

女性特有の健康問題でお困りの方へ

以下の症状でお困りではありませんか？

- ☐ ① 毎回の月経時に痛み止めが必要である、または痛み止めを使用する回数が増えた。
- ☐ ② 月経時の吐き気や下痢、頭痛で仕事や家庭生活に影響がある。
- ☐ ③ 月経のたびに1日以上仕事を休むことがある。
- ☐ ④ 経血量が多い日が2日を超えて続くことがある。
- ☐ ⑤ 短い間隔で生理用品を交換しても経血が流れ出ることがある。
- ☐ ⑥ 夜用の生理用品を使用しても1-2時間ごとの交換が必要である。
- ☐ ⑦ 月経前にいろいろや不安、気分の落ち込みがあり、仕事や家庭生活に十分に取組めない。
- ☐ ⑧ 月経の状態が若い頃と変わったことに伴い、突然の体のほてり、のぼせ（ホットフラッシュ）、あるいは寝つきが悪いことや眠りが浅いことで仕事や家庭生活に影響がある。

当てはまる症状があれば、以下をチェック！

☒ ① ② ③ を選択した方は、 **月経困難症**

の可能性あります。

月経時の症状が強く日常生活に影響がある病態です。
子宮内膜症や子宮筋腫などの病気が原因で起こる場合と明らかな病気ではないのに症状が出る場合があります。

☒ ④ ⑤ ⑥ を選択した方は、 **過多月経**

の可能性あります。

月経の時の出血量が多く、日常生活に影響が出たり、鉄欠乏性貧血を伴ったりする場合があります。
原因として排卵やホルモン分泌などの体の機能によるもの、良性の病気である子宮内膜ポリープや子宮筋腫によるものがあります。

☒ ⑦ を選択した方は、 **月経前症候群**

の可能性あります。

月経の3-10日前から始まる精神的な影響（抑うつ、不安、いらだち、怒りっぽい）、からだの症状（お腹の張り、頭痛、手足のむくみ、乳房の痛み）を伴い、月経開始とともに消失します。

☒ ⑧ を選択した方は、 **更年期障害**

の可能性あります。

女性ホルモンの分泌量の変化によりさまざまな症状があらわれる病態です。
ほてり、のぼせ以外にも、易疲労感、めまい、動悸、頭痛、肩こり、足腰の冷え、さらには不眠、不安感、抑うつ気分などがあります。

**お困りの症状がある場合、産婦人科など
専門医療機関受診をお勧めします。**