

□ 生理前の情緒不安定が辛い

ガマンをせず、医師に相談を。

生理前、女性の多くが心身の不調を感じていると言われています。これは、月経前症候群 (PMS) というもの。月経の1～2週間前から症状が現れ、月経が始まると自然に消失するのが特徴です。症状は30代から目立ち出し、閉経前まで続きます。PMSの症状は実に多彩で、下腹部が張る、乳房が痛む、腰が痛い、といった身体的なものから、イライラ、憂うつ、意欲低下、理解力の低下、不安、考え込む、泣きたくなる、といった精神的なものまでさまざま。PMSが高じると、毎月のイライラや憂うつに翻弄されて人間関係にヒビが入ったり、自分に自信をなくしてうつ状態に陥る女性もみられます。

漢方薬や低用量ピル (公的医療保険適用外2,500円)、SSRIなどの薬で、症状はぐんと軽くなります。何事も早めの対処が一番。気になる症状があるなら、一度専門医にご相談ください。



取材協力
院長 木村 昌幹先生

profile

川崎医科大卒業後、民間病院副院長を経て平成13年開業。心と身体の両面から疾患をとらえ、症状や治療法をていねいに説明してくれる。社会不安障害、うつ病、パニック障害などのストレス疾患や、月経前症候群、更年期障害など女性の悩みの治療に定評がある。

心療内科・内科

アイさくらクリニック

☎ 092-738-8733

<http://aisakura.com>

住 / 福岡市中央区天神1-2-12
天神122ビル4F

診 / 10:00～13:30・15:00～18:30

休 / 木・日曜

※予約制

