

放っておくと怖い！ 糖尿病！

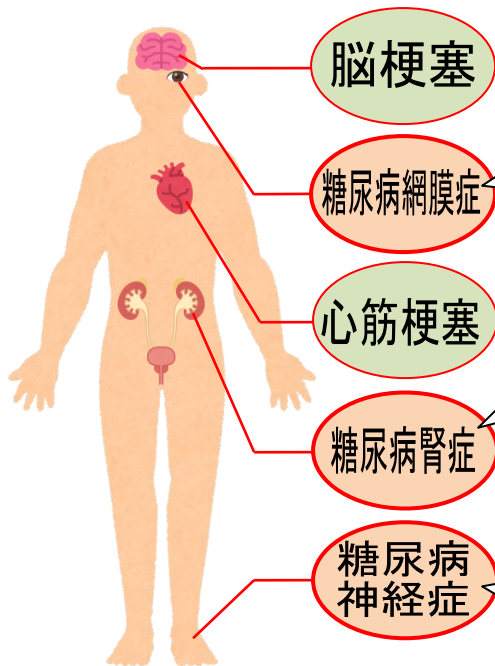
1型糖尿病

自己免疫などの異常に関係するといわれている。膵臓にダメージを受け、インスリンが分泌されなくなる。

2型糖尿病

食べ過ぎや運動不足などの生活習慣の乱れが原因。肥満やメタボによりインスリンの分泌が低下し発症する。

【合併症の危険性が
高くなる糖尿病】
糖尿病は血液中のブドウ糖の濃度（血糖値）が高くなり過ぎる病気です。
糖尿病には1型・2型というタイプがあり、糖尿病患者の約90%が生活習慣と関わりの深い2型糖尿病といわれています。



脳梗塞

眼球の奥で血管障害が発生し、出血を引き起こす。その結果、視力の著しい低下や失明を引き起こす。

糖尿病網膜症

心筋梗塞

自覚症状がなく、早期での発見が困難。進行を続け腎臓機能が低下すると透析治療が必要になる。

糖尿病腎症

糖尿病神経症

最も発症頻度の高い合併症で早期から発症する。足先のしびれや痛みなどから始まり、最悪壊疽する。

【糖尿病による怖い合併症】
糖尿病になると全身の至るところで合併症の発症リスクが高まり、場合によっては重篤な病気を発症します。
なかでも、糖尿病神経症、糖尿病腎症、糖尿病網膜症は三大合併症と呼ばれます。この3つは発症頻度が高く、生活に支障をきたすことがあります。

糖尿病の養生には「運動」と「食事」

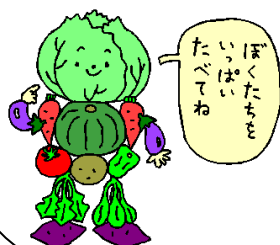
糖尿病の予防や改善の基本は運動と食事の見直しです。いくら良い薬を服用していてもこの2点が改善されていないと血糖値は下がりません。



★運動…運動をすると以下のような理由で血糖値が下がります

- 血液中の糖は運動によりエネルギーとして使われ、下がります。
- 肥満が解消されるとインスリンが働きやすくなります。

※運動は1週間あたり150分程のウォーキングでよいです。



★食事…食べ過ぎに注意し、野菜を積極的に摂る

- 食べ過ぎると肥満を招き、インスリンの働きが悪くなります
- 食事の最初に野菜を食べることで血糖値の急上昇を防ぐことができます。特にキノコ、海藻などがオススメです。



数少ない糖尿病の市販薬 「シノミッテルカプセル」

シノミッテルカプセルの構成生薬

口渇・多尿 の改善

「消渇」を改善する

葛根・瓜呂根・五味子

血行・ホルモン 対策

血行・ホルモン分泌を整える

当帰・地黄・茯苓

自律神経

「三焦の火の亢ぶり」

を鎮める 黄連

血糖降下 作用

エゾノレンリソウ

・人参

その他

麦門冬・甘草



ココがスゴイ!



【効能・効果】

糖尿病、
血糖増加による口渇



シノミッテルカプセルは効果・効能に「糖尿病」と記載されている数少ない市販薬となります。また病院の処方薬と併用することができ、効果も上がるという実験結果もでています。

配合生薬のエゾノレンリソウには血糖降下作用があり、血糖値の改善が期待できます。

糖尿病に効く、安心の生薬製剤

シノミッテルカプセル



Point
1

糖尿病 の効能・効果を持った
非常に珍しい生薬製剤



Point
2

血糖降下作用のあるエゾノレンリソウを
含む11種類の生薬を配合



Point
3

医療機関で臨床的に効果を実証
複数の薬理実験により、裏付けが充実



シノミッテルカプセル 活用のコツ



●対象者は2型糖尿病とその予備軍

糖尿病の約95%が2型糖尿病（インスリンの分泌量または働きの低下）

●病院の糖尿病治療薬と併用可能

最初は念の為、

・シノミッテルカプセルは少量（1回3カプセル程度）から

・服用時間は30分～1時間程度ずらして



●1型糖尿病、入院中の病人の相談には注意

●ステロイド剤（副腎皮質ホルモン剤）

服用中の病人には注意



店頭歩いて来れる2型糖尿病・予備軍が対象

2021年
4月号

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、こんにちは。薬局ジョイン店長のタクマです(^^) /

寒かった冬も明け、暖かい季節になりましたね。世間は未だコロナに振り回されておりますが、桜は例年通りキレイに咲きました。今年も以前のような花見は出来ませんでした。歩きながら眺める桜はいつも通りキレイでした(//^^//) 今年も去年より良い年になりそうです。

