

卵子は卵管をキャッチして取り込み、そこに待機している精子と出会います。うまく受精しても

れ、そこで待機します。
卵管膨大部までスムーズに送られ、そこで待機します。

精子の立場に立つとよくわかります。精子はオタマジャクシのような形ですから推進力はシッポしかありません。そのシッポをブロペラのようにブンブン回転させながら進みます。大勢の精子と適度な精液で子宮内に入ります。そこにきれいな水があればスイスイ泳いで卵管に到達します。この時、卵管内がきれいな水で満たされていれば精子は繊毛の働きで卵管膨大部までスムーズに送られ、そこで待機します。



龍虎堂薬局

薬剤師
夏莉和子 なつかり かずこ
日本不妊カウンセリング学会認定
不妊カウンセラー
夏莉竜子 なつかり りょうこ

漢方と養生についてアドバイス
をいただきました。

丸い受精卵は自力では動けません。受精を感じた繊毛は逆方向に働き、受精卵を子宮に送り届けるのです。この様に繊毛が正常に働くためには、きれいな水にきれいなオリモノが欠かせないのです。この大切なオリモノがなかったり、ドロドロした白色や黄色、緑色のオリモノだったら？

A Q

精子はオリモノの中を遡上して卵子に出会いますがオリモノの量と質は大いに関係があります。川の水が少なくてもドロドロでも泳げないでしょう？

オリモノの事をよく聞かれますが：
オリモノと精子ってどんな関係があるのですか？

ココロとカラダ
に優しい



オリモノと精子 Vol. 86

龍虎堂薬局に
聞きました

1. 健全なオリモノ

健全なオリモノとは、卵胞が発育すると分泌される卵胞ホルモン(女性ホルモン)を指します。生卵の白身様で、やや粘度のある透明なものです。月経10日目頃で卵胞が16mmくらいになると外にあふれるので見え始め、成長と共に増えて排卵まで続きます。下着が濡れるくらいであればいい卵です。

月経後の卵胞期の基礎体温は36.2~3℃が理想です。熱になりやすい辛い食物は控えましょう。緑の濃い野菜を取って、熱を冷ましましょう。



2. オリモノが少ないorない

卵胞の発育に比例して分泌されるオリモノが増えます。オリモノが少ない時は精子も泳ぎにくいだけでなく、卵胞の発育が小さいかよくないでしょう。

基礎体温が低いと卵巣機能が弱く、卵胞を育てるスピードが遅い場合もあります。この時は排卵までの時間が長くなります。また、オリモノが少ないと繊毛の動きが悪くなり、受精卵が卵管の途中で止まって子宮外妊娠に至ることもあります。

甘党でお菓子が多い方は卵巣の栄養不足で、良い卵は育ちません。腎を養うミネラル(海苔、貝類、ゴマ、トウモロコシなど)を毎日摂りましょう。合わせて補腎薬を併用して腎機能を高め、質の良い卵胞を育ててオリモノを増やしましょう。



3. 白いオリモノが多い

子宮内に白いドロドロ、ネバネバしたものが沢山あると、精子の身体やシッポにからんで動きにくくなります。白いオリモノは痰濁といい、早食いや大食い、甘党、脂でも出来やすくなります。脾の消化・吸収・運搬力を付けて白いオリモノが出来ない力を付けましょう。脾の力を改善すると、いい卵胞を育てる力もつきますよ。また、白い酒粕のようなポロポロしたオリモノの時はカンジダ菌の感染ですから、早めに治療しましょう。



4. 黄色いオリモノが多い

子宮内に黄色いオリモノがあると精子が泳げないばかりか、着床もしにくくなります。黄色のオリモノ=炎症=熱ですから、炎症のあるところには受精卵は住めません。緑色のオリモノだと細菌感染の可能性もあります。早めに治療しましょう。

肝腎系の熱は上に上がるのでイライラが強くなったり、眠りが浅い、湿疹、尿が黄色い、頻尿など他の症状にも繋がります。

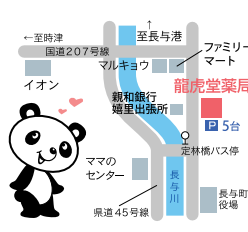
卵胞期の基礎体温が36.5℃以上と高くなると、いい卵胞が育ちません。辛い物を控えて、早めにご相談して下さいね。



「漢方のチカラ」のバックナンバーは
こちらからチェックできます！

<http://kanpo-ryukodo.com/kanpo.html>

あなたの悩みを
チェックしてみよう！



龍虎堂薬局

営業時間/9:30~19:00 休/日曜・月曜 Pあり
西彼杵郡長与町嬉里郷1170-5

☎095-883-4300

龍虎堂薬局

検索



漢方相談はご予約下さい！ facebook更新中！