-athletes@vesta.ocn.ne.jp

<構成団体>

- ・公益社団法人日本医師会
- ・公益社団法人日本産科婦人科学会
- ・公益社団法人日本産婦人科医会
- ・特定非営利活動日本子宮内膜症啓発会議
- ・公益財団法人日本体育協会
- ・国立スポーツ科学センター

<協力団体>

- ・公益財団法人日本オリンピック委員会
- ・公益財団法人日本障がい者スポーツ協会 日本パラリンピック委員会
- ・公益財団法人日本アンチ・ドーピング機構
- ・全国養護教諭連絡協議会
- ・女性スポーツ医学研究会
- ・日本スポーツ栄養学会