

産婦人科医が知っておきたい 女性アスリートの生涯サポート

企画者のことば

豊島将文，桑原慶充

近年、女性アスリートを取り巻く競技環境が大きく変化し、その活躍の場が広がっています。一方で、女性特有の健康課題への関心も高まっています。月経周期とパフォーマンスの関係、過度なトレーニングによる月経異常、妊娠・出産と競技生活の両立など、婦人科的側面を含めた総合的な健康管理が求められる時代となりました。実際の現場では、月経に関する悩みや妊娠をめぐる不安が競技パフォーマンスやキャリア選択に影響するケースも少なくありません。女性アスリートの健康管理には、産婦人科、スポーツ医学、運動生理学、栄養学、心理学など多領域の専門知識が求められます。そのため、各分野の専門家が連携し、個々のアスリートの背景に寄り添った支援を行うことが重要となります。

本特集では、「女性アスリート固有の健康問題」に焦点をあて、最新の知見と実践的対応を提供することを目的としています。総論では、健康問題の全体像をとらえ、ホルモンバランスとエネルギー代謝の視点から、女性アスリートの健康問題の本質を探ります。また、各論では月経管理、ホルモン療法、貧血対策、骨健康、妊娠・出産、更年期とキャリア継続、さらにはドーピング規制など、女性アスリートの健康を取り巻く多岐にわたる課題について、エキスパートの先生に実践的に解説いただきました。

本特集が、トップアスリートに限らず、競技スポーツに携わるすべての女性にとってのよりよい医療・支援体制の構築に資する一助となることを願っています。