

みんなの家庭の医学NEWS 2025年12月号

◆◆-----◆◆

Newsトピックスより <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

「脳ドックでわかる脳疾患とは」

ある日突然、自身や家族の日常を変えてしまう脳の病気。

脳卒中をはじめとする脳血管疾患は、日本人の死亡原因の上位に位置しています。

……▼続きはWEBまたはアプリから

<https://kateinoigaku.jp/article/2055>

◆◆-----◆◆

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.脳疲労で感情のコントロールができない

慢性的な脳疲労を自覚しています。そのせいか、いつもイライラしていて家族に怒りをぶつけてしまったり、仕事でも……(男性・30代)

A.咳過労やストレス、睡眠不足などが続き、脳が疲れてしまった状態を「脳疲労」と呼びます。脳疲労は、……

▼続きはWEBまたはアプリから

<https://kateinoigaku.jp/qa/9218>

◆◆-----◆◆

～「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が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/>

◆◆-----◆◆