



院長
伊藤 真理子
プロフィール

真理子先生の
女性の **ココロ**

●(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。

生理痛

寒い季節には痛みがごとさらツラくなるのが生理痛。この時期、当院にも痛みあまり飛び込んでいらつしやる方が多くなります。

痛みは子宮の収縮

生理痛(月経痛)は医学的には「月経困難症」と呼ばれ、生理の際、痛みのために日常生活に支障を来すような症状が表れる場合をいいます。そもそも生理とは、妊

娠に備え厚くなった子宮内膜が、妊娠せず不要になると剥がれ落ちる出血のことで、子宮内膜を押し出すための子宮の収縮が痛みを伴うのです。

腰痛や頭痛、下痢も

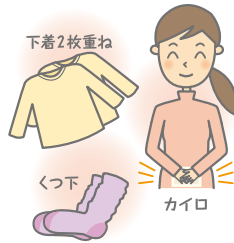
思春期のお嬢さまは子宮の出口である「子宮頸管」が細いため、特にツライのです。出産すると痛みが軽くなる方が多いのは子宮頸管が柔らかくなるためです。

痛いのは下腹部だけでなく、腰や頭が襲われることも。胃腸にも影響し、吐き気や嘔吐、下痢を伴う場合もあります。

冷えは禁物です

子宮の収縮は冷えると強まります。つまり冷え性の方ほどお悩みのはず。対策としては、お腹

や腰を使い捨てカイロで温めるだけでなく、下着の重ね着など全身を温かく保つ工夫が大切です。鎮痛剤なども痛みが強くなる前に早めに服用しましょう。



子宮内膜症にも!

生理は健康のバロメーターである一方、妊娠を考えていない時には実は全く不要のもの。そればかりか、月経困難症の方は6〜7割の確率で子宮

内膜が子宮内ではなく骨盤や卵巣などに増殖する「子宮内膜症」になることが分かっていきます。子宮内膜症は進行すると妊娠しづらくなる場合もあり要注意。学校や仕事を休みたくなるほどの痛みや鎮痛剤が効かない時は、婦人科に相談されることをお勧めします。

〈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。

