

健康手帳

このコーナーに関する問い合わせは
医師会事務局 ☎243-5611

五月病

新年度が始まって、今までと環境が変わり、取り組むことや人間関係が新たになることも多いでしょう。そのような変化がストレスとなり、心や体にだんだん影響を及ぼして起きるのが「五月病」です。

やる気が出ない、自信がなくなる、どうしたら良いか戸惑う、迷いが強くなるといった精神面の症状が見られます。それだけでなく、ひどく疲れやすい、おなかの調子が悪い、動悸が頻繁に起きる、突然息苦しくなるといった体の不調が現れることもあります。

本人は変調を自分のせいにしたり、ただの疲れとしたりしがちです。そのため周囲の人たちが変調に気付くことも大切です。

環境の変化になじめば「五月病」から回復してきます。長引くときや普段の暮らしへの影響が大きいときは、心療内科や精神科で薬やカウンセリングの治療が必要な場合もあります。ただし体の症状については、まず内科などに受診するのが良いでしょう。

新入学、新入社のフレッシュマンに起きる病とされていますが、それ以外の年代でも環境の変化によるストレスで同じようなことは起きます。ご注意ください。

前橋市医師会 渡邊 泰雄

		内 科				外 科		婦人科	耳鼻科	眼 科
休 日 当 番 医	6日(日)	いまいずみ小児科 (児) 本町一丁目 ☎220-1333	上毛大橋クリニック (内) 川原町 ☎237-2800	瀬田医院 (内) 竜蔵寺町 ☎232-5658	前橋協立診療所 (内児) 城東町三丁目 ☎231-6060	佐々木医院 (整) 富士見村 ☎288-2006	掛川医院 (外内) 総社町二丁目 ☎251-0415	いとうレディースクリニック (産婦) 朝倉町 ☎290-3531	小原沢耳鼻咽喉科 婦人科医院 (耳鼻) 青柳町 ☎232-6314	宮久保眼科 (眼) 荒牧町 ☎234-3511
	4月13日(日)	須田子どもクリニック (児) 後閑町 ☎265-6777	豊田内科医院 (内) 上小出町一丁目 ☎234-1223	飯塚医院 (内) 荒口町 ☎268-5600	本間小児科 内科医院 (児内) 文京町四丁目 ☎221-6807	せきねクリニック (外内) 関根町 ☎260-6000	小竹整形外科 (整) 三俣町三丁目 ☎231-0495	矢崎医院 (産婦) 高崎市剣崎町 ☎027-344-3511	角田医院 (耳鼻) 高崎市若松町 ☎027-325-8844	高崎眼科 (眼) 高崎市栄町 ☎027-322-5005
	20日(日)	高見子どもクリニック (児) 上新田町 ☎255-4153	村山医院 (内) 表町一丁目 ☎221-4643	佐治内科医院 (内児) 端気町 ☎264-3500	江沢医院 (内) 粕川町女淵 ☎285-6777	中嶋医院 (外) 小屋原町 ☎266-1601	樋越ペインクリニック (外) 樋越町 ☎284-9911	小澤医院 (産婦) 樋越町 ☎283-2009	豊田耳鼻 咽喉科医院 (耳鼻) 千代田町五丁目 ☎231-3411	すがの眼科 古市クリニック (眼) 古市町一丁目 ☎210-8181
診療時間は午前9時～午後6時。市医師会の休日当番医がホームページで検索できます。 アドレスは http://maebashi.gunma.med.or.jp/ 、携帯電話の場合は http://maebashi.gunma.med.or.jp/i/ です。										
★夜間急病診療所 朝日町四丁目9-5 ☎243-5111 午後8時～午前0時 内科と小児科										
★救急病院等案内(消防本部内) ☎221-0099										
歯科	日曜・祝日は歯科医師会休日診療所 岩神町二丁目19-9 ☎237-3685 午前10時～正午、午後1時～3時									
休日当番	4月6日(日)＝小山接骨院(若宮町三丁目) ☎237-1259、ひぐち接骨院(総社町高井) ☎254-1414 4月13日(日)＝かえて整骨院(荻窪町) ☎269-1067、兵藤接骨院(朝倉町) ☎265-3994 4月20日(日)＝佐藤接骨院(鳥取町) ☎269-5895、中村接骨院(文京町三丁目) ☎221-5325									
薬局	日曜・祝日は市薬剤師会会営薬局 紅雲町一丁目2-15 ☎223-8400 午前9時～午後6時									