

健康の輪

より健康に、より楽しく

健康だより No.89 2017年 2月号

健康工房

健康相談
漢方相談

蒲郡市八百富町 12-17
Tel 0533-67-3117

薬局ジョイン

痛い！出血！つら～いお尻の悩み

きれ痔
(裂肛痔)

いぼ痔
(外痔核)

ホノミもへじ

はしり痔
(内痔核)

で痔
(脱肛)



痔は痛く、ツライものですが、相談しにくいですね。しかし、きちんと治療をしないと、なかなか治りません。
放置して悪化すると、手術になる場合も…。
お悩みの方はぜひ当店に早めのご相談下さい！



痔の原因を知って対策すべし！

原因その1

便秘やトイレ時間が長く
排便時のいきみが強い、
長時間同じ姿勢をとる

原因その2

アルコールや辛いもの
の摂り過ぎ、
長時間歩き回ることや
座りっぱなしのことが多い、
冷え、ストレスなど

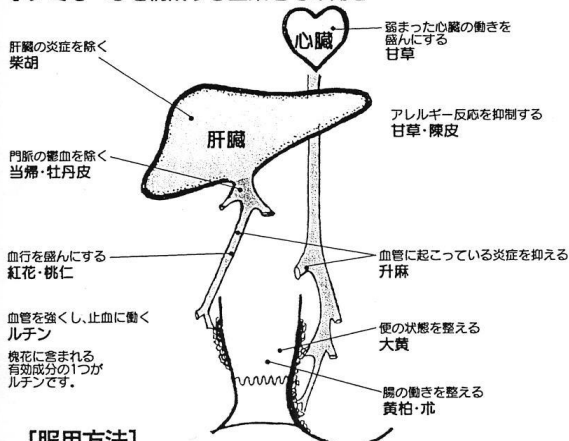
原因その3

便秘などによって、
硬い便を無理に出そうとして
刺激で切れることが多い
慢性的な下痢による炎症、
便秘がちな女性に
多く見られます。

痔の漢方薬
ホノミ もへじ

痔は体の中から治すことを お勧めします

ホノミもへじを構成する生薬とその働き



【服用方法】

- 軽い症状の場合／1回1カプセル 1日3回随時服用
・軽い症状でも大事をとった方が良く考える場合は…1回2カプセル 1日3回随時服用
その後様子をみて1カプセルに
- 急性症状の場合／1回2カプセル 1日1回～3回
・大便が軟らかすぎる場合は
1回2カプセル 1日1回随時服用
- 慢性症状の場合／1回2カプセル 1日3回
・その後の様子をみて1回1カプセルに



ホノミ もへじ
(カプセル)

薬局ジョインのアルコレ

「飛蚊症」ってご存知ですか？

ゴミのような物が視界に常に浮遊して見えます。病院に行っても生理的飛蚊症は老化やストレスによるものと言われ治療方法はありません。そんな方に「アイリタン錠」です。

目に必要な栄養素が不純物と徐々に溶解してくれ、先日もアイリタンを飲んでいただいた方が徐々に飛蚊症が良くなり喜んでいただいています。実は私もそうなのです。

(注) 一部 眼病が原因のものもあるので検診は必要です。

♡ バレンタイン企画 ♡

チョコレートをつくって
お得な割引券をゲットしよう！

日程：2月13日～2月15日

条件：3,000円以上お買い上げで1回



あくあ通信

ミニ

2017年
2月号

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。薬局ジョインのタクマです。1月に入ってから急に寒さが増し、1月中旬には雪も降りましたね。

そんな寒い日が続くと、やはり温かいものが食べたくなりますね！

私は最近お気に入りのお店を見つけ、たまに仕事が終わった後に名古屋の伏見まで赴き、鍋やお刺身を食べに行きます(片道車で1時間半もかかります!) 「磯宙」という海鮮系居酒屋さんなのですが、アットホームで、スタッフさんが話しかけてくれます(^^)

そんな時、薬局ジョインは皆さんにお越しいただいき、満足してお帰りいただいているのかなあと考えたりしております。

薬局ジョインも皆さんの元気と健康をご提供出来よう頑張ります！

わたしのひとりごと



今年こそは〇〇を続けます？ No.81



2月



こんにちは 薬局ジョインの尾崎しのぶです。

年をとると月日の流れるのが速いと言われますが、年々速く感じています。これって年をとったってことですかねえ〜。新年を向え今年はどうな年になるかと考えてみましたが…毎年計画だあれ、2〜3か月もたてばすっかり忘れてしまい 日常生活に流され年末になると、

