

ゆずりはニュース

vol. 61

ゆずりはスタッフの
ちよっこ一言

こんにちは！事務の古田です。

4月ということで新生活スタート！

という人も多いかと思っています。

私は特に変わりはないのですが、薬局

にも新しくスタッフが増えましたので

新鮮な気持ちでがんばります😊

なにより、暖かくなってきたので、

少しずつ外に出て運動しようと思

っています！



朝方の体温 36.2℃以下の方

「低体温」注意報

「低体温」には若甦!



理想体温
36.55 ~ 37.23℃
免疫力UP ↑↑
血行促進 ↑
新陳代謝 ↑
内臓の働き ↑
など...

体温が1℃下がると免疫力が37%もダウンしてしまいます。インフルエンザや風邪が流行するこの時期だからこそ、若甦のお湯割りで体の内側から温まりましょう。

- ・1ヶ月分(25本+5) ¥16,500
- ・10日分(10本+1) ¥6,600
- ・5日分(5本) ¥3,300
- ・1本 ¥660

「お湯割り」がポイントです!



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 ～吐き気・嘔吐の対処法～

吐き気・嘔吐は、消化管の機能障害、薬の副作用、食中毒、乗り物酔い、脳の病気(くも膜下出血、頭部打撲による頭蓋内出血、脳腫瘍など)、自律神経の失調、妊娠によるもの、異物の誤飲など原因は多岐にわたります。また乳児では、授乳後に母乳やミルクを口からだらだらと少量吐き出したり、勢いよく吐いたり、便秘や排ガスが不十分のときにも起こることがあります。

嘔吐のほかに下痢をしている、吐き気や嘔吐が何日も続く、倦怠感がある、尿が出ない、腹痛が続く、頭痛などの症状がある場合は、食中毒や脳の病気(上記に記載)に関連することがあるため医療機関を受診しましょう。また、頭を強打した後に嘔吐を繰り返しているときはすぐに救急車を呼びましょう。

○対処法

吐き気・嘔吐が起こったときには、吐いたもののおいが再び吐き気を誘うことがあるので、水やぬるま湯でうがいをしましょう。着衣の圧迫をゆるめて横になり、安静にします。吐き気がおさまったら、経口補水液やスポーツドリンク、子どもの場合は子ども用のイオン飲料やお茶などの水分を補給しましょう。落ち着いたらにおいの少ないものや、消化の良いものを少しずつ摂りましょう。

胃のもたれ 痛み むかつき には

大草胃腸散

88包	¥3,960 (税込)
46包	¥2,420 (税込)
22包	¥1,380 (税込)



食生活の変化

ストレス

食べすぎ・飲みすぎ

胸やけ

注意

- 重曹の配合なし! 続けてお飲みいただけます
塩分制限中の方、高血圧の方でも安心!
- 岡山県新見産の石灰を使用
カルシウムも配合されています

ぜひ
お試しいて

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