

みんなの健康ラジオ

『GSMって何?』

(2019年12月19日放送)

横浜市泌尿器科医会

女性医療クリニックLUNA

ネクストステージ

関口 由紀

GSM（閉経関連尿路生殖器症候群） の3徴

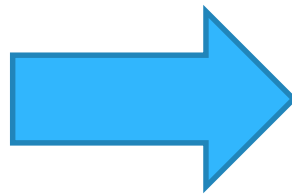
1. 陰部のイガイガ
2. 尿トラブル
(頻尿・尿漏れ・再発性膀胱炎)
3. 性交痛

発生率は、閉経後女性の50%!

GSMは、米国のフェミニズム運動の 集大成

VVA

（萎縮性膣炎、老人性膣炎）
～老女のつまらない、
とるにたらない悩み～



G S M

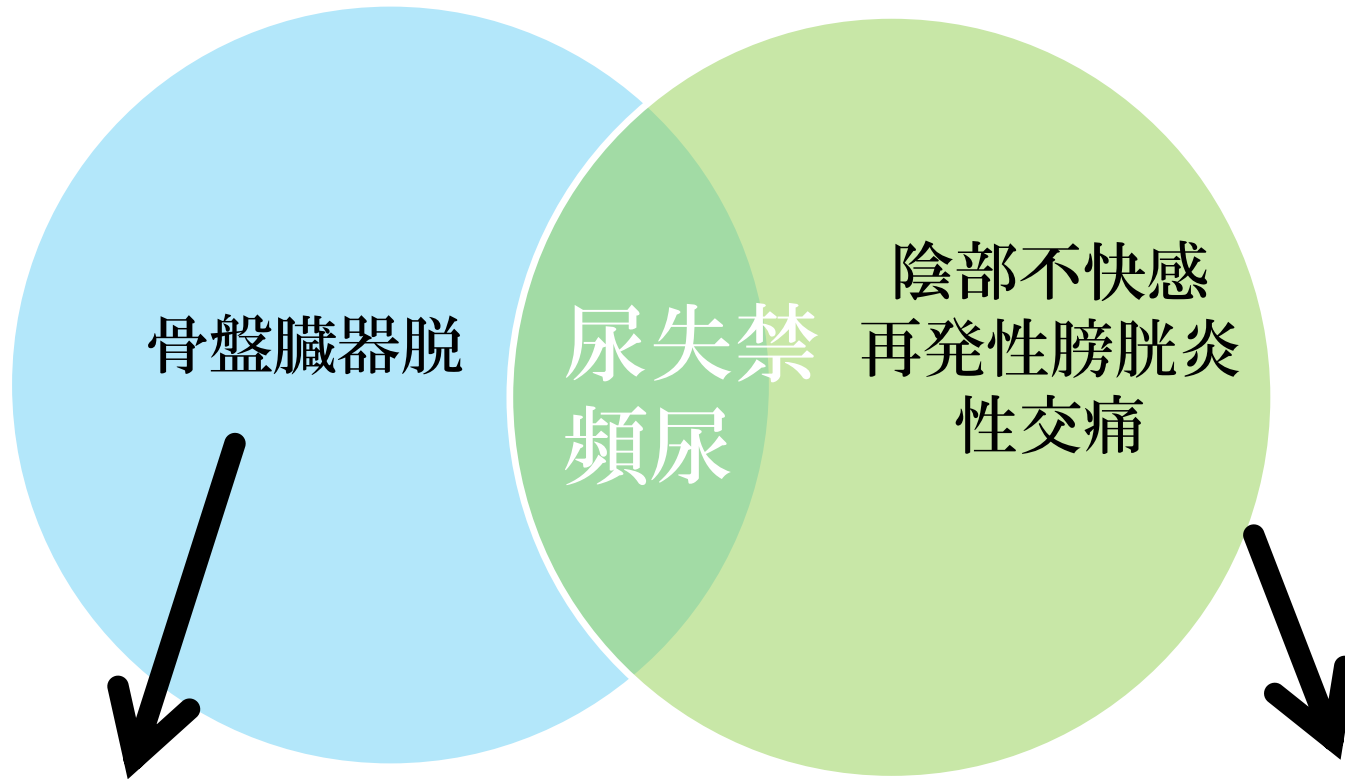
（閉経関連
尿路生殖器症候群）
～成熟期女性のQOL
を脅かす重大な疾患～



骨盤底障害とGSMの関係

骨盤底障害

GSM



骨盤底の
筋肉・靭帯・筋膜の問題がメイン

腔・外陰の粘膜と
皮下組織の問題が
メイン

GSM予防のための デリケートゾーン日々のケア



全身用
保湿剤で乾燥予防



日々の骨盤底トレーニングの継続



クラマラスバクブライモ
イストジェル 30g

性交渉の時は、潤滑油・潤滑ゼリーを使用

クリニックでのGSMの 治療



性ホルモンの全身&局所投与

- エストロジェンクリーム、
- テストステロンクリーム



骨盤底筋リハビリテーション、 電気・磁気刺激療法



フラクショナル炭酸ガス レーザー治療