



「気圧病(気象病)を知っていますか？」

気圧の変化や天候の崩れにより体調不良を起こすことがあります。気圧病や気象病と呼ばれますが、具体的にはどんな症状が出るかご存じですか？

天気が悪くなると頭痛やめまいが出たり、関節痛や古傷の痛みを感じることは、昔から経験的に知られていました。気圧や気温、湿度の変化により自律神経の調節がうまくいかなることで症状が出ると考えられています。頭痛、肩こり、腰痛の悪化や、めまい、ふらつき、むくみ、倦怠感などが出現したり、喘息症状が悪化したりします。梅雨時に症状が悪化しやすい人もいれば、台風の影響に伴って不調を感じる人もいます。もともとの持病が悪化することが多いので、症状の出方や種類も多岐にわたります。

とくに引き金となりやすいのは気圧の変化で、これは耳の奥の内耳が気圧の変化を察知し、それが脳に伝わることで自律神経に影響すると考えられています。気象病の人は、内耳の圧受容体の感受性が高い可能性があります。天候の変化によって体調の悪化を自覚しやすい人は、天気予報をこまめにチェックし、台風接近時や天気の変化が大きい予報の場合は、可能な範囲でスケジュール調整を行うのがいいかもしれません。

日頃から規則正しい生活、バランスの良い食事、適度な運動をこころがけ、自律神経のバランスを整えましょう。症状が出た時には五苓散という漢方薬がおすすめです。医師にご相談ください。



オギジビ豆知識



真夏は過ぎましたが、まだまだ残暑が続きます。夏の疲れが出て体のだるさや食欲不振を感じている方もいるでしょう。そんな時は、「**にんにく注射**」がおすすめです。ビタミンBの力で体調を整え、疲労回復に効果があります。夏の紫外線をたっぷり浴びたお肌には、「**ビタミン注射ホワイト**」「**ビタミン注射プレミアム**」に助けをもらいましょう。美白効果、美肌効果があり、安定した人気があります。日々の美肌作りには、サプリメントの高濃度ビタミンCがイチオシです。オギジビスタッフもみんな、愛用しています。ぜひ、お試しください。

オギジビの輪

- お友達・お知り合いに、是非おぎはら耳鼻咽喉科をご紹介します。
- 神奈川県では珍しい、言語聴覚士のいる耳鼻咽喉科です。難聴や補聴器については大学病院レベルの診察・検査体制を整えています。
- ちょっとした不安の解消から専門的な診察まで、幅広く行っています。