



医療法人 丸岡医院 院長 田中栄一

千葉県市川市生まれ。山形大学医学部、同大学院卒(医学博士)。産科婦人科、内科はもとより、東洋医学(漢方治療)、心療内科にも精通。今年4月から、丸岡医院で女性内科、漢方外来(東洋医学外来)、心療内科を担当している。

「月経」は病気を
知る窓口です



田中院長の
女性外来へ
ようこそ+

多くの女性が、人知れず体の不調に悩んでいます。「どうしたらいいの?」そんな声に、丸岡医院の田中栄一院長がお答えします。

vol.5
月経(生理)の
お悩み

「毎月、ひどい生理痛に悩まされているんです。」
生理痛は多くの女性の悩みですね。ひどい生理痛は「月経困難症」といって、下腹部の痛みだけでなく頭痛や吐き気、疲労、憂うつなどの症状が現れることも。症状が個人差はありますが、毎月繰り返されることだけに日常生活にも大きな影響があります。

「その上、経血量も増えてきて、困っています。」
月経周期や経血量などが正常範囲からずれるのは「月経不順」といいます。生理痛に市販の鎮痛剤が効かなくなったり、服用する量が増えたり、出血が増えたり、いつもの月経と違う症状が出てきたら「子宮内膜症」や「子宮筋腫」など深刻な病気が隠れている場合も。

少しでも不安に感じるのであれば、気軽に婦人科に相談してみてください。また、からだの症状や月経期間を記録したり、基礎体温を測定することは自分の体調の変化に気がやすくなります。「生理メモリー」の記載を習慣づけましょう。

「月経の前が辛いという人もいます。」
月経が始まる3〜10日前に現れる症状は「PMS(月経前症候群)」といえます。下腹部の張りや痛み、イライラするといった精神的な不調など、やはり症状は人それぞれ。月経困難症もPMSも原因は多岐にわたり、カウンセリングを受けたら日常生活での冷えが原因だったと判明することもあります。もちろん、何らかの病気であることも鎮痛剤や女性ホルモン薬、抗不安薬、漢方薬など、症状や体質に合わせて治療していきます。

「月経に伴うさまざまな症状とうまく付き合っていく方法はありますか?」
専門医の治療とともに、自分の生活習慣を見直すことも大切です。常日頃からバランスのとれた食事をとり、適度な運動を続けること。そしてつらいときは無理をせず、自分なりのリラクゼーションを実践しましょう。

平成28年4月より
女性外来を
開設しました

女性のための「かかりつけ医」として、女性のヘルスケアをトータルに診ることを主眼に
おいています。

受付時間	月	火	水	木	金	土
午前8:30 ~12:30	○	○※	○	○	○	○
午後2:30 ~5:30	○	○※	○	/	○	/

休診日/日曜日・祝祭日
※火曜日は婦人科・女性内科・心療内科・漢方外来は休診

診療科目/内科 婦人科
消化器内科 循環器内科 女性内科
漢方内科 心療内科

医療法人 丸岡医院

酒田市松原南15-1 TEL0234-23-8166 http://www.maruoka.or.jp/