

ゆずりはニュース

vol. 47

ゆずりはスタッフの
ちよこ一言

こんにちは。青江店薬剤師の
加倉井です。先日の大寒波に
よる雪と寒ミヤで体調を崩され
てはいませんか？

私は、雪を求めてドライブする
くらい、雪が好きで昔福井まで行き、
ゆったり露天風呂に入っていたら、
帰りの高速が通行止めになって
大変な思いをしたことがあります。
寒ミヤでなかなか外出することも
出来ないでしょうが、こんな時こそ
いつもと違う日常の景色を探
してみるのがいいものではないでしょうか。

そして、また暖かい春が
やってくるのを

楽しみに
待ちましょう!!



スタンプラリーイベント開催中！！

店頭商品（処方せん医薬品・抗原検査
キットは対象外）お買い上げ500円ごと
にスタンプを1つ押します♪

スタンプの数に応じて、商品購入に使える
ポイントをプレゼントします！！
ぜひぜひご参加ください。

令和5年2月15日まで



ゆずりは薬局 青江店

〒700-0941
岡山市北区青江1-22-22
TEL：086-221-2355
FAX：086-221-2350

営業時間

☆お気軽にお越しください☆

月・火・木・金 9:00~19:00/水 9:00~18:00/土 9:00~12:30

ゆずりは健康コラム ～ 目薬について ～

パソコンやスマートフォンの普及により、私たちは昔と比べて目を酷使しているといえます。「目の疲れ」、「充血」、「目のかすみ」といった症状に悩まされている人が増えています。これらの目の症状が現れたら、早めに対処することが大切です。「目の疲れ」にはビタミンB群(ビタミンB2、B6、B12)を配合した目薬がおすすめです。ビタミンB2は明るさの変化に順応する機能を改善させ、ビタミンB6は目の細胞の新陳代謝を活発にします。ビタミンB12は視神経の疲労を回復させると考えられています。「充血」が気になる場合は血管を収縮させる働きのあるテトラヒドロゾリンやナファゾリンなどを配合した目薬がおすすめ。ただし、この血管収縮剤を配合した目薬は連用するとリバウンドを起こし、かえって充血がひどくなる場合があるので注意しましょう。「目のかすみ」にはピント調節剤を配合した目薬を選びましょう。成分としてはネオスチグミンメチル硫酸塩などが知られています。「目のかゆみ」には抗ヒスタミン剤であるクロルフェニラミンマレイン塩酸や抗炎症剤のグリチルリチン酸二カリウムなどを配合した目薬を選びましょう。また、「目の乾き」には涙と似た成分でできている「人工涙液」を用いると良いでしょう。市販の目薬には多くの成分が配合されています。自分の症状にあったものを選ぶときには店頭薬剤師や登録販売者に相談してみましょう。最後に、市販の目薬は症状を和らげるもので、長期間にわたって使用するものではありません。目を酷使していると感じたときは、目を休める、睡眠を十分にとるなどして、目のケアをきちんと行うことも大切です。

◆◆◆◆ 症状に合わせて目薬を選びましょう!! ◆◆◆◆

店頭にて
様々な種類の
目薬があります!

ドライアイに。
人工涙液も店頭
にあります。



1,320円
(税込)



↓ 1,050円
(税込)
アレルキ-
目のかゆみに



720円(税込)



↓ 1,050円
(税込)
ものもらい・
結膜炎に



880円
(税込) ↑

疲れ目
かすみ目に

ご要望、ご相談等ございましたら、下記のメール、電話でも受け付けております。お気軽にご連絡下さい。

メールアドレス：info@yuzuriha-mj.jp

TEL: 086-221-2355