



体の不調・悩みを 今こそ改善しよう

この年齢の女性ならではの不調や悩みは、専門家に相談してみたいか？

つらい更年期障害に悩まされている方へ

40代後半から50代にかけて現れる、めまいや突然の発汗などの症状。このような更年期障害の治療法について、婦人科医の直原廣明先生にうかがいました。

「更年期障害って どんな症状？」

閉経前後の約10年を「更年期」といい、この時期にホルモンバランスの急激な変化によって体には様々な不調が現れることを更年期障害といいますが、突然大量の汗が吹き出す「ホットフラッシュ」やイライラ、目まい、不眠などが主な症状。ひどくなると倦怠感で何もできなくなり、昼間はぐっすり寝込んでしまう人もいます。ただし個人差が大きく、不調を何も感じない人もいれば、症状

「どんな治療法が ありますか？」

当院では、症状に応じてホルモン補充療法（HRT）と、漢方を組み合わせた治療を行っています。補充療法では不足している少量のエストロゲンを補い、体が

無理なくホルモンの減少についていけるようにしています。漢方療法は全身の状態を整え、体の変調に対する調整力を高める働きなどによって、ホルモンや自律神経の乱れを整え、不快な症状を和らげます。どちらにしても、症状が軽いうちに治療をスタートするほうが、選択肢は広がります。

「大切なことは…」

更年期障害が起こる要因は、ホルモンバランスの変化だけではなく、生活習慣の乱れ

更年期 障害

薬の副作用を気にせず ”東洋医学鍼灸”で改善

上半身がカッとのぼせる感じがするけれど、下半身は冷えるを感じる。口の中が異常に渇く。寝ても熟睡感が得られない。途中で目が覚める。めまいがひどく気持ち悪くて家から出られない。などの更年期障害の症状に悩んでいる方にお勧めの同院。「鍼灸は漢方薬と同じ治療法で身体に負担をかけずに気血の流れを調える優しい治療法です」と弓削院長。ホルモン剤や抗うつ薬、睡眠薬を使用せずに自然治癒力で治したい方のために東洋医学を修めた院長が鍼灸施術を行う。



日本では希少な中医薬大学専門課程(5年制)を修了した鍼灸師。



針治療専門の 木もれび鍼灸院

池田市石橋1-23-5 神戸屋ビル1F
定休/金・祝日受付/10時～21時有料Pあり
☎072-761-5589
予約多数で電話に出られない場合、名前・連絡先を留守番電話へ。



「シティライフを見た」と予約で(5月31日まで)北摂にお住いの53歳の方・初回限定で……通常初回施術費が**93%OFF**
更年期の症状への鍼灸施術が特別価格に!
通常……12,000→**840円**
初診料……3,000→**無料**
詳しくはWEBでチェック!
※要予約



この方に伺いました
直原ウイメンズクリニック
理事長・院長 直原 廣明先生
1985年 大阪医科大学卒業。
大阪大学医学部付属病院、大阪府立母子保健総合医療センター、米国オハイオ州シンシナチ小児病院、市立吹田市民病院等勤務を経て現在に至る。
医学博士、日本産科婦人科学会認定専門医、母体保護法指定医 日本産婦人科乳癌学会 乳房疾患認定医

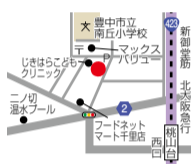
更年期チェックシート

- 疲れやすい
- 吐き気・めまい・頭痛がある
- 汗をよくかく
- 眠りが浅い
- 寝つきがよくない
- 気分が減ることが多い
- 落ち込む
- 怒りっぽくなった
- 顔が熱くなる
- 身体が冷えやすくなった
- 手足・腰の痛み・肩こりがよく起こるようになった
- 息切れが起こりやすくなった
- 動悸が激しくなった

などの自覚症状ができましたら、当院にご相談ください。一番多いのは、顔のほてり、突然の発汗です。



【取材協力】
じまはら
直原ウイメンズクリニック
豊中市新千里南町2-11-1
診療時間/平日・土曜 9時～12時、
17時～19時(木・土除く)
日・祝定休 駐車場有り
☎06-6871-0314
http://www.jikihara.net



