

もしかして  
私…

# 更年期かも？

一度チェックしてみませんか？

これらの症状で  
日常生活が  
つらくなったら  
医師にご相談を！

エストロゲンの減少で起こりやすい  
心身の変化や症状

Alle



動機、息切れ

腰痛

皮膚や粘膜の  
かゆみ、乾燥

膣がヒリヒリする  
性交痛、頻尿

便秘、  
下痢

頭痛・めまい、耳鳴り、イライラ  
物忘れ、集中力低下、落ち込み  
不眠、不安感、疲労感

のぼせ、ほてり、口の乾き、発汗、  
喉のつかえ、肩こり、冷え

食欲不振、吐き気

しびれ、知覚過敏、  
関節痛、筋肉痛

こんな症状はありませんか？

.....

更年期症状のうち、エストロゲンの欠乏によるものは、女性ホルモンを補って改善することができます。

女性ホルモンの量は血液検査で判ります。

「もしかしたら…」と思う方は、お気軽に専門の医師にご相談下さい。

そういえば…



次のページで更年期度をチェックしてみましょう！



■ あなたの更年期度をチェックしましょう!

	症 状	強	中	弱	無	点数
1	顔がほてる	10	6	3	0	<input type="text"/>
2	汗をかきやすい	10	6	3	0	<input type="text"/>
3	腰や手足が冷えやすい	14	9	5	0	<input type="text"/>
4	息切れ・動悸がする	12	8	4	0	<input type="text"/>
5	寝つきが悪い、眠りが浅い	14	9	5	0	<input type="text"/>
6	怒りやすく、イライラする	12	8	4	0	<input type="text"/>
7	くよくよしたり、憂うつになる	7	5	3	0	<input type="text"/>
8	頭痛、めまい、吐き気がよくある	7	5	3	0	<input type="text"/>
9	疲れやすい	7	4	2	0	<input type="text"/>
10	肩こり、腰痛、手足の痛みがある	7	5	3	0	<input type="text"/>
					合計点を出し、自己判断してみましょう。	合計点 <input type="text"/>

0~25点 異常なし	26~50点 食事、運動に注意を	51~65点 更年期・閉経外来を受診しましょう	66~80点 長期にわたる計画的な治療が必要	81~100点 各科の精密検査に基づいた長期の計画的な治療が必要
---------------	---------------------	----------------------------	---------------------------	-------------------------------------

担当医

福本 悟

日本産科婦人科学会 産婦人科専門医  
 母体保護法 指定医  
 日本産婦人科乳癌学会乳房疾患 認定医  
 マンモグラフィ読影認定(評価A) 読影講師  
 JABT認定 超音波読影医(評価B)  
 日本医師会認定 健康スポーツ医  
 日本医師会認定 産業医

日本哺乳動物卵子学会生殖補助医療培養士  
 日本超音波医学会 専門医  
 日本超音波医学会 指導医  
 日本抗加齢医学会 専門医  
 日本女性医学学会認定  
 女性ヘルスケア専門医

	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:30	○		○			○ 13:00まで
午後 15:00~18:00			○ 16時~			



診察のご予約・変更は予約コールセンター  
 ☎ 0120-891-700 まで

更年期って  
 治療ができるのね!