

気になる疾患 ～爪水虫～

サンダルの季節がやってきました。あなたの足の爪は大丈夫？爪水虫とは爪にできてしまう水虫のことです。

爪が白く濁っている、変形している、ボロボロになっている→水虫の可能性あります



そのままにしておくと家族や周囲の人にうつってしまうかもしれません。

さっそく主治医に相談しましょう。

内科や皮膚科で診断が可能です。

治療には飲み薬と塗り薬があります。

足の爪が完全に生え変わるのに6ヵ月～1年かかるため根気よく続ける必要があります。

－ 健康を気遣う人へ －

テレビや雑誌でたびたび取り上げられている『お酢』。体にいいとわかっているけど毎日の食事の中で摂取することはなかなか難しいことです。

最近では、手軽に飲めるお酢が、いろいろ販売されています。そこで当薬局でも飲むお酢を入荷しました。



「養命酒製造の黒酢」は国産米を使って醸造された米黒酢、果物のマンゴスチンエキス、食物繊維、てん茶エキスを配合

保険薬局専売商品

1本:360ml 1600円(税込)

試飲もできるので興味のある方はスタッフまで。おいしく飲め、長く続けることが大切です。



薬局からのお知らせ 〈お薬手帳活用法〉

みなさんお薬手帳はすでに持っていますよね。持っているけど家に置いてある。

そんな方は、お薬手帳をこんなふうに使ってみましょう。

- 1.医療機関にかかるときは必ず持っていきましょう→薬の重複やよくない飲み合わせを防止できます
- 2.体調の変化や気になったこと、服用して体調を崩した薬の名前を書いておきましょう
- 3.ドラッグストアで購入した医薬品や健康食品、サプリメントなども記録しましょう
- 4.いつも携帯、いつも同じ場所に保管することで旅行先や災害時に役に立ちます
- 5.1冊にまとめましょう→飲んでいるすべての薬を1冊で記録しましょう

2016年4月から法律が変わり6ヵ月以内に同じ薬局を利用した場合、お薬手帳を持参すると10円～40円支払いが安くなります。(保険の負担割合により金額が異なります)

第1回 ロコモについて知ろう！

ロコモとはロコモティブシンドロームの略称。骨や関節、筋肉、神経の運動器に衰えが出ることによって「立つ」「歩く」などの移動機能が低下した状態をいいます。放っておくと将来、介護や支援が必要になるリスクが高くなります。

次号からロコモ予防について紹介していきます。

