

苦しい…鼻づまり「慢性副鼻腔炎(ちくのう症)」

慢性副鼻腔炎

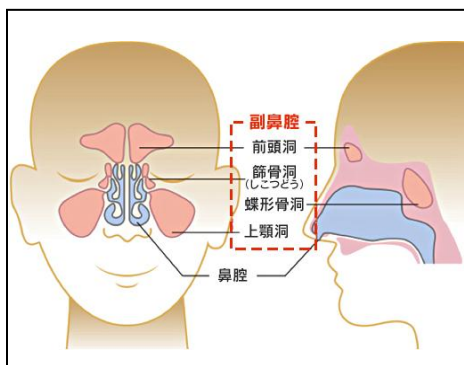
【ちくのう症】とは

ヒトは顔面の内部に「副鼻腔」という小さな空洞があります。この副鼻腔、左右に4種類ずつあり、鼻と繋がっています。

この副鼻腔に細菌やウイルス、花粉などが侵入し、炎症が起こり症状が出ると「副鼻腔炎」となります。

また長い間治らないと「慢性副鼻腔炎」になります。

慢性副鼻腔炎は症状別にいくつか種類がありますが、その中でも多いのが、慢性化膿性副鼻腔炎と好酸球性副鼻腔炎です。



好酸球性副鼻腔炎

●主な症状

- ・のりのような粘り気のある鼻水が出る
- ・鼻呼吸がしにくい
- ・嗅覚障害が起こることもある
- ・鼻茸が多くできる
- ・アレルギーが原因で治りにくい



慢性化膿性副鼻腔炎(ちくのう症・後鼻漏)

●主な症状

- ・黄色や緑色の膿のような鼻水が出る
- ・頭が重く感じる
- ・鼻水がのどに垂れてくる
- ・免疫力が落ちているかぜやインフルエンザにかかったときになりやすい

鼻が詰まることで

慢性的な酸素不足に

酸素不足だと

運動能力低下

不眠
熟睡できない

記憶力低下
学力低下

高血圧になりやすい

昼間眠い

疲れやすい
持続力がない

こんな症状があったら
副鼻腔炎に注意しましょう

- ☐ 鼻が詰まる
- ☐ 鼻がきかない
- ☐ 臭い匂いを感じる
- ☐ のどの違和感
- ☐ のどに鼻水が垂れる
- ☐ 味がしない
- ☐ 顔がむくむ
- ☐ 咳
- ☐ 痰
- ☐ 頭痛
- ☐ 歯痛
- ☐ 鼻水
- ☐ 口臭

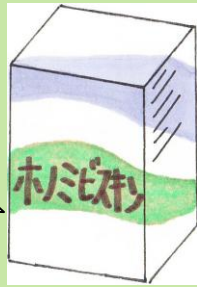


タイプによって変わる 症状別オーダメイド漢方

【ホノミビスキン】

鼻づまりや粘り気のある鼻水が出る症状にはまず「**ホノミビスキン**」が有効です。鼻内部に溜まった鼻水を出し切ることで膿や細菌なども出し切ります。た溜まった鼻水による頭痛や頭重も改善。急性・慢性副鼻腔炎全般に使用することが可能です。

子供から高齢者まで幅広い年齢に飲んでいただけます



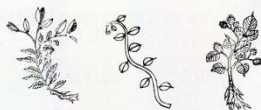
ホノミビスキンの構成生薬の働き

▼鼻腔・副鼻腔内に溜まった膿汁を排泄する様に働きます。



キキョウ・キジツ・シャクヤク

▼蓄膿症の改善を早める様に働きます。



レンギョウ・ジュウヤク・ソウジ

▼蓄膿症等の原因となるアレルギーの症状を改善します。

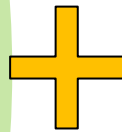


ケイガイ・ビャクシ・シンイ

▼蓄膿症に伴って起こる、頭痛・頭重等の不快感を楽にします。



センキュウ



一番の組み合わせ！

【ホノビエン錠】

鼻水・鼻づまりの一番手！

溜まった鼻水を出し切りながら、鼻内部の粘膜の炎症を鎮めて、症状をスムーズに改善。



クサイ臭いがする！

【ワグラスD錠】

鼻内部がひどく腫れて息苦しい！

副鼻腔に膿が溜まってクサイ臭いがする方には炎症を抑えるワグラスD錠がオススメ！



鼻水で咳・痰が出る

【ヒューゲン錠】

鼻水がのどの方に流れてしまう「後鼻漏」。のどに付いた鼻水が痰になって咳や痰が出てしまう方には咳・痰の排出を促すヒューゲン錠がオススメです。

症状に合わせて組み合わせましょう！

お客様の声



以前は鼻水や鼻づまりに悩んでいましたが、**ホノミビスキン**と**ホノビエン**を服用したら、だんだんとスッキリとしてきました！なかなか治らなかったのが驚きです。
なぜこんなにスッキリすることが出来たのでしょうか？

副鼻腔炎はまず中に溜まっている**ネバネバした鼻水を出してあげる**ことが大切です。また同時に**鼻の炎症を鎮める**ことがポイントになります。**ホノビスキン**と**ホノビエン**を併用することで**この二点を同時に改善**することが出来ます。



あくあ通信

あなたにもっと知ってほしい！ 私に起きた小さな出来事を「お手紙」で...

