制服を着ている子が待合室に座っている光景をあたりまえにしたい！
若い女性が気軽に立ち寄れる「ゆうびレディースクリニック」

女性のための本を読みながら
待合室でゆっくり過ごせます

医療法人優美会
ゆうびレディースクリニック
理事長・院長　窪田文香

おりものに異変を感じていませんか？

窪田文香院長に聞きました！

――まだ10代なので、レディースクリニックを受診するのは少し勇気がいります

当院では特に中高生の受診が増えています。また、かゆみや不快感などで受診される中高年の方も多くいて、気軽に婦人科に来院してもらえるようになったことを感じています。

おりものがいつもと違うと感じても「出血しているわけでもないし、痛くもかゆくもないから」と、婦人科の悩みは自分で様子をみてしまいがちなのですが、ちょっとした異変を感じた段階で受診されることで、炎症を改善できたり、ガンの早期発見につながることもあります。

気になることがあったときにすぐに受診してもらえる場所であることは、街のクリニックの役割かなとも思っています。

――どんな変化を感じたときに受診したらいいですか？

通常の生理のサイクルではないときに出血する場合はすでに症状が進行していることも多いので、「おりものの色や質感がいつもと違う」「量が増えた」「痛みやかゆみを感じる」という段階でちょっと見せてもらえるといいですね。

そのような変化の中には病気が隠れていることが結構あります。何もなければそれでいいですし、実際におりものが気になっているのですから、洗浄や治療をすることで楽になることもありますよ。

――おりものとは、いったい何なのですか？

おりものは、膣の粘膜が出している汗と垢のようなものです。体質的に汗かきの人もいればドライスキンの人もいるように、おりものの量にも個人差があります。ずっと量が多い人はこまめにおりものシートを替えるなど、通気がよくなる工夫をして、かぶれを防ぐようにすることが大切です。

膣の中には腸と同じように善玉菌と悪玉菌がいて、そのバランスが崩れると抵抗力が弱まってしまいます。特に膣は内臓に直結しているので、表面を保護しているコーティングを取り除いてしまわないように、洗いすぎないことが大切です。

――デリケートゾーン専用石鹸などは使っていいのですか？

体の中心や局所のあたりは、体のしくみとして油分をよく出すようになっていて、その油分を取ってしまうと皮膚が渇きやすくなり、ガード力も弱まってしまいます。年齢を重ねると皮膚の保湿力はだんだん失われていきますが、若い人でも局所をゴシゴシ洗って表面の油を取ってしまっている人やウォシュレットの使い過ぎで皮脂や善玉菌を全部吹っ飛ばしてしまっている人が多くいます。

本来、石鹸もいらないのですが、石鹸で洗ったときにはその後に油分のあるワセリンなどでしっかり保湿をしておくことが大切です。保湿をして油分を補っておかないと、皮膚のカサカサから、ふやけて傷つきやすい状態になりますので、顔のお手入れと同じぐらい、もしくは顔以上に気を使ってもらった方がいいですね。

――気になる異変があったら受診してみようと思います

当院ではお母さんと年若い娘さんが一緒に来院して、それぞれに受診されています。同じ女性として体のことや生理のつらさなどを理解し合って、相談できる人がいるというのは、とてもいいことだなと思っています。女性の医師とスタッフが対応しているクリニックなので、気になることがあったらお気軽にご相談くださいね。

— 医療法人優美会 —
ゆうび
レディースクリニック

☎055-287-6366
甲府市上今井950-1（リニアタウン医療モール内）
【診察受付時間】 9:00～12:30、14:30～18:30
【休　診　日】 水・土 午後、日、祝日

小児期から成人　ご高齢の方まで　年齢問わず
おひとりお一人に合わせた最適なケアを提案いたします
ちょっとしたことでも！　まずはお気軽にご相談ください