

でも卵子や精子にとっては大きな悩みです。あなたも「自分はまだ健康だ」と思っているのではないのでしょうか。何らかの症状があっても病気ではないからです。しかし、健康なら卵子も精子も元気に、健康なら妊娠しない。つまり自覚していない不調があるということ。この様に漢方では健康と病気の間の「グレーゾーンを「未病」と考えて対応します。

あなたは「卵子や精子の栄養を毎日摂っていますか？その栄養素を運ぶ血液はきれいですか？基本的にはこの2点に尽きます。これが出来ていれば自然妊娠に繋がります。しかし、ささいな症状と考えていることも多いので、ぜひ一度、漢方と養生についてアドバイスをいただきたいと思います。



龍虎堂薬局  
薬剤師  
夏莉和子 なつかり かずこ  
日本不妊力カウンセラー協会認定  
不妊カウンセラー  
夏莉竜子 なつかり りょうこ

A Q

ココロとカラダに優しい



龍虎堂薬局に聞きました

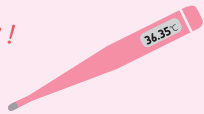
自然妊娠したいのですが、自分の努力と漢方で出来る事はありますか？  
女性も男性も心身が健康になれば自然妊娠は可能です。ご相談の中で問題点を洗い出し、漢方と食生活で改善していきましょう！

自然妊娠したい Vol. 71

まずは、自分で問題点をチェックしてみましょう！

女性

- 基礎体温をつけましょう！  
排卵の有無、グラフの形から他の問題点もわかります。
- 生理の量、色、塊、生理痛をチェック！  
着床する子宮内膜の様子がわかります。
- 排卵期のオリモノの色、粘り、量をチェック！  
卵巣と卵胞の発育状態がわかります。
- 偏食を治しましょう！  
お菓子で卵子は育ちません。緑の野菜や海藻などを毎日食べましょう。



男性

- 精子の検査を受けましょう！  
精液量、精子数、運動率の確認は大切です。
- 腰痛があれば治しておきましょう！  
腎虚に繋がります。
- 暑がり、汗かきの方は要注意！  
精子の質、液量減少、奇形率増加に。サウナ、長風呂は控えましょう。
- 緑の野菜を摂りましょう！  
唐辛子やニンニクは控えてバランス良い食事を！



中国漢方による周期調節法で子宝相談中！

子宝相談

第154回

パニックとPCOSから自然妊娠！

「もともと生理不順だったが、今回は生理から19日間不正出血が止まらない。」と来店。30才のやせ型で、1年半前からストレスで不眠、食欲がなく2週間は飲み物だけ。パニックで学生時代から10数年抗うつ薬を、月経前症候群もあり4年間ピルを服用し

ていた。ホルモン数値はLH:33.3、FSH:5.4と典型的なPCOS(多嚢胞性症候群)。ホルモン検査は月経3日目に行いますから卵胞はまだとても小さく、卵胞の発育を促すFSHの方が高く、排卵を促すLHはグンと低いのが正常です。卵は多いはずなのにE2:55と低く卵の質が悪いために生理が止まらない。従って内膜も薄い。生理の色は紫暗で量も少なく、塊も大小あり月経痛はひどいとのこと。舌色はやや暗く、舌裏怒張があり、かなりの瘀血があります。舌苔は白く胃腸や血液にドロドロしたものが溜まっています。体温表もガタガタで排卵がない状態です。

そこで強い活血薬とドロドロを排泄する化痰薬をお渡ししました。1ヶ月後、寝つきも良くなりグッスリ眠れたとのこと。胃のチャブチャブもなくなり食欲も出てきました。やせ型なので胃腸を元気にして貧血を改善する心脾顆粒に変えました。不安他すべての症状が改善。基礎体温表が自力排卵を示し、はじめて4周期目に自然妊娠！「胎囊が見えた」と喜びの電話がありました。



「漢方のチカラ」のバックナンバーはこちらからチェックできます！

<http://kanpo-ryukodo.com/kanpo.html>

あなたの悩みをチェックしてみよう！



龍虎堂薬局

営業時間/9:30~19:00 休/日曜・月曜 Pあり  
西彼杵郡長与町嬢里郷1170-5

☎095-883-4300

龍虎堂薬局

検索



漢方相談はご予約下さい！ Facebook更新中!