皆さん、明けましておめでとうございます。薬局ジョイン店長のタクマです(^^) / 新年を迎えて早1ヶ月、いかがお過ごしでしょうか？今年は暖冬傾向にあり、例年に比べ過ごしやすかったと思います。

正月なのにハイビスカスが咲くほど暖かった沖縄→

さて、今回のあくあ通信は、写真もいくつか掲載していますが、どこに行ったか分かりますか？今回の旅行先は「**沖縄**」です！

急遽決定した沖縄旅行、オフシーズンなので色々と飛行機や宿泊が安くなったのは良いのですが、さて冬の沖縄で何をしよう？という話になりました。

まずは**グルメ**（いつも通り）、そして**観光**、さらに**ホエールウォッチング**をしようということになりました。この**ホエールウォッチング**、12～3月の冬ならではのイベントで

野生のクジラを日本で見られる貴重な体験ツアーです。ただ自然のクジラを見るイベントなので、移動はもちろん船です。私はバスでさえ酔うので船酔いをしないか不安を抱えながら参加しました。当日、行き帰りは船が高速でグングン前に進むのでジェットコースターみたいで結構楽しかったです。しかし見学スポットに着くと、船が止まり波の上下運動のみに…。この辺りから私は一気に船酔いに襲われました(@_@)。

最初はクジラへの期待で耐えていたのですが、途中でギブアップ！空いてる後部デッキで休息することになってしまいました。

今回は運が良く、耐えた前半でクジラを少し見ることができました。ダウンした後半はクジラは出てこなかったそうです。写真も口々に撮れなかったのもう少しクジラをしっかりと見たかったですね…ただスタッフさんがいろいろと工夫をされて、少しでも楽しんでもらえるようにしてくれていたのもクジラは少ししか見れませんでした。楽しむことが出来ました。次回、船酔い対策をバッチリとしてまたチャレンジしてみたいですね！皆さんもその季節ならではの楽しみ方を見つけてはいかがでしょうか？



沖縄は自然がいっぱいで散策にはもってこいでした♪



冷たいフルーツジュースが美味しかったです♪



鶏つくねの野菜あんかけ

ほうれん草

免疫力を高めるビタミンCが豊富。
夏採りよりも冬採りの方が栄養価が高いそうです。
ビタミンCは水に溶けやすいため、汁ごと食べられるスープなどがおすすめです。



しょうが

血行促進作用があり、身体を温める効果があります。
寒い冬にぜひ取り入れたい食材です。



冬のおすすぬ食材



しのぶさんひとりごと



2月



今年の目標は「体の柔軟性」No.100

2月です。今年のはじめの「ひとりごと」100回目 ほんとに続けさせてもらって
薬局ジョインの尾崎しのぶです 本年もよろしくお願い致します。 ます。
お正月はどうでしたか？ 私は家でゆっくりしました。

2日は 毎年 恒例で主人と蒲郡^{はら}歩きです。

水竹町の家から できるだけ早で通らな様な 小道を
歩いて 竹島へ そうすると え——いの間にか……

広てりっぱな 市の公園が出来ているとか オシャレな家が
いっぱい建っていたりとかで びっくりすることばかり 「町は生きている!!」と

思いました! 町並をぐりぬけ南へ南へ歩き 竹島神社でお詣り
をして 竹島の橋を渡る時 その日は強風で しかも すごく寒い日ど
ふき飛ばされそうになりながら……」 そうすると あれ!? トイが近くなる。

年であかね—— その時コンビニはありがたいです。 いたるところにあるので
すごく助かりました。 その後 2~3日 ずっと、体じゅうが 筋肉痛

常に運動していないことを痛感します。 その後 さぼりがちなヨガ教室
筋肉痛の体をヨガマットの上で 呼吸法だとか ヨガポーズだとか
痛た気持ちいい——いと心地よく感じていたはずだったのが……

やはり 次の日は 肩甲骨当りとか 首の後ろ当りとかが
痛たあたまにあ—— ということ…… やはり……

今年の目標は「体を動かして柔軟性に!!」です。

人生 健康で すこやかに送るためには じと体の柔軟性が必要
だと思います。 あなたの 今年の目標は何ですか?

ジョインに来られた時に また 教えて下さいね。お待ちしております。



かかりつけ薬剤師 の知っ得情報!



自覚症状がないため
なかなか気付かない

☆腎臓病の3大原因☆

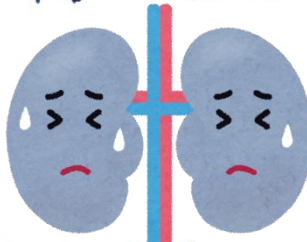
①生活習慣病

糖尿病・高血圧など

②腎臓自体の病気

慢性腎炎(IgA腎病など)

腎臓病



③加齢

中高年あたりから
腎臓の働きが低下

一度こわれると
元に戻ることは困難です

早期発見・早期対策

くわしくは「かかりつけ薬剤師」
にご相談ください

※こんな検査データをチェック

・eGFR・クレアチニン

・たんぱく尿
(アルブミン尿)