



症状別：自律神経失調症



自律神経失調症の代表的な症状

更年期障害

- 卵巣ホルモンの分泌低下に対して、脳のホルモンが過剰に分泌されるアンバランスな状態が更年期障害です。
- 顔がほてり、手足が冷える、また動悸・息切れ、肩こりも。精神的にはイライラしたり、不眠症状なども現れます。

【現れ方】には人によって個人差があります。最近は男性の更年期障害もあることが明らかになってきました。



大腸の代表的な自律神経失調症

過敏性腸症候群

- 大腸に異常がないのに、便秘と下痢を繰り返す症状です。通常、腹痛が伴います。排便すると症状はすっとおさまります。
- 腸を支配する副交感神経が、ストレスで過度に緊張するためと考えられています。



とくに若い女性に多い

過呼吸症候群

- 発作的に呼吸が激しくなって、動悸や冷や汗、手足のしびれを訴える症状です。
- ひどい場合、手足が硬直して意識が薄れることもあります。

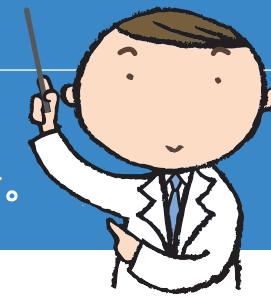


神経質で精神的ストレスが多い人は要注意！

心臓神経症

- 心臓に異常はないのに、動悸、息切れ、胸の痛み、呼吸困難といった心臓病に似た症状を示します。
- 心臓病と異なるのは、「チクチク」と痛んだり、呼吸が「深く大きい」という点です。運動時より、静かにしている時に現れることが多いようです。

現れ方は
人さまざまです。



寝起き・立ち上がり時のめまい、立ちくらみ

起立失調症候群

- 起き上がった時に血管の調節がうまくいかず、血圧が低下し、めまいや立ちくらみ、頭痛が現れやすくなる症状です。
- 疲れやすくなり、やる気がでない・根気が続かない・朝がつらくて起きられない、といった問題が生じてきます。悪化すると、失神して倒れることもあります。



尿意が習慣化してしまう

神経性頻尿（心因性頻尿）

- ストレスなど心理的要因で自律神経のバランスが崩れ、膀胱の機能が乱れる症状です。



女性特有の症状について

月経前緊張症

- 女性の場合、自律神経の働きに女性ホルモンが関与しています。月経前にはそのバランスが崩れて、さまざまな不定愁訴が現れます。

分娩後自律神経失調症など

- 分娩後の生活環境の変化…育児の心労や、流産・中絶の場合は心理的罪悪感など、精神的なストレスが影響していることが少なくありません。



子どもにもある自律神経失調症

子どもの症状

● 起立性調節障害

- 上記「起立失調症候群」の中でも、特に思春期にあらわれるものです。朝出がけに調子が悪くなることから、遅刻や欠席が増え、登校拒否の原因にも考えられています。

● 自家中毒

- 別名「周期性嘔吐症」とも呼ばれ、猛烈な吐き気が起こります。過保護な子や神経質な子に多いことから、自律神経失調症と無関係ではないとみられています。