

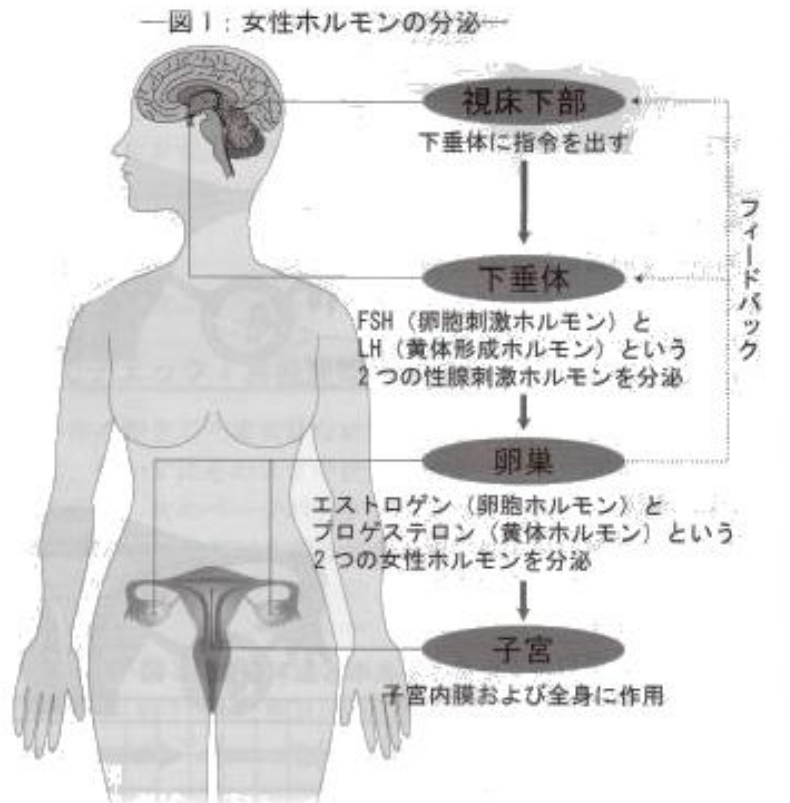


女性ホルモンって何？

女性であれば、生理前に「吹き出物ができた」「何だかイライラする」「悲しいことがあったわけでもないのに、涙が出る」などの、心や体の変化を感じたことのある方は多いのではないのでしょうか。実は、この変化には女性ホルモンが大きく関わっているのです。

女性ホルモンには、エストロゲン(卵胞ホルモン)とプロゲステロン(黄体ホルモン)の2種類があり、どちらも卵巣から分泌されています。

-図 1:女性ホルモンの分泌-

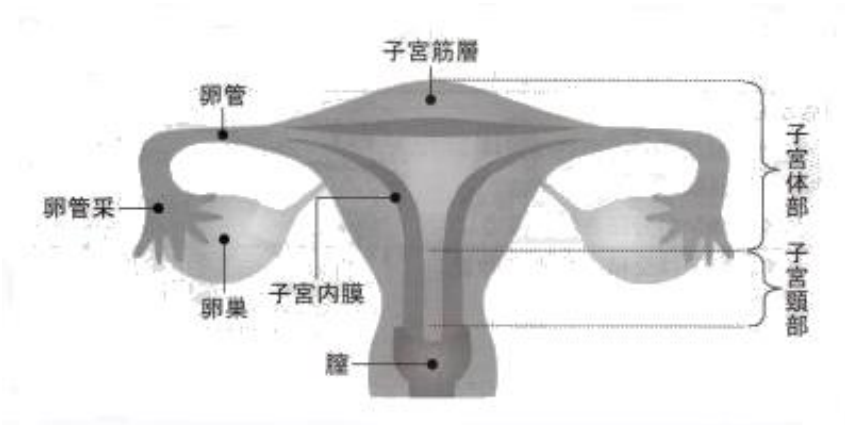




月経をコントロールする女性の2大ホルモン

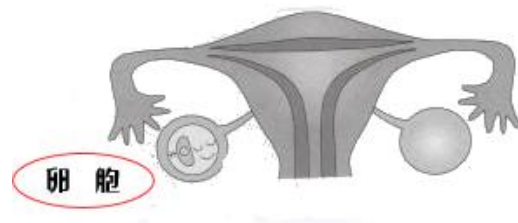
子宮は洋ナシをひっくり返したような形をしています。大きさは 20～40 代は鶏卵くらいですが、閉経前後から次第に小さくなり、最終的には親指大くらいまで縮みます。

-図 2:子宮の仕組み-



1. 卵胞の成長

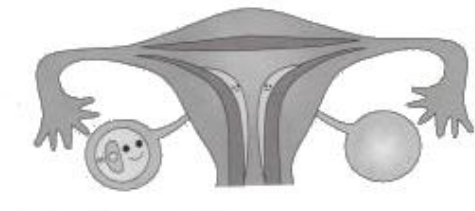
女性は、生まれる時に原子卵胞と呼ばれる、卵子を育てる袋(卵胞)を卵巣に約 500 万個蓄えており、思春期になると、毎月数個が卵巣の中で成長し、卵胞となる。



2. 着床の準備

着床とは、受精卵が子宮内膜に定着し、発育の準備を始めることをいう。

エストロゲンが分泌されると、子宮内膜が厚くなり、子宮の中で育つ赤ちゃんのためにベッドを用意。



3. 排卵

ベッドが完成すると、卵巣の中で育った卵胞の中で最も大きい卵胞





の中で最も大きい卵胞から卵子が飛び出す。

4.卵胞から黄体へ

卵子から飛び出た後は、卵胞は黄体と呼ばれる組織に変わり、そこからプロゲステロンが分泌されるようになる。卵子は受精のために卵管采を通して卵管に入る。



5.月経

卵子が精子と出会わず、受精しなければ赤ちゃんのために準備したベッドは不要になる。このベッドがはがれ落ちて、血液と一緒に排出される。

