



院長
伊藤 真理子
プロフィール

●(いとう・まりこ) 1986年山形大学医学部卒業。山大病院、篠田病院を経て2005年6月に真理子レディースクリニックを開業。日本産科婦人科学会認定産婦人科専門医。



PMS と PMDD

月経前になると体の調子が悪くなる症状は「月経前症候群(PMS)」と呼ばれ、中でも精神的な症状が重い場合は「月経前気分不快障害(PMD)」と呼ばれます。

月経前に起こる症状

PMSやPMDDの原因は排卵後の卵巣から分泌される黄体ホルモンの影響とされます。排卵があれば誰にでも起こり得る症状で、ある調査によれば、女性の約7割が何らかの症状に悩まされていると言われています。

代表的な症状を表にまとめてみました。これ

以外にも様々な症状があります。

『月経前症候群』

乳房痛や手足のムクミ
腹痛や腰痛、頭痛
肌荒れ、疲れ易い
便秘や下痢や吐気
集中力の欠如、眠気、不眠
不安や抑うつ感、情緒不安定
イライラ、怒りっぽい、攻撃的

PMSの場合、月経が始まる3〜10日前から症状あらわれるのが一般的ですが、排卵日から次の月経の約2週間続くという人もいらっしやいます。中にはPMSが約2週間続き、月経中は月経困難症(生理痛)に悩まされて月のうち3週間の不調に見舞われるという気の毒な方も。

月経が始まれば症状は軽くなったり消えたりす

るのが大半で、症状がほとんど気にならなければ治療の必要はないでしょう。ただ日常生活に差し障ったり、何よりも自分がつらい場合は婦人科に相談しましょう。

治療にピルも

一般的な治療には心身のバランスを整える漢方薬や、痛みを和らげる鎮痛剤や気持ちをはらげる精神安定剤、抗うつ薬などを使います。

ホルモン状態を安定させる低用量ピルも月経困難症の治療と合わせてかなり効果的です。最近は年に数回しか月経を起さなくて良い低用量ピル

もあり、PMSや月経困難症でお悩みの方はご利用をお考えになつてはいかがでしょうか？

我慢なさらずに

PMSやPMDDは女性ならではの病気です。毎日快適に過ごすためにも我慢をなさらずに。

〈産婦人科〉

真理子レディースクリニック

☎023-632-0666 山形市小姓町 6-35

●受付時間
【平日】午前/8時30分〜12時
午後/14時〜17時
【木曜】午前/8時30分〜11時
【土曜】午前/8時〜11時
●休診日
日・祝祭日
木・土曜日は午後休診となります。

