

# 子宮脱について調べるには・・・

## こんな本で調べられます

- 女性泌尿器科外来へ行こう（竹山政美 法研）
- 閉経後（宮崎亮一郎 日本医学館）
- 病気がみえる Vol.9 婦人科・乳腺外科（メディックメディカ）



## よくわかるサイトはこちら

- 子宮下垂・子宮脱 : goo ヘルスケア  
<http://health.goo.ne.jp/medical/search/10331000.html>
- 骨盤臓器脱 up-to-date : 日本大腸肛門病学会  
<http://www.coloproctology.gr.jp/topics/2011/07/29/up-to-date.php>
- 骨盤底筋体操 : 排尿トラブル改善 COM <http://www.hainyou.com/w/attention/02.html>

## ちょっと相談してみたい・・・

## こんなことが心配、不安・・・

### 健康生活支援室をご利用ください。

看護師(常駐)が相談をお受けしたり、  
司書が調べもののお手伝いをします。

医師への医療相談の受付(予約制)や  
各専門職(薬剤師・臨床心理士・栄養士・  
ソーシャルワーカー・リハビリ技師など)への  
紹介ができます。

### 河北総合病院 健康生活支援室

場所:本院本館1階

利用時間:月～土 9:00～16:30  
(日曜・祝日・年末年始はお休みです)

## ご存知ですか？

- 加齢・体質・重い荷物をよく持つなどの  
生活習慣によって発症します
- 膣内にペッサリーリングを挿入して治療しま  
すが、手術をすることもあります。
- 骨盤底筋体操による予防は有効です

