

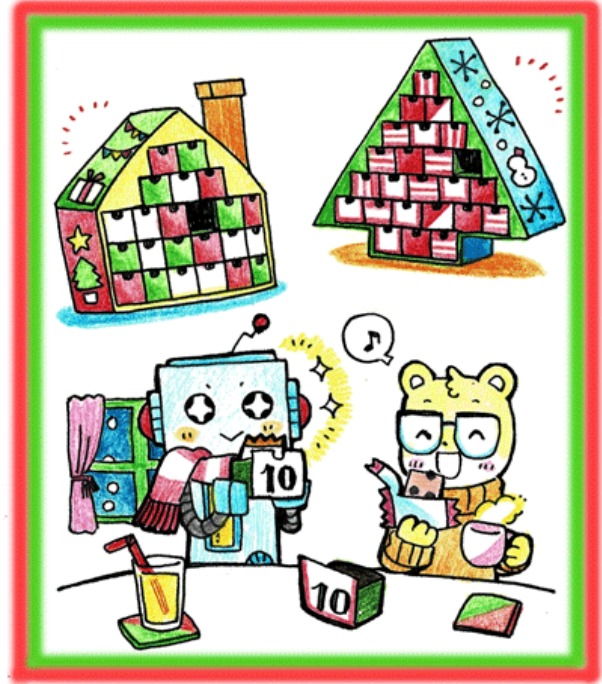
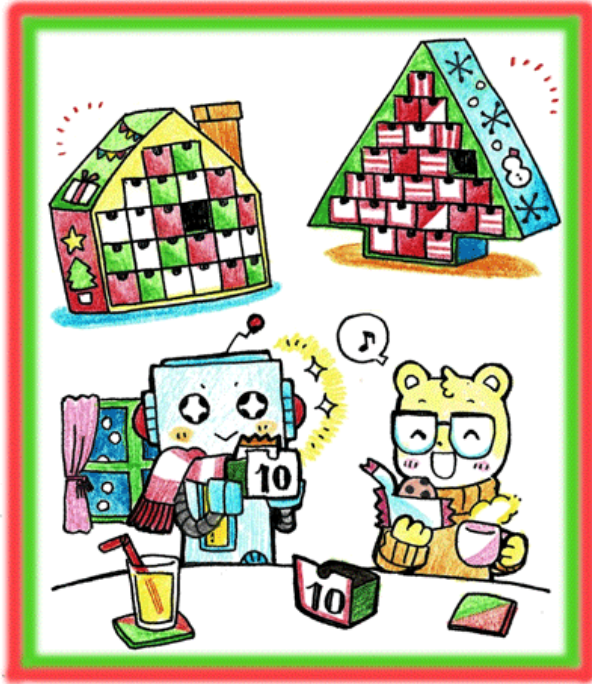
あたまストロツ子

●まちがいさがし●

下の2つの絵には、違うところが5つあるよ！あなたはいくつ見つけれられる??

(正)

(誤)



答えはページ下にあるよ！

Healthy de Happy ~ 女性型脱毛症 ~

脱毛症というと男性に多いイメージがあるかもしれませんが、女性でも脱毛症を発症します。女性の場合、更年期以降に発症することが多いのも特徴です。

◆女性型脱毛症とは

薄毛で悩んでいる女性は、10人に1人はいるといわれており、様々な原因によって脱毛症を発症します。例えば、加齢・ダイエット・ストレスなどは、脱毛症の原因の一部です。一般的に女性型脱毛症は頭頂部の広い範囲の髪の毛が薄くなります。女性にとって髪は大切なもの。抜け毛や薄毛が気になりはじめたら早めに対処しましょう。

◆ヘアケアや生活習慣を見直そう

抜け毛が気になった時は、毎日のヘアケアと生活習慣の見直しが大切です。髪の毛に優しいアミノ酸系のシャンプーを利用し、



余計な添加剤などが入っていないヘアケア用品へ変更してみてください。喫煙や過度な飲酒は、髪の毛の成長に悪影響を与えます。禁煙および禁酒を考えてみましょう。髪の毛の99%はケラチンというタンパク質でできているため、栄養不足になると髪の毛への栄養も不足します。バランスの良い食生活も大切です。

◆症状が進む時は医療機関を受診しよう

抜け毛や薄毛の症状が進む場合は、皮膚科などの医療機関を受診して医師に相談しましょう。近年では女性の脱毛症を専門に治療するクリニックもあります。

まちがいさがし答え：①煙突の高さが違う②左のアドベントカレンダーの箱の数(上から2段目)が違う
③窓の外の雪の数が違う④男の子が食べているお菓子の形が違う⑤机に置いている「10」の箱のくぼみが違う