

# 健康教室

すっかり秋本番とよってきましたが、疲れやだるさが残っている方が案外多いのではないのでしょうか。

これは大部分が「夏バテ」だと思われれます。秋に「夏バテ」？と不思議に思われる方も多いでしょうが、真夏の暑い盛りより、少し涼しくなった頃が気候の変化に体がついて行けなくて体調の変化を来しやすいのです。また夏の冷房のかかり過ぎによる冷房病でも似たような状態になります。これらの症状は充分な休養を取ることによって軽くなりますが、あまり長く続くようなら何か病気が隠れているかも知れませんので、かかりつけ医にご相談なさることをお勧めします。

さて女性の場合にはこ

のような症状に加えて、ほてり、のぼせ、イライラ、不眠、肩凝り、めまい、耳なり、頭痛などいろいろな症状が出る場合があります。年齢や季節の影響により、卵巣の機能の低下が起り、女性ホルモンの分泌量が低下して体の変調を生じるのですが、内科や耳鼻科や

## 秋の変調

品川産婦人科医院

院長 品川 裕利

若松区二島一丁目1番33号

☎79113841

脳外科でどんな検査をしても異常が認められなくて、自律神経失調症とか、更年期障害と診断されるのが普通です。閉経前後の方では更年期障害として治療を始めればよいのですが、最近、ストレスなどの影響により、若い女性でもホルモンの分泌が更年期に近い状態になり、極端な場合には、生理が止まってどんな治療にも反応しなくなる方を時々見かけます。元來生理不順の方はもちろんですが、順調であった方でも夏の暑さで卵巣の機能が低下して、そのまま生理不順や更年期の症状を引き起こすことがありますので、体調の変化に注

る方もまだまだたくさんいらっしゃると思います。これらの方には根本的な治療にはなりません。が、軽い安定剤や漢方薬などで症状を和らげ日常生活に支障を来さないようにすることは可能です。

女性ホルモンは骨を強くしたり、心筋梗塞の発生を抑えたり、高脂血症を改善したりと有益な反面、確かに婦人科領域のホルモンを栄養として発育するガンや血栓症については悪くなる方向へ後押しする傾向が有りますが、きちんとした管理をして使えば決して恐ろしい薬ではありません。いろいろな症状で悩まれているのであれば、かなり有用なお薬としてお役に立つことと思えます。ぜひ敷居の高い婦人科の門を思い切っ叩いて心身ともにさわやかな秋をお迎えください。