

中学・高校生における不定愁訴：第二性徴との関連

学生氏名：難波梓沙

指導教員：中塚幹也

キーワード：月経，第二性徴，ひげ，不定愁訴，変声

【緒言】不定愁訴は，器質的疾患のない自覚的訴えであり，一般的に，各種の身体症状愁訴が単一で，あるいは，複数で同時に出現する。身体症状としては，頭痛，めまい，疲労感，不眠，食欲不振，肩こり，四肢の痛み，目の疲れ，動悸，息切れなどであり，主に自律神経系を介して発生すると考えられている。近年，思春期においても不定愁訴の発現度が上昇していることが報告されている。思春期では，眠気，だるさ，集中力・注意力の低下，頭痛，腹痛などについての訴えが多く，特に眠気やだるさ，イライラ感などの有訴率が全般に多い。有訴率は小学生の場合は低いが，中学，高校と年齢が上昇するに従って高くなるとの報告もある。中学・高校生における調査では，中学生より高校生に愁訴数がやや多いとされ，女子は男子と比較して不定愁訴の訴えが多いともされる。

今回，私達は，中学・高校生に対して，国民生活基礎調査と同じ不定愁訴や身体症状 41 項目(男子は月経痛を除いた 40 項目)からなる質問紙調査を行い，特に，男女それぞれ，第二性徴との関連を検討したので報告する。

【方法】岡山県内の公立中学校 3 年生 159 名(男子 78 名，女子 81 名)と公立高校 1～3 年生 834 名(1 年生男子 122 名，女子 159 名，2 年生男子 117 名，女子 158 名，3 年生男子 129 名，女子 149 名)の合計 993 名(男子 446 名，女子 547 名)を対象とし，2006 年 6～7 月に実施した。授業終了後のホームルーム時に学級担任より無記名自記式質問紙を配布し，同意の得られた者のみ記入してもらい，回収箱で回収した。

不定愁訴・身体症状に関して国民生活基礎調査に用いられた 41 項目(男子は月経痛を除いた 40 項目)を用いた。また，女子には，初経の有無，最近 6 ヶ月間の月経回数，月経持続日数，月経量，月経困難症(月経痛とその他の身体症状)，月経前の体調不良など月経に関する質問を，男子には，第二性徴と関連する変声，ひげの有無を質問した。

尚，本研究は，岡山大学医学部保健学科倫理委員会の承認のもと施行し，質問紙配布前に学級担任より，本研究の内容を説明し，研究への参加，不参加，途中での参加中止は自由意志であること，不参加でも今後の学校生活や成績に不利益が生じることはないこと，データは対象者が特定できないように匿名化して扱い，学術目的以外には使用しないことなどを説明した。

回収数は，合計 920 名(回収率 92.6%)であり，男子が 407 名(中学 3 年生 77 名，高校 1 年生 108 名，高校 2 年生 117 名，高校 3 年生 105 名)，女子が 513 名(中学 3 年生 79 名，高校 1 年生 153 名，高校 2 年生 155 名，高校 3 年生 126 名)であった。

【結果】約 9 割の学生が何らかの不定愁訴を持っており，全身症状として，熱，だるさ，不眠，イライラ，物忘れ，頭痛，めまいのいずれかのあった学生は 71.5%と高率であった。

女子学生の方が、男子学生に比較して、全身症状の有訴率は有意に高く、特に、イライラ、頭痛、めまいは有意に高率であった。男子学生の方が、女子学生に比較して、有訴率の有意に高い身体領域は、呼吸器のみであり、特に、鼻づまりが有意に高値であった。また、関節痛、関節の動きの異常が男子学生で有意に高率であった。

女子学生に関して、月経周期と不定愁訴の項目数との関連を見ると、半年間に6回月経があり月経が順調に来ていると考えられる群では、訴えのある項目が少なく、これに比較して、半年間に4-5回の群、半年間に7回以上の群では有意に多い項目に訴えが見られた。

月経持続日数と不定愁訴の項目数、不定愁訴のある身体領域の数との関連では、月経が8日以上持続する群では、5-7日持続と正常な群に比較して有意に高値であった。

月経困難症との関連では、月経痛の項目を除外して検討しても、月経困難症あり群は月経困難症なし群に比較して、何らかの不定愁訴のある率、不定愁訴の項目数は、有意に高値であった。

月経前の体調不良との関連では、何らかの不定愁訴のある率は有意差が見られなかったが、不定愁訴の項目数、不定愁訴のある身体領域の数ともに、月経前に体調不良あり群は月経前に体調不良なし群に比較して有意に高値であった。

男子学生では、身長伸びや第二性徴発現の有無から見ると、その過渡期にあると考えられたが、変声やひげの有無で2群に分類して比較しても、不定愁訴・身体症状の有訴率に有意差は見られなかった。

【考察】身長伸びや第二性徴発現の有無から見ると、男子学生では、女子学生に比較して、その過渡期にあると考えられたが、変声やひげの有無で2群に分類して比較しても、不定愁訴・身体症状の有訴率に有意差は見られなかった。これに対して、女子学生では月経の影響は大きく、しかも、月経の詳細な状態を考慮しなければならないことが明らかになった。月経を見ると、半年に6回と月経が周期的になっている群、5-7日で終了する群では、他の群に比較して有訴項目は少なかった。これらの群では無排卵に伴う不正性器出血が含まれている可能性が高く、性周期が確立していないためのホルモンバランスの不良が有訴項目の増加につながっているとも考えられる。女子学生の方が男子学生に比較して、有意に高率であったイライラ、頭痛、めまい、目のかすみ、耳鳴り、肩こり、足のむくみなどは更年期症状としてよく知られている症状であり、女性ホルモンや社会的立場の変化など、両者に共通の背景が存在していることを示唆している。

月経困難症とともに、月経以外の時期にも症状を起こす原因となる子宮内膜症は、最近、増加しており、10代の女性の中にもある程度の割合で存在することも報告されている。このような器質的疾患はなくても、月経時の日常生活への支障が、学業やスポーツ、あるいは、人間関係の面で、月経以外の期間における生活へも影響している可能性もある。月経困難症などに対する体操や気分転換などの生活の改善による介入、鎮痛剤や低用量ピルなどの薬物での介入が有効であるかは興味深い。

【結論】中学・高校生においては、不定愁訴・身体症状を持つ率は高く、特に女子学生では、月経の状態が大きく関与しているため、月経に伴う症状の管理が重要であると考えられる。