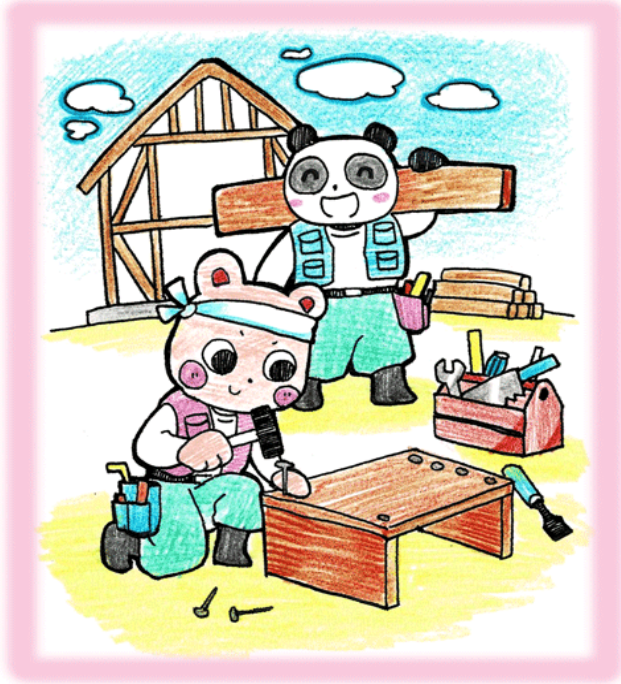


あたまストロツ子

●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 ~レストレスレッグス症候群~

足がむずむずして日常生活に困る、レストレスレッグス症候群は、女性に多く遺伝する可能性がある病気です。

◆レストレスレッグス症候群とは？

レストレスレッグス症候群（RLS）は足に刺激がないのに痛みやしびれなど、じっとしてられない衝動が生じて睡眠に影響が出る病気です。アメリカで行われた調査によると、生活習慣として肥満、喫煙、運動不足、アルコール摂取および糖尿病が発症に関与しているという報告があります。

◆どんな症状があるの？

「虫が這うような」「全体的に重だるいような」といったように、症状はいろいろな表現がされます。患者さんは、足内部の不快感を訴えることが多いようです。歩いたり足を伸ばしたりする運動を続けている間



は症状の改善がみられるという特徴があります。また、夕方から夜にかけて症状が強くなる傾向があります。

◆男性より女性に多く、遺伝も関与

RLSは全年齢で見られますが、高齢者や女性に多い病気です。患者さんの約30%に家族歴がみられ、遺伝する可能性が考えられます。

◆気になる時は医療機関を受診しよう

神経内科や脳神経外科に専門医が多いため、気になる場合は、医療機関を受診し相談してみてください。

まちがいさがし答え：①クマさんの鉢巻きがねじり鉢巻きになっている②右下の工具の形が違う③パンダさんの腰のポーチがない④パンダさんが担いでいる木材の長さが違う⑤家の中の筋交い（ななめのところ）の向きが違う