今年も続かなかつたと反省するばかりです。イヤイヤそれじゃあいいじゃない！ 今年こそは何かしっかり続けていこうと意気込んでいた私です。じっくり考えるとやはり「健康一番」かな〜。今までも薬局として健康に関することは学び本屋さんに行くと健康に関する本をいっぱい買って 本箱の中には…運動の本、食事の本、精神の本 などなどがいっぱい詰まっています。

そんなことを考えている時に、喫茶店に入りコーヒーを飲んでお会計を済ませているとレジ横にヨガ教室のパンフレットが置いてありました。「ヨガ教室」これいいかも〜。今年は何と運動を目標にしよう。時間は月1回土曜日の夕方から…まずはここから初めよう。家に帰ってさっそく電話をしました。初めてのヨガ教室に参加して 他の生徒さんはもう慣れていてサッサと自分のヨガマットを床に敷いて準備され 私はヨガマットすら持っていないと先生にお借りしました。さまざまなヨガポーズを呼吸に合わせてゆっくりと体をほぐしながら時間が流れていきます。

日常生活の中では絶対にしないであろうポーズです。



両手を肩に置いてゆっくり後に引き両肩甲骨を寄せ合っていく……などなど…終了後は体も心もスッキリです。これなら続けられるぞ〜！ と思っていました。

2〜3日後になると肩甲骨あたりが「筋肉痛!!」いゝえ今年こそは続けます。皆さん半年後または年末に私に聞いて下さい。「しのぶさん(奥さん) ヨガ 続いている?!」って その時「もちろん続いているよ?」とハッキリ言う自分だった…と思っただけあなたは今何をしてますか?! 教習下さいね。



気軽な相談から、じっくり相談まで 健康相談・漢方相談をお気軽にどうぞ



「赤ちゃんがほしい」

子宝相談

一人目妊娠、二人目妊娠
自然妊娠をご希望の方
人工授精、体外受精の
妊娠力を上げるご提案

「つら～い痛み」

痛みの相談

ひざの痛み、腰の痛み、肩
の痛みなどの関節痛
神経痛、筋肉痛、打撲痛
足などのケイレンのご相談

「正しいダイエットを教えて！」

健康ダイエット

「もうリバウンドしたくない」
「健康的にやせたい」など。
あなたの体質・生活習慣に
合わせたダイエットです。

「誰に相談したらいいの？」

精神・神経相談

心のストレス、体のストレス
は、脳を疲れさせてしまい、
自律神経の乱れを起こし、
体調不良につながります。

「女性のつらい症状」

女性の悩み相談

生理不順、生理痛、冷え、
更年期障害、貧血、肩こり
女性ホルモンのバランス、
血流を整える漢方がお勧め

「疲れ、やる気が出ない」

慢性疲労の相談

いつも疲れている。
朝スッキリ起きられない。
すぐに横になりたがる。
ハツラツとした毎日に！

「我慢できないかゆみ」

アトピー相談

お肌のダメージを素早く直
し、潤いを保てる状態に。
腸管免疫を整え、免疫バラ
ンスのとれる体づくりを提案

「人に言えないつらい症状」

痔の相談

痛み、出血、腫れ
「痔はお尻のしもやけ」
血行障害、排便不良です。
体の中から、飲む痔の薬。

「胃がスッキリしない」

胃腸の相談

「胃は健康の入り口」
「病気はまず胃から治せ」と
言われます。あなたに合っ
た胃薬をご提案します。

「私の体に合った薬は？」

便秘の相談

1 日でも排便がないとのぼ
せなどがある方。2～3日
便秘でも平気な方。
あなたに合った便秘薬を。

「不快な気分になる」

めまい・耳鳴り

疲労、ストレス、寝不足など
は、めまい・耳鳴りの症状を
悪化させてしまいます。
血流、水分代謝がポイント

「飲む目薬ってあるの？」

目の悩み相談

眼精疲労、飛蚊症、白内
障、緑内障、視力低下、か
すむなど、目のお悩みはさ
まざま。飲む目薬をどうぞ

「スッキリした～い！」

ちくのう・鼻炎

漢方では、「鼻の症状を治
すには、まず胃を整えよ」と
言います。スッキリとした毎
日を送りましょう。

「薬局にもあるの？」

血圧・糖尿相談

どちらも血管を痛める病気
病院の薬で数値をコントロ
ールして、当店の漢方薬で
体をコントロールしましょう

その他にも

腎臓病、肝臓病、皮膚病、
不眠、がん対策など
人が本来持っている「自然
治癒力」を高めることで、病
気は改善します。

お気軽にご相談ください。