

月経でわかる妊娠力①

補湯（じゅうぜんたい
ほうとう）がおすすめで
す。

月経周期は28日±5
日位、月経日数は5日
〜7日間、経血は2〜
3日目に量が増え、色

か妊娠につながらないの
であれば、妊娠力が弱い
のかもしれない。
経血に固まりが出
て、痛み、肩こり、肌
のくすみがあるのは瘀
血（おけつ）です。血

はやや暗めで固まりが
ない状態が良い
とされています。

また、周期
や日数は、毎回
ほぼ一定してい
るのが正常で

は遅れ気味、肌や髪が乾
血（おけつ）です。血
液の汚れや滞りによる
血行不良が起こっ
ていて、筋腫や内
膜炎の原因にもな
ります。折衝飲（せ
つしょういん）や
桂枝茯苓丸（けい
しぶくりようが

阿部 佐知子の
国際中医師



<第五十七話>

しぶくりようが
で瘀血を取り、卵
子や子宮内膜の質を良
くしてゆきます。

例えば月経が28日周
期なら、月経開始から
二週間目あたりが排卵
期でオリモノが増え、
妊娠しやすい時期にな
ります。

燥、目のかすみなどがあ
る場合は、一番大事な血
液が不足している状態で
す。きれいな血液をしつ
かり子宮に送ってあげる
ことで妊娠力はアップし

◆飯島仁生堂薬局本店
足立区千住1-29-2

この排卵期にタイミ
ングをよってもなかな

ます。婦宝当帰膠（ふほ
うふうきかうじょう）や十全大

☎3881・2273
http://www.jinseido.co.jp