そんな2021年の初め、我が家に新しい家族がやってきました！

キジトラ柄の「くうちゃん」とサバトラ柄の「てんちゃん」です。

2匹とも雑種の保護猫ちゃん、我が家に来た時にはくうちゃんが9カ月、てんちゃんが4カ月でした。(4月現在、11カ月と6カ月)

以前よりペットを飼いたいと思っていましたが、当初はペットショップを巡りながら「犬にしようか、猫にしようか」と考えていました。そんな中たまたま

知り合いのボランティアさんから「保護猫を飼わないか？」という話をいただきました。

かわいい写真を見て一目ぼれ!! 日中は家には誰もいないので、寂しくないように1匹ではなく2匹迎え入れることに。我が家にお迎えした当初は警戒するかな? と思っていましたが、幼いてんちゃんは初日から新しい部屋に興味津々で遊びまくり、少し年上のくうちゃんは警戒しつつも自分のお気に入りスペースを見つけていました(笑)

一緒に生活し始めて2ヶ月ほど経ちましたが、生活は大きく変わりました。朝、起きたら猫の世話、帰ってきたら猫の世話... 暇になったら猫とじゃれ合う。そしてたまに引っ掻かれ(;-D-;))

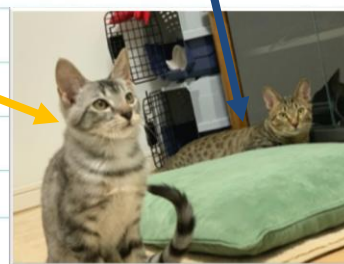
すっかり猫中心の生活です。大変な事もありますが、毎日が賑やかになり楽しい毎日です♪

最近ではコロナ禍の影響でペットを飼う人も増えたようですが、一方では飼育放棄も増えているそうです。ペットを飼う際にはきちんと責任をもって、ペットも人間も幸せに過ごせるようにしたいですね! ナニナニ(※'=V=)っ(=^ω^=)ニャー

また可能なら身寄りのない保護犬や保護猫を候補に入れていただけると大変嬉しいです。

くうちゃん(オス)

てんちゃん(オス)



もずくとたけのこの卵スープ

もずく

もずくのぬめり成分であるフコイタンは、コレステロールを排出したり、糖の吸収を抑えて血糖値を上げにくくする働きなどがあります。

たけのこ

新陳代謝やエネルギー代謝など体内のさまざまな働きをサポートする亜鉛が豊富。また腸内にある有害物質を排出する効果がある食物繊維が豊富です。

春のおすすめ食材





しのぶさんのひとりごと

口臭はマスク生活の内に快全しよう!!

4月

こんにちは 薬局ジョインの尾崎しのぶです

今は外出時は必ずマスク着用、他人の息も気にすることは少ないですね
数年前の事ですが、電車の中で二人の若い女性の会話が聞こえてきました。

A子: 付き合っていた彼が すごいいい人なんだけどおーめ、ちや口臭が
ひどいんだよ〜話をするたびに悪臭がわぁ〜んと漂ってくる。何を食ったら
こんな臭いになるのかわからん!! どんなにいい人でも口臭には耐え
られないよ!! 口臭って自分では気づけないのかなあ〜

B子: 彼に言えばいいじゃん ロが臭いんだけど〜って

A子: そんなの言えないよお〜 だから… 別れた!!

B子: ええー 口臭で別れたの?! そんなことで!!

A子: うん。と彼女… ロが臭いてやっぱり耐えられなくて私もわかる。

その電車での事を家に帰って主人や息子に話をしたところ、「お前も口臭

あるぞお〜!!」「えええ〜!! 私も?!」息子にも聞くと「お母さんも臭いよ!!」

私も? 口臭あるの? ショックで愕然としました。これは自分ではわからない

誰かが言ってくれないと…誰が言うの?! やっぱり家族でしょうー

彼にも「あなたのロが臭いから彼女にふられたのよ」と真実を伝えて

あげたい。そうすると彼は何らかの方法で対策を考え、彼女とも別れ

ることもなかったかもしれません。ロの臭いが気になる方

まずは、歯医者さんに受診して口腔内治療をすること。

そして、薬局ジョインで口臭対策をご相談ください。

マスク生活の内に改善しておきましょう。お手伝します。



かかりつけ薬剤師の知っ得情報!

今回のテーマは「薬の飲み方 薬の量」です。

本当にあった薬のこわ〜いお話

患者さん: 「お薬がなくなっちゃったので出してもらえますか?」

薬剤師: アレ? まだ残っているはず
だけど、なくされたのかな?

「どうされました?」

患者さん: 「多く飲めばよく効くか
と思って飲んだら、足りなくなっ
てしまった」

薬剤師: エエ〜

お薬の量は、症状や年齢などによって、効果や
副作用、そのほかいろいろなバランスを考え決
められています。

薬の量を変えることで、期待した薬の効果が
出ないばかりか、副作用が出る確率が高くなっ
てしまう危険があります。



とんぶくなどお医者さんが「自分で判
断して調節をしていいです」と説明が
ないお薬は、自己判断で薬の量を変え
て飲むことはしないでください。

