

病気に関するミニ講座

月経はつらいもの そう思っていないですか？

女性が生涯に経験する月経の回数は400～450回程度とされ、それに伴う症状は女性にとって悩みの種となることが少なくありません。

しかし、実は多くの方が『みんなも経験していることだから』と我慢をしながら過ごしていると言われています。

当院にも10代の方から50代の方まで様々な方がご相談に訪れますが、我慢をして過ごしているうちに年々症状が重くなってきたという話をよくお聞きします。

特に症状が重くなると日常生活や仕事・学業に影響することもありますので、なるべく早めから原因に応じた適切な対応を始めることをお勧めします。

1 月経が辛い、とは？

『月経期間中に月経に随伴して起こる病的症状』を月経困難症と呼びます。

難しい表現に思われるかもしれませんが、本人にとって我慢を必要とする症状がある場合にはその月経は病的である、とお考え下さい。

原因としては子宮内膜症や子宮腺筋症・子宮筋腫などの子宮・卵巣に発生する疾患に伴うものが一般的ですが、中には性感染症や子宮奇形などが原因となっていることもあります。

またそのような疾患を伴わない場合でも月経症状が悪化する場合があります、機能性月経困難症と呼ばれます。

2 どうやって診断する？

まずは問診でお困りの症状を確認するとともに、超音波検査

で子宮や卵巣の状態を観察します。

子宮や卵巣の疾患が原因となっている場合、多くは超音波検査で診断が可能ですが、より詳しい情報を得たいときには採血やMRIなどの検査を行います。



3 治療の方法は？

月経痛については一般的な鎮痛薬で対応する他にも、ホルモン治療を行うことで出血量を減らす方法や月経回数を減らす方法が用いられます。

また子宮・卵巣に疾患をお持ちの方ですと、症状が重い場合や投薬での治療が難しい場合には手術療法が選択されることもあります。



原因となっている疾患や症状の程度、年齢や合併症の有無、今後の妊娠予定などを確認し、患者さんひとりひとりに適した治療方法をご提案させていただきますので、月経症状にお困りの方は是非一度産婦人科にご相談ください。



仲谷 傳生
(なかや よしお)

産婦人科

2020年11月1日発行／発行者 伊藤 孝

聖隷沼津病院

せいれい通信 11

2020 November No.213

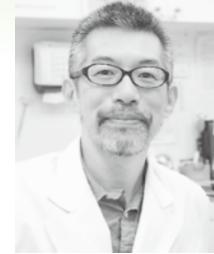


内科「認知行動療法」

診療内容・特色

認知行動療法とは？

認知行動療法は、認知に働きかけて、気持ちを楽にする精神療法(心理療法)の一種です。私たちは、ストレスを感じると「こころの状態」が不安定になり、悲観的に考えてしまうことがあります。そういった考え方のバランスを取って、ストレスに上手に対応できる「こころの状態」を作っていきます。



医長 三井 康利

具体的な流れは？

以下の順番に沿って、治療を行います。

- ①問題となっていることの確認やアセスメント(情報収集・整理)
- ②症状が起きるメカニズムなどについての心理教育
- ③治療目標の確認と治療の実施
- ④記録やアセスメントに基づいた治療のステップアップや修正
- ⑤症状改善後の再発防止のためのカウンセリングなどの心理教育



主な対象疾患

- うつ病
- パニック障害
- 強迫性障害
- 不眠症
- 薬物依存症
- 摂食障害



PICK UP

～世界で6秒に1人の命を奪う糖尿病～ 「11月14日は世界糖尿病デー!!」

世界糖尿病デーとは、世界に広がる糖尿病の脅威に対応するために1991年にIDF(国際糖尿病連合)とWHO(世界保健機関)が制定したものです。なぜ11月14日なのか?というと、インスリン(糖尿病治療薬)を発見したカナダのバンティング博士の誕生日であり、糖尿病治療に画期的な発見に敬意を表し、この日を世界糖尿病デーとして顕彰されています。当日は、各所でブルーサークルをイメージした青色に、建物がライトアップされます。



外来担当日 裏面「外来医師担当表」をご参照ください。

お問い合わせは下記に遠慮なくご連絡ください。

特に記載がない限り、本紙は2020年10月末時点の内容です。



TEL.055-952-1000
FAX.055-952-1001
〒410-8555 沼津市本字松下七反田902-6
http://www.seirei.or.jp/numazu-hp/



お知らせ information

聖隷沼津病院 立体駐車場のご利用終了のお知らせ



立体駐車場



この度、2020年11月30日をもちまして、立体駐車場のご利用を終了とさせていただきます。つきましては、2020年12月1日以降、ご利用が出来なくなりますので、あらかじめ、ご了承ください。なお、病院駐車場のご利用の際は、係員がご案内させていただきますので、ご安心ください。皆様にご不便をお掛け致しますが、ご理解・ご協力の程お願い申し上げます。

面会制限中

面会の際は、以下のご協力をお願いいたします。

事前予約制 ※事前に当該病棟までご連絡ください。

- ①原則 週1回
- ②15分以内
- ③2人以下



※来院の際は、マスクの着用と手指消毒のご協力をお願いいたします。

聖隷沼津病院