

更年期障害

患者様情報

来院されるまでの症状

- ・10年以上前から不眠、冷えのぼせに悩まされていました。
- ・常に下肢が冷え、顔や頭がのぼせていて足元がふらつき、真っ直ぐ歩くことが出来ないとのことでした。
- ・寝つきも悪く寝れない日もあるということです。
- ・以上のような症状を訴えられ、来院されました。

患者様	50代 女性
初診	2015年 4月
既往症	坐骨神経痛 首肩こり むくみ
他の症状	なし

四診と経過

■ 診療（診断と施術）

- ・気や血が頭部に上ったままの状態が続いたため足は冷えるが上半身は汗をかくという状態になったのだと考えられます。
- ・首肩が硬くなっており、顔や首に汗をかき、寝たくても眠りにつけない状態が慢性化しているようでした。
- ・下腹部や腰から足先までが冷えきっていました。
- ・下半身の冷えをとるために腰やお腹、足先に灸を上っってしまったのを下げることを心がけました。
- ・また睡眠障害に効果的な「失眠」というツボにお灸も据えました。



■ 初診後の経過

- ・治療後は身体全体に暖かみが戻り、からだの上下のバランスが整いました。
- ・足元のふらつきもなくなり、真っ直ぐ歩きやすくなったということでした。
- ・現在は、月1回の来院ペースで診療を継続されています。

使用した主要なツボ

- ①命門（メイモン） ②関元（カンゲン） ③腎兪（ジンユ）
④失眠（シツミン）

■ ひとこと添えさせていただきます

- ・更年期障害は人によってさまざまな症状があると思いますが、身体が冷えている方を多く見受けれます。
- ・日頃から腰周りや内臓を冷やさないように心がける事が大切です。
- ・不眠で睡眠薬など服用し続けることも辛いと思います。
- ・更年期障害は、鍼灸が効用を発揮できる領域のひとつです。お一人で抱えこまず、お気軽にご相談下さい。