

自律神経の乱れが引き起こす疾患

①自律神経失調症

精神的なストレスや過労が引き金となる。心や体に不調が現れ、不安や緊張、抑うつ、手足のしびれ、動悸、不整脈、めまい、不眠などの症状が現れる。

②神経性胃炎

仕事などによる精神的ストレスや過労が原因となる胃炎。ストレスや生活習慣の乱れなどから、自律神経がバランスを崩し、胃酸が過剰に分泌され、気分がふさぐ、のどがつかえる、胸やけがする、胃が痛む、もたれるなどの胃炎の症状を引き起こす。

③過敏性腸症候群

腸のぜん動運動に異常が起こり、腹痛を伴う慢性的な下痢や便秘を引き起こす。検査で調べても、目に見える異常が認められないのが特徴。

④メニエール病

ストレスなどが原因で内耳のリンパ液に異常が生じる。自分や周囲がぐるぐる回るめまいと、どちらか一方にだけ起きる耳鳴り、そして難聴の3つが同時に起き、多くの場合、強い吐き気や嘔吐を伴う。危険な疾患ではないが、放置すると耳鳴り、難聴が進行する。

自律神経の乱れに「注意を

自律神経は、循環器、消化器、呼吸器などの活動を調整するために、24時間働き続けている神経です。体の活動時や昼間に活発になる**交感神経**と、安静時や夜に活発になる**副交感神経**があります。その2つのバランスを損なうのが「自律神経の乱れ」です。不規則な生活やストレスによって自律神経の働きが乱れると、体の器官にさまざまな不調が現れます。

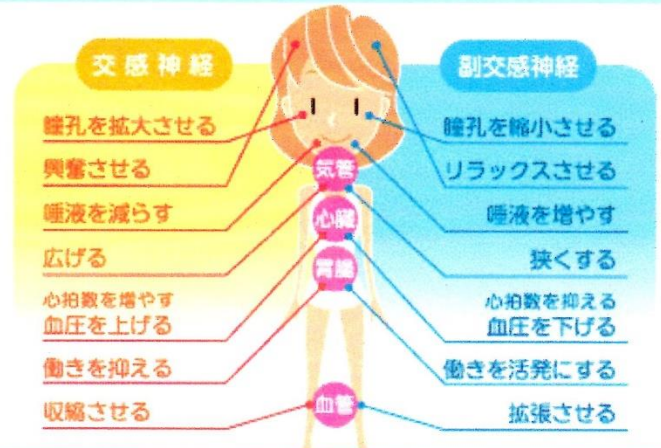
はつきりした内臓や器官の病変によるものではないため、症状の現れ方もとても不安定です。

春は「体がだるい」「イライラする」「やる気がでない」など心身の不調を感じる方が多くなります。これらの不調は朝晩の寒暖差や環境の変化によるストレスから生じる自律神経の乱れが原因になっているかもしれません。

自律神経の乱れをチェックしてみましょう

- めまい・耳鳴り・立ちくらみが多い
- 胸のしめつけ、ザワザワする感じが時々ある
- 心臓の鼓動が急に早くなる、脈拍が飛ぶ時がある
- 息苦しくなるときがある
- 手足が冷えるときがある
- 胃の調子が悪い時が多い
- 下痢や便秘が多い、又は繰り返す
- 肩こり、腰痛がなかなか治らない
- 手足がだるいときが多い
- 顔や手足だけ汗をかく
- 朝、起きるときに疲労感がある
- 気候の変化に弱い
- やけにまぶしく感じる時がある
- 寝ても寝足りない
- 夢をよく見る
- 風邪でないのに咳がよく出る
- 飲み込みづらい、喉に違和感がある、ろれつが回らない時がある

左記の質問のうち、2つ以上当てはまった場合は要注意です。日常生活に支障があるなど、気になる症状がある方は、その症状にあった病院の受診をして下さい。



☆☆交通事故のおケガの治療は自賠責で無料☆☆

事故→警察と救急車を☎→病院で検査後に当院へ

保険会社によっては、整形外科を受診するように指示される場合は当院から整形外科をご紹介します。

✓ 整形外科との併用も可 ✓ 他院からの転院も可

早期回復のために誠心誠意ご対応致します。

ご紹介もよろしくお願い申し上げます。

日常生活での予防法

- ◆決まった時間に起床し、朝食は必ず食べる
- ◆自律神経を整える作用のあるビタミン・カルシウム・ミネラルを積極的に摂るよう意識する
- ◆良質な睡眠をとる
- ◆体温調節ができる服装を心掛ける
- ◆ストレスを解消させる
- ◆ゆっくり長くできる運動をする

【交通事故の治療は当院へ】自賠責保険で治療費は0円

交通事故の慰謝料・・・

被害者が受けた精神的な苦痛に対して支払われる賠償金の事で1日4,200円が支払われます。「実治療日数」×2と「治療期間」で少ない方の数字に4,200円をかければ慰謝料が算定されます。整形外科と併用して当院でも治療できます。整形外科で診察の際は、**痛む場所をすべて伝えて診断書を書いてもらうのがポイント**です。また、他院から転院も可能です。

LINE 友だち追加



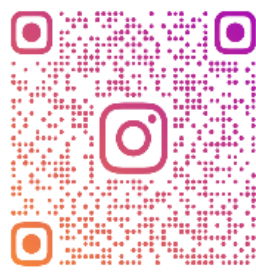
LINE予約
できます

ホームページ



ブログも
あります

Instagram



Facebook



インスタ&フェイスブック

フォローよろしくおねがいします

今月のスタッフのつぶやき

接骨院 孝心

検索

先月は森林公園へよく行きました。毎回、ぶらぶらと3、4時間くらい過ごしました。(Facebookやブログあり)野鳥の写真を撮ったり、草花を眺めたりするので歩く距離はそんなに多くありませんが、翌日には軽い筋肉痛になります。歩いていると、すれ違う皆さんが優しく挨拶してくださるので、自然と仲間意識が芽生えてきます。



(院長)

大学二年の次男が春休みで帰省しています。去年はやせ細って帰って来ましたが今年は少し戻っているようです。食卓が揺れるほどの貧乏ゆすりをするのもなくなりました。表情も少し良くなったように見えます。悩みを相談してくれることもないですし、「意外と親ってなんにもできないなあ」と思いました。



(真由美)

今月いよいよ、国道23号名豊道路の蒲郡バイパスの工事が終わり、全線開通するようですね。普段名古屋へ帰るときは、東名高速を使うことが多いのですが、これによって交通量が分散されて快適になるのでしょうか。信号ゼロで行けて、しかも無料。渋滞さえなければ最高です。早く利用してみたいです。



(松山)

むちうち症(交通事故)、首や肩腰・膝の痛み、スポーツ障害、ねんざ、打撲、肉ばなれ、肩コリなどお気軽にご相談ください。

接骨院 孝心 検索

NPO法人 東洋医学推進協会

接骨院 孝心

マッサージ・はり・きゅう院併設
Tel. 053(451)4523

交通事故(自賠責)・健康保険

〒432-8023

浜松市中区鶴江1-37-17

