



Newsピックアップより <https://kateinoigaku.jp/article>

今、知っておくべきヘルスケア情報を3分で解説



「暑い夜に足がつる…その原因の一つは脱水かも」

突然、激しい痛みがふくらはぎに走り動けなくなる…。「こむら返り」とも呼ばれる足のつりは、だれもが一度は経験する身近な症状です。暑い夏には起こりやすく、就寝中に… ▼続きはWEBまたはアプリから

<https://kateinoigaku.jp/article/1980>



相談ピックアップ <https://kateinoigaku.jp/qa-top>

毎日更新の「みんなのお悩みQ&A」から、よくある相談をピックアップ

Q. 度々、胃が重く吐き気がする

1カ月以上前から胃が重く吐き気がする日が度々あります。

原因として考えられることや対処方法を教えてください……（男性・30代）

A. 吐き気は、脳幹の一部である延髄に存在する中枢の刺激によって起きる症状の一つです。一般的に考えられる吐き気の原因は… ▼続きはWEBまたはアプリから

<https://kateinoigaku.jp/qa/9042>



～「みんなの家庭の医学」の相談窓口～

健康相談は所属先に知られることなく利用できます

健康相談は無料で利用でき、所属先に相談内容や相談者の個人情報知られることはありません。

気になる症状がある、身近な人には言いにくい、不安な気持ちを誰かに聞いてほしい。そんなときは 健康相談をご利用ください。



「みんなの家庭の医学」とは…… <https://kateinoigaku.jp/>

詳細やダウンロードはこちらから <https://service.kateinoigaku.jp/>

