＜学際講演＞

中高年婦人の性

広井 正彦

Key words : 中高年婦人, 性 (Sex), 性行動

(Jpn J Gariat 29 : 361—363, 1992)

はじめに

近年の寿命の延長は高齢化社会の招来を来し、健やかに老いることが大きな課題となってきた。

とくに女性では閉経以後30年も生存しており、いわゆる高齢化の問題は社会のテーマと共に大きな医学上の研究テーマでもある。中でも、「生殖」を中心とした性から、「快楽」を主とした性に大きく転換してきている現代、中高年を中心とした「性」の問題は改めて問い直されるべき時期にきている。

卵巣機能の老化

原始卵胞の数は出生と共に減少し、閉経期を境に消失する。しかし、卵巣の機能は思春期よりはじまり性成熟期に最も開花する。

婦人の卵巣機能を示す指標のうち主として卵胞より分泌される estrogen は20歳代に最も多く分泌され、以後年齢をとるにつれて漸減し、更年期では急減して老年期に至る。これはすでにわれわれが行った婦人に卵胞刺激ホルモン (hMG) を投与した時の血中 estrogen の上昇反応や、年齢別に採取した卵巣皮質の in vitro での培養系における実験からでも、年齢をとるにつれて卵巣での老化が主として起ることが明らかである。

中高年婦人の性の実態

そこで1～2日ドックで入院し、内科的にも婦人科的にも大きな疾患を有しない30歳以上の婦人311名に性に関するアンケート調査を施行した。

(1) 外陰部の分泌の減少

外陰部への直接刺激や精神的な刺激により外陰部が濡れる頻度は、図1のごとく30歳代では全例にみられ

図1 年齢よりみた性的な刺激により外陰部が濡れる者の割合の変化

たが、65歳以上では殆んどが濡れることがなかった。

この外陰部の濡れる頻度を夫の有無別で観察すると、とくに60～64歳では夫を有する婦人に多く濡れる者がみられたが、他の年齢群では差異はみられなかった。

このように年齢が経つにつれて卵巣より分泌される

図2 年齢よりみた性交回数(平均±S.E.)と自慰の変化

Sexual behavior in elderly females.

M. Hiroi : 山形大学医学部産婦人科学教室

図3 年齢よりみた性欲求の程度についての変化

estrogen は低下するが、外陰部の濡れは数年間遅れて低下するが、とくに60歳代前半では夫の存在が濡れを持続させることはestrogen の分泌を持続させることを意味し、その上でも効果的であることが明らかになった。

(2) 性交頻度の低下

年齢により性交の頻度は低下する。これを月平均の回数でみると、図2のごとく30歳代で7.3回が年齢と共に低下する。この低下する割合は、外陰部よりの分泌物の低下する割合と相関している。従って性交時疼痛を伴う者が増加する。

この対策として更年期以後に用いられる estrogen 補充療法が最も効果的であるが、性交時に用いるリューブゼリーやKYゼリーなどが有効である。また腔壁の乾燥感を減少させるものとして Replens が欧米で注目されているが、わが国では未だ使用されていない。

(3) 性欲の維持

年齢をとるにつれて性ホルモンとくにestrogen の分泌の低下に伴い、外陰部の分泌が減少し、性交時疼痛を感じるために余計に性交回数は減少する。一般にはこれらと関係をもって性欲も減退するが、性的欲求はかなり高齢でも維持される(図3)。とくに65歳以上の婦人で殆ど性的刺激により分泌物が低下減少している場合でも、半数以上に男性との交際を希望していた。これらから、性欲はかなり高齢でも維持するものであることが明らかにされた。このことは高年婦人性の性を理解する上でも極めて重要であるといえる。(図4)。

図4 年齢よりみた性満足の程度 (Glover, 1975)

高齢婦人の性反応の特徴

以上のように高齢化に伴い性反応も低下して来ることは事実である。これを Masters, Johnson は、

1. 更年期以降、急速に卵巣よりのホルモン活動が低下する。
 2. 腔粘膜も薄く伸展性も低下する。
 3. バルトリン腺の分泌も減少し、性交時に疼痛を訴える。
- のごとくまとめている。

わが国の高齢婦人の性生活の問題点

わが国の高齢婦人にみる性生活の実態は以上のべたごとく、卵巣を中心とした性ホルモン分泌の低下に由来することが多いが、その他に家屋、心理などと共に以下の点が性生活に大きく影響を及ぼしている。

1. 性のタブーの風習のもとでの生活で羞恥心が強い
2. 更年期を境に身体的に不調を訴える者が多い
3. 家屋構造が夫婦の独立した部屋を持ちにくい

4. 高血圧, 心疾患, 糖尿病など慢性疾患をもつものが多い
5. 夫が自分より年齢が上でインポテンツの者が多い
6. 婦人科疾患を性交との関係で高齢者の性交をタブー視している

高齢婦人の性生活への改善策

そこでこれから的高齢婦人に対し次のように性生活を改善するように指示する必要がある。

1. 夫と同室睡眠のすすめ
2. 全身と外性器への清潔と美容の保持
3. 婦人科への定期検診と疾患の早期治療
4. 性生活への技術進進への努力
5. 夫への健康管理と食事指導
6. 性生活のカウンセラーとしての産婦人科医師の

利用

そして、従来より考えられてきた老人に対する性へのあやまった考え方, すなわち

1. 性には定年制がある
2. 老人に対する魅力の否定
3. 老人の性を不潔とみる
4. 性の本質を生殖とみる
5. 一夫一婦制の性道徳への違反

などを是正する必要がある。そして老人の福祉について老人の残存している本能, 機能を積極的に支援してみることであり, 老人自らの頭で考え行動することによって援助の手をさしのべることである。(物やお金を与えるだけで福祉といえない) など社会ぐるみで考えて行うことが老人化社会を迎えるわが国にとっても重要なことである。