

おしえて!!

# Smile Doctor

頻尿になる  
食べ物!?

『トイレが近い』という人は食べ物が原因かも知れません。人によつては膀胱へ刺激を与える食べ物があります。コーヒーや紅茶、唐辛子・からし・コショウ等の刺激物、酢・柑橘系のジュースやチョコレートなどです。健康のために飲んでいるサプリメントが刺激となることや、コンビニのお弁当やおにぎりに入っている添加物、出汁に使われる化学調味料等が原因になることも。頻尿かなと思う人は一度食事を見直してみても。病気の可能性もあるので、気軽に泌尿器科にご相談ください。

院長

井上 雅



泌尿器科・婦人科

みやびウロギネクリニック

〒700-0822 岡山市北区表町1丁目4番1号 第2開発ビル2F

TEL (086) 223-1100

<http://www.miyabiurogyne.com/>

## 診療時間

	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	●	休	●	●	●	●
午後 13:00~17:00	●	休	●	●	●	●

休診…火曜日・日曜日・祝祭日