

気象病とは

なんか台風が来る前って
頭痛がしたり体がだるい
気がする……
ただの偶然？気のせい？



それは気象病かもしれません
気候の変化が激しい季節の
変わり目や梅雨にも発症
しやすいと言われています



私だけじゃないの？



日本人の潜在患者数は約 1000 万人
と推計されています
症状も頭痛のほかめまい、吐き気、
古傷が痛む、気分の落ち込みなど
多様です。持病が悪化する人もいます



お医者さんに行った
ほうがいいの？



頭痛の場合は内科など症状に
応じて受診して下さい
自律神経のバランスと関係がある
ので生活習慣や体質の改善も
効果的だそうです