腰痛 五十肩

本場中国仕込みの手法が評判 ガンコな持病もあきらめないで

茨木でオープンして9年、店舗拡大の為にJR茨木駅から徒歩2分の場所に移転し、変わらぬ好評を得ている同院。本場中国仕込みの手法と日本の伝統的な柔道整復を駆使して、全身のツボ、経絡、筋を刺激して、身体バランスを整。様々なつらい症状に効果を発揮すると評判を聞きつけて、遠方から訪ねて

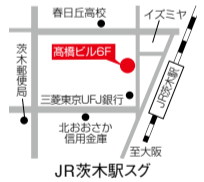


院長 李 占法 (リ センホウ)
中国で何度もメディアに取り上げられたことがある李先生は、この道20年以上のベテラン。東洋医学の経絡とツボ治療に精通し、日本で「柔道整復師」の国家資格も取得している実力派。



中国整体 楽楽堂

茨木市西駅前町5-36
茨木高橋ビル6F
受/9時半～20時半
無休 予約優先
☎072-623-6789
http://raku-ibaraki.jp/
JR茨木 楽楽堂 でも検索



Menu
百問は一見に如かず
全身整体・足裏・ダイエット・吸玉・
刮痧の各コース
●40分……………4,500円
●60分……………6,000円
●70分……………7,000円
●90分……………8,500円
※お得な回数券あり
【楽楽堂整体院】にて各種保険取扱
「シティライフを見た」で
各コース(初回のみ) **2,000円OFF!** (5月末まで)

外反母趾

手術しかないと言われた「外反母趾」 外反母趾専門家推薦の外反母趾専門整体

「ヒールやパンプスを履くと痛くて歩けない」「病院で手術しかないと言われた」「外反母趾に良いと言われるサポーターの効果がない」といったことで困っている人に朗報!同院では、外反母趾専門の手で行う整体だけでなく「歩行指導」も合わせることでより再発防止と根本原因を取り除いてくれるよ



愛媛県・兵庫県の外反母趾専門家も絶賛する外反母趾専門院



(上)「手の整体と合わせて正しい歩き方を身に付けることで、外反母趾を改善するだけでなく再発防止につながります」と西脇先生

整体王国 豊中院

豊中市本町7-1-28 豊中本町イマイビル1F
阪急宝塚線
豊中駅から徒歩約7分
営/平日10時～14時、
16時～20時
土曜10時～18時
日曜・祝日 完全予約制
近隣P有
☎06-6152-7260
http://seitai-kingdom.com/



「シティライフを見た」と予約で
外反母趾矯正が**50%OFF**
片足(初回40分)8,640円→**4,300円**
両足(初回60分)16,200円→**8,100円**
※詳しくは「整体王国 外反母趾」で検索を
(初回限定、5月末まで、要予約)

抜け毛が多くなった ボリュームがなくなった 分け目の薄毛が目立つ

髪のお悩み解決してみませんか? 98%の実績あり! 薄毛の悩み解決!

モニター特別価格 安心 安全 無痛

効果がなければ「全額返金保障付」
スピード発毛コース

G-NEXT HAIR66分+クイックスカルプ30分(24回コース)
399,000円→ **199,000円** 限定5名

業界初の青色LED・赤色LED・近赤外線・特定低周波の4種類でアプローチするマシンを使い、ホルモンバランス・自律神経を整えて薄毛の原因を根本から改善する。

お試しコース

G-NEXT HAIR66分+クイックスカルプ30分
1回 20,000円→ **5,000円** 3回 60,000円→ **10,000円**
(要予約・5月末まで・新規の方)

白髪が
減ってきた

お肌が
ツルツル

さらこんな効果も /

おでこのシワが…

その変化に驚くはず

女性専用サロン **アプリクイーン 江坂店**

吹田市江の木町1-39 SERE江坂7F
営業時間 月～日・祝11時～20時 定休日 不定休 **完全予約制**
☎0120-02-1128 http://a-priqueen.com
※お気軽にお問い合わせくださいませ

地下鉄御堂筋線江坂駅8番出口より徒歩1分