

金銀花



渡辺薬局

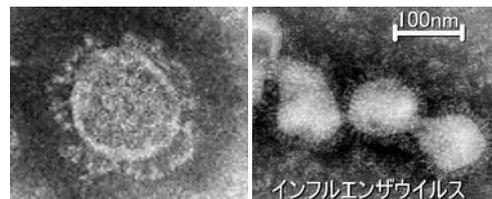
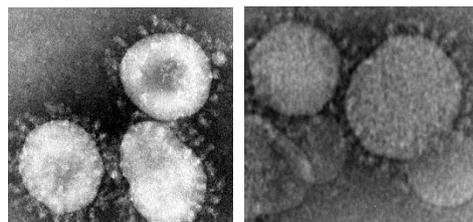
Tell 0551-22-6161

今年の冬は暖かったですね。厳しい冷え込みもあまりなく春に咲く花も咲き始めて、季節が早く変化しているのを感じます。

さて、新型コロナウイルス (COVID-19)。強力ですね。でも、とくに新しいウイルスでもなくて、17年前のSARSも8年前のMERSもコロナウイルスの仲間なのです。

当時かなり大騒ぎになりましたが、いつの間にか何となく落ち着きましたし、今回のCOVIDで発症した人も回復している人が多くなってきました。体力温存がいちばんの予防法です。十分な睡眠とミネラル豊富な食事に気をつけましょう。

でも、ウイルスってみんな同じに見えますね。



(左上から SARS, MERS · 左下は COVID-19)

【原因不明不妊について】

本当は自然にストレスなく妊娠するのがいいのですが、最近は治療を受けるのが普通になっています。治療を受けてもなかなか妊娠できない場合や、長期間の治療のストレスも大きな負担です。ご相談に見えるかたの傾向は、年齢が高くなっていることは否めませんが、どんな場合でも卵子や精子の質を高めることを一番の目的にします。

ご夫婦ともに30才前後で、年齢も病院での基礎検査も異常なく、とくに子宮筋腫や子宮内膜症などの不妊の原因になる疾患もないのに、何年も悩んでいる場合は、排卵誘発剤の服用も長期間になり一日の服用量も増えて、その副作用にも悩みながら、治療を続けているカップルも多いのです。



原因があれば治療の目的もはっきりしますが、どうしてもわからず、時間だけが過ぎるといった状況では精神的なストレスも大きくなります。

このようなときは原点に戻って、ご自身の体調を見つめてみませんか。

自分では普通と思っているからだの調子も、よくよく観察すると解決しなければならないことが見つかってきます。

ちょっと、見直してみましょう。

月経周期は何日ですか。月経期間は何日間ですか。月経痛は激しいですか。月経量は多い少ない？排卵の頃おりものはありますか。頭痛はありませんか。肩こりはひどいですか。睡眠時間は何時間ですか。夢は見ますか。朝すっきり起床できますか。朝から疲れていませんか。寝汗をかくことはありますか。バスタブで温まりますか。シャワーだけですか。入浴中に眠くなりますか。

気づくとあざが出ていませんか。ちょっと走ったり階段の登りでドキドキしますか。髪の毛が薄くなったり抜けたりコシがなくなったり感じますか。お肌に湿疹がでますか。乾燥肌ですか。

便秘していませんか。下痢しやすいですか。チョコレートやケーキが好きですか。甘いものが欠かせませんか。朝ごはん食べてないですか。夕ご飯が遅いですか。いつも疲れていますか。イライラしますか。すぐ横になりたいですか。食後に眠くなりますか。

みなさんの周りでも悩んでいる方がいらっしゃいましたら、ぜひご相談ください。

ちいさな悩みの解決が妊娠への近道になります。早く望みが叶いますように願っています。