

# 金銀花



渡辺薬局

Tell 0551-22-6161

暦で言う二十四節気の二番目、雨水も過ぎてこれからは春に向かってどんどん気温も上がる時期になります。

アレルギーのある方はつらい季節ですが、体力をつけて乗り越えましょう。

昨年、当薬局で妊娠された方は約 30 名いらっしゃいました。ご出産数は 11 名。現在妊娠中の方は 12 名です。

新年を迎えてご誕生された赤ちゃんは 2 人です。今年もどんどん赤ちゃんが産まれるように頑張っていきます。



黒竜江省中医薬大学にて 楊先生と

## 【妊娠はご夫婦の健康から】

赤ちゃんのご相談に見えるきっかけの多くは女性の体調不良ですが、病院で検査を受けてみると男性の原因も多くみられます。

精子を造ることができない無精子症のかたより、精子の状態に異常がある場合が多いようです。機能は正常で精子数や濃度は充分でも、奇形率や運動率などに問題があると妊娠に影響してきます。

原因で多いのは仕事や睡眠不足のストレスとされていますが、生活習慣の改善で良くなることも多々あります。

いま、妊娠適齢期の年代は昭和の終わりから平成時代に入って産まれた方がたですが食や生活習慣はこの 50 年間ですっかり変わりましたのでその影響も少なからずあるのでしょう。

深夜の食事。スナック菓子や洋菓子、チョコレートなどのお菓子やアイスクリーム。辛い物や大蒜などの刺激物。ピッタリした下着。サウナ浴。スマホやパソコンの電磁波などいろいろな「良くない」ことがあります。

すべて止めるのは難しいことですから、なるべく少なくするようになさってみませんか。

生活習慣を見直し、からだに合った漢方薬を服用することで検査結果が改善することが多いのです。

体外受精をくり返している間に少しずつご主人の検査が改善して自然妊娠されることもあります。

いま高校生の 4 割超が、高血圧や高中性脂肪、高血糖など何らかの基準値を超え、生活習慣病予備軍になっている現状があります。

(厚生労働省研究班、班長、吉永正夫・国立病院機構鹿児島医療センター小児科部長の調査)

30 代以降に重い生活習慣病になる可能性さえありますので、いま育児中のお母さまがたにも将来のために食や生活習慣への関心を深めていただきたいと思います。



図3 生活習慣病の原因

