

## 年齢とともに変化する卵巣を健やかに整える 「婦宝当帰膠（ふほうとうきぎょう）」で充実した人生を

女性の人生の多様化に伴い、女性の晩婚化や高齢出産などが雑誌やテレビで話題になっていきます。最近注目されているのは「卵子の老化」です。卵子は生まれたときから卵巣内にあり、生涯を通じて増えることにはないので徐々に減少していきまます。つまり、人間が加齢すれば同じだけ加齢していくのです。卵巣は女性の身体と深く関わりのある器官ですので、一生を元気に過ごすためには年齢とともに変化する卵巣の状態を知ることが重要です。



卵巣の主な働きである月経と妊娠のサポートは「血（けつ）」と「腎（じん）」に関わりがあります。

「血」は全身を巡って臓器や組織に栄養や潤いを与え、精神状態を安定させる働きを担っています。血が不足すると疲労やめまいなどの症状のほか、卵巣にも栄養が十分に行き渡らず機能が低下してしまいます。

「腎」は生命エネルギーである「精」を蓄える臓器です。生殖機能や成長発育、ホルモン分泌、免疫系全

般のコントロールなど生命活動の根本を担っています。二十代をピークに減少してしまいますが、食事や生活習慣で減少のスピードを減速することは可能です。年代別に卵巣のケアのポイントを見てみましょう。

- ・成長途中の十代  
月経やホルモン分泌のリズムを整える大切な時期です。卵巣も徐々に活発になります。この時期の無理なダイエットや思春期特有のストレスは卵巣機能にダメージを与えてしまうこともあります。血と腎を補いながら、ストレスをコントロールする「肝（かん）」の機能を高めましょう。

- ・卵巣が元気な二十代、三十代  
卵巣の血流量もピークとなり、働きが最も活発な時期です。血と腎を補いながら、血流をスムーズに保つことが大切です。妊娠・出産に備えるためにも冷えやストレス、食事の不摂生などに注意して月経を健やかに保ちましょう。

- ・卵巣機能の低下してくる四十代  
更年期を迎える四十代はホルモン分泌量が減り、卵巣の働きも徐々に不安定になります。心身のバランスを崩しやすくなり不眠や不安、ほてりなどの不調に悩まされることもあります。血と腎を補いながらストレスを発散する「肝」の機能を高め、なるべく穏やかに過ごしましょう。
- ・心身が軽くなる五十代以降  
ホルモンの分泌も徐々になくなり、更

年期特有の不調も軽くなります。老化を恐れるのではなく心身の変化を理解して不調や病気に備えましょう。血や腎を補いながら加齢による血行不良を改善し、この時期に現れやすい病気（高血圧や狭心症など）を予防しましょう。

漢方において、血の巡りをよくし、体を温め、体力をつけるなど女性の薬として用いられてきたのがセリ科の当帰（トウキ）です。当帰を主薬として九種の生薬を配合した「婦宝当帰膠」は血と腎を補うために幅広い年代に愛用されています。「婦宝当帰膠」で年齢とともに変化する卵巣を健やかに整え、充実した人生を送りましょう。

イスクラ産業「婦宝当帰膠」  
三〇〇ml（三十七日分）

五、六〇七円

三〇〇ml×二本（七十四日分）

一〇、一九六円



「婦宝当帰膠」についてののご相談や質問は店頭だけでなく、お電話でも受け付けております

「健康的にダイエット！」なら「マイクロダイエット」をお試しください

マイクロダイエット正規取扱店 **ゆがの薬局**

賀茂郡河津町浜149-4 TEL0558-34-0150  
 当店ウェブサイト <http://www.yugano-ph.co.jp>

