

更年期

がっつらくなりやすい方の特徴

- ◎加齢(40代⇒50代 ひとによっては60代まで続くことも)
- ◎性格(まじめ、責任感が強い、几帳面、頑張り屋)
- ◎社会的要因(仕事、家庭の重圧)



『更年期障害のきっかけは女性ホルモンの減少』

更年期とともに、女性ホルモンの分泌が減少すると、脳が混乱し、自律神経の乱れが生じます。頭痛・倦怠感・ほてりをはじめ、イライラしたり落ち込んだりつらい症状がみられます。40代、50代を中心に起きる症状で、年を重ねると自然消失しますが、60代まで長引く方もまれにいらっしゃるか。

★ホルモンバランスを整えて若々しく！毎日をハッピーに！★

おすすめ漢方&サプリメント

イライラ・おちこみ

加味逍遙散

女性のイライラのファーストチョイス。
PMS(月経前症候群)にも。



ホットフラッシュ

知柏地黄丸

女性ホルモンの減少は腎の弱り。
補腎効果と内熱を除く働きで、ほてり感のある方に。



冷え・むくみ

当帰芍薬散

牛車腎気丸

冷えとむくみは当帰芍薬散がファーストチョイス。
胃腸に自信があるなら、補腎効果をあわせもつ
牛車腎気丸もおすすめ。



おすすめサプリメント

エクオール

これぞまさに『食べる女性ホルモン』



エクオール検査のすすめ

大豆には「イソフラボン」という女性ホルモンに似た成分が含まれています。これが腸内細菌によって「エクオール」という成分に変化して体内吸収されることで、女性ホルモンの不足を補うことができます。

ただし、およそ半数の方は、エクオールをつくる腸内細菌を持っていないのだそうです。

大豆や豆乳を意識してとってきたけど、「効果を感じなかった」「よくわからなかった」という人はもしかしたらエクオールを作れる腸内細菌を持っていないのかもしれない。

エクオールが作れるかどうかは、簡単な尿検査でチェックできます。郵送で簡単に行えるエクオール検査キット「ソイチェック」が販売されているので確かめたい方は是非お試しください。



エクオール検査ソイチェック

1000円引き券

商品と一緒に薬品カウンター
までお持ちください。

8/1(日)~8/31(火)まで有効

