

# 女性に多い貧血について

2019. 7. 1

松本産婦人科医院 院長 松本直樹

当院では女性に多い貧血の治療に力を入れています。

鉄やビタミンを補充する貧血治療は一般の内科でも受けられますが、月経の状態も考慮した治療は産婦人科でしか受けられません。

## 「貧血」とは

医学的診断名としての貧血とは、血液中の赤血球の主成分であるヘモグロビンが少ない状態のことをいいます。

女性の貧血は徐々に進行し慢性化していることが多いのが特徴です。

そのためふらつき感などの症状があらわれにくく、貧血であることに気づかず放置している方も少なくありません。適切な検査と治療を受けることが健康で快適な生活につながります。



赤血球のイメージ図

直径 7~8 $\mu\text{m}$ , 厚さ 2 $\mu\text{m}$  ほどの円盤形をしています ( $\mu\text{m}$  は 1/1000mm)

## 赤血球とヘモグロビン

赤血球とは、血液中の細胞の一つで赤く円盤状の形をしています。血液 1  $\mu\text{L}$  中、約 400 万個も存在し、血液が赤いのはそのためです。(1  $\mu\text{L}$  は 1 mm の正立方体の体積)

さらに、赤血球の中にはヘモグロビンというタンパク質が多く含まれます。酸素と結びつくと鮮やかな赤い色となり、酸素が不足すると暗い色となります。このような性質から、ヘモグロビンは体じゅうに酸素を運ぶ重要な働きを担っています。

つまり「貧血＝ヘモグロビンが少ない状態」では酸素が十分に行き渡らず、たとえ自覚がなくても体に負担をかけ続けていることとなります。

## ヘモグロビンと鉄

ヘモグロビンは鉄を含むタンパク質で、鉄が酸素と結びつきやすい性質を利用して酸素の運搬を行っています。鉄が不足するとヘモグロビンが十分に作られなくなります。赤血球は小さく痩せてしまい、酸素を十分に運ぶことができなくなります。また鉄はチトクロームやミオグロビンといった重要なタンパク質にも含まれるため、鉄欠乏の状態はさまざまな体の不調につながります。

## 検査

血液検査で、ヘモグロビン、赤血球数、赤血球の大きさ(MCV)、血清鉄、鉄結合能(UIBC)、フェリチンなどを調べます。フェリチンは貯蔵鉄の指標であり、健康診断などでは測定しません。当院では、ヘモグロビン 12.0 g/dL 未満、フェリチン 20 ng/mL 未満を治療の目安としています。

## 症状

具体的な症状として、顔色不良、立ちくらみ、動作時の動悸・息切れ、爪の不調、氷食症(氷を好んで食べる)などが挙げられます。また、だるい、疲れやすい、体調がすぐれない、憂鬱<sup>ゆううつ</sup>な気分、いらいら感などの症状が鉄欠乏と関連していることもあります。貧血が軽度の場合、鉄欠乏状態であっても健康診断などではみつきりません。このような状態を「かくれ貧血」とも呼び、なんとなく具合が悪いという状態の一因であることもあります。フェリチンを含め検査することで診断します。

## 女性における貧血の原因

月経のある女性では、圧倒的に多いのが過多月経(経血量が多いこと)による鉄欠乏性貧血です。ナプキンを頻繁に換える、経血に塊が混じるなどは経血量が多いサインです。子宮筋腫、子宮内膜症などを伴っていることもあります。

若年者では、相対的な栄養不足や過度な運動が一因となっていることもあります。

妊娠中～授乳中の女性では、鉄の必要量が大幅に増すために不足しがちです。赤ちゃんの鉄不足にも直結するのでより注意が必要です。

閉経後の女性では、違う原因を考えなければなりません。胃潰瘍・胃がん・大腸がんなどに伴う消化管出血、慢性的な炎症性疾患、ビタミンB群の不足、その他の病気などです。必要に応じて専門医に紹介いたします。

## 治療

鉄欠乏性貧血と診断された場合には、まず鉄剤による治療(内服薬または注射)が必要です。また病状に応じて、胃薬、葉酸、ビタミンB・Cなどを処方することもあります。

その上で、特に経血量が多ければそれを減らすための治療も検討します。月経の状態や経血量をコントロールするための止血剤、ホルモン治療、子宮内黄体ホルモン徐放システム(ミレーナ)、手術(マイクロ波子宮内膜焼灼術:MEA、子宮全摘術など)も検討します。患者さんの病状や要望に合った治療を提案しています。