

# ゆずりはニュース

vol. 105

ゆずりはスタッフの  
ちよっと一言

新見店薬剤師の桶瀬です。ブログでも紹介済ですが、は月頃からジムに行くようになりまして。24時間あいていて、何回行っても月額が亦知れないので、ひまな時にふら、と行けるのが魅力です。目に見えて最初は筋力が増えていて、楽しかったのですが、はじめて3ヶ月、早くも停滞期に入ってしまった。食事の見直しを本格的に考えて色々ためしています。見守っていて下さいね。



## 今年も来た～花粉シーズン!

覚えていますか? 昨年の夏も暑かった!! 夏が暑いと花粉がたくさん育って、翌年の春から花粉が多く飛ぶと言われています。毎年症状が出て困っているかたは、

**予防・改善**

さっそく今から対策を始めましょう!! 早すぎはないですよ!

根本から治療(まよ)



**タウロミン**

体質改善の漢方薬として、しっかり症状を抑える成分がひとつになったスペシャル処方です。早始めるほど、よいタイア!

症状に合わせて飲む量を減らしていくことが出来ます

**アレルギー体質に**

**タウロミン**

220錠(約18日分) ¥3080  
440錠(約36日分) ¥5400  
880錠(約73日分) ¥9680

お得!

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](mailto:info@yuzuriha-mj.jp)

TEL: (0867)-76-2355

## 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

注目

• 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  
お試しを

## ゆずりは薬局

営業時間 ☆お気軽にお越しください☆

月・火・木・金 9:00~18:00/水 9:00~16:00/土 9:00~12:30

〒718-0015

新見市石蟹65-5

TEL: 0867-76-2355

FAX: 0867-76-2356