

指のしびれ

ツトフラッシュ、動悸

息切れ、めまい、憂う

指のしびれ、痛み、に搦ること。お豆腐、納腫れは50歳を過ぎた頃 豆、豆乳などの大豆製品の女性によくみられまに多く含まれています。す。60歳頃からは関節食事の不摂生や過労、スの変形が始まる

こと。原因には女性ホルモンであるエストロゲンの減少が関わるこ

とがあり、ヘバーデン トレス、睡眠不足はよくみ、関節の変形を予防結節やブシヤール結節 ありません。漢方薬での対策として

阿部 佐知子の

国際中医師



漢方豆知識

<第七十八話>

ば、その症状に合せて処方を選びます。

早い段階から対策を取り、つらいしびれ、痛

と呼ばれる、様々な更年期症状の中のひとつと考えられています。

は、指先の末端まできれいな血や栄養をみずみずしく巡らせて、関節の滑

は、指先の末端まできれいな血や栄養をみずみずしく巡らせて、関節の滑

は、エストロゲンに似た作用のある大豆イソフラボンを毎日積極的に

する処方を選びます。ホ

http://www.jinseido.co.jp



Twitter

033881・2273