

DRUG&COSMETICS
ドラッグひとみ

ひとみ薬局和泉大宮店
藤井町1-14-39
南海和泉大宮駅となり
TEL.0120-45-8678
P)あり岸和田印刷さん横入りより8台

営業時間
平日 9時30分～夜8時
日曜のみ 9時30分～夜7時

※サンプルのない商品も少々ございますので、その際はご了承下さい。

春木店
春木宮川町6-4
森田歯科さん向い側
TEL.072-439-7481
P)あり旧ボボ口前

営業時間
朝9時30分～夜7時
定休日:日曜日

長崎屋岸和田店
春木若松町
ラパーク岸和田店内
TEL.072-493-7500

営業時間
平日 10時～8時
日曜 9時～8時
年中無休
長崎屋岸和田店では日用品の取扱いはありません。

至春木駅
公民館
P
ドラッグひとみ春木店
和泉大宮

全国病院・クリニックの処方箋受付中。在宅介護の相談、お気軽にご相談下さい。

おくすり屋さんの知恵袋



「花粉症」は
早めの対策を

毎年2月ごろからスギ花粉、続いて春先からはヒノキの花粉が飛び始めます。すでに花粉症にかかっている人にとっては、とてもつらい季節です。今までは花粉症と関係なかった人でも、ある年から急に症状が出ることもあるので注意が必要です。

花粉症の代表ともいえるスギ花粉に加え、ヒノキやブタクサなどの花粉によるものを加えると、日本人の4人に1人が花粉症にかかっているといえます。

花粉症の三大症状は、「くしゃみ・鼻水・鼻づまり」ですが、これらの症状だけでは、ほこりなどによる軽い鼻炎と区別が付きません。また、風邪とも間違えやすく、風邪薬を使って我慢して症状を悪化させてしまうこともあります。

花粉症とカゼを見分けるポイントは、くしゃみの回数と目の症状です。風邪のくしゃみは、一度に3〜4回程度ですが花粉症になると、7〜10回程度は続きます。しかも1日に数回連続したくしゃみがみられます。そして目の症状。目がかゆくなり、充血したり、涙が出てきたりします。こうした症状が1週間以上続く場合は早めに対策しましょう。



自分でできる
外出時の花粉対策

体内に入る花粉を減らすために、自分でできる工夫があります。春先になると鼻がムズムズしたり、鼻水がよく出るといった予備軍の人も、次のような対策を心がけましょう。とくに花粉との接触が多くなる外出時には注意が必要です。

対策1 花粉情報に気を付け、多い日はできるだけ外出を控える

テレビなどの花粉情報を見て、花粉が多く飛び日は外出を控えましょう。日本気象協会によれば、花粉が飛びやすいのは「晴れ、または曇りの日」「気温が高く、湿度が低い日」などで、とくに「前日まで雨で、その後大気が回復し、南風が吹いて気温が高くなる日」は注意です。

対策2 外出時はマスク、帰宅後は洗顔とうがいをする

外出時は必ず花粉症用のマスクをすること。また帰宅したら顔を洗い、うがいや鼻洗いでのどや鼻に付いた花粉もしっかり洗い流します。スチーム吸入によって、荒れたのどや鼻の粘膜をケアするのも、症状の緩和や予防に効果的です。

対策3 服装にも気を付ける

コートや上着は、花粉が付きにくいポリエステル製などの素材を選びましょう。帽子やメガネを着用すると、より花粉を防ぐことができます。また、玄関先にブラッシングして花粉を落とし、室内に持ち込まないようにすることも大切です。



日常生活の
花粉対策

日常生活でも、できるだけ花粉の影響を少なくするため、次のことを心がけましょう。

対策1 掃除をこまめにする

カーペット、畳、カーテンなどに付着した花粉を取り除くには、こまめに掃除することが一番です。掃除のときにはマスクをしましょう。

対策2 洗濯物はよくはたいて取り込む

洗濯物を取り込むときには、よくはたいて花粉を落としましょう。干した布団などを取り込むときも同様です。

対策3 窓の開閉は慎重に

花粉が多く飛び日と飛ぶ時間(日中が多い)には、閉め切るようにしましょう。

対策4 ストレスをためない

ストレスがたまってイライラするとアレルギー症状は悪化します。花粉症そのものがストレスになるので、できるだけ気分転換をしてストレス解消を図りましょう。

対策5 たばこやアルコールを控える

たばこはのどや鼻の粘膜を荒らし、症状を悪化させる原因となります。また、アルコールは鼻粘膜を充血させ、鼻づまりをひどくする一因になります。花粉症のときには、どちらも控えるようにしましょう。

花粉でお悩みの方へ

花粉による「鼻炎対策」は「丈夫な粘膜」をつくることです。

- ◎花粉による目のかゆみとくしゃみ・鼻水に!
- ◎一時抑えてでなく、根本治療を望まれる方。

体質改善の成分

漢方薬 体の中の老廃物を出す。	ビタミンB群 粘膜・皮膚の強化。	カルシウム カルシウム不足を補います。
整腸剤 腸内環境の正常化。	肝機能改善剤 肝臓の代謝を良くする。	抗ヒスタミン薬 アレルギー症状を抑える。



第2類医薬品

220錠	3,024円	税込
440錠	5,292円	税込
880錠	9,504円	税込

◎点鼻薬や目薬もご相談ください。症状にあったお薬をご提案します。



新生活! 環境の変化に 負けないカラダづくり



カツオの肝臓
エキス配合!!

体力UP 免疫力UP 集中力UP
元気の源 アミノ酸

売れ筋No.1!!



カラダに必要な
必須アミノ酸
ビタミン・ミネラルが

ギューッと凝縮!!

レバコールは効率よく筋肉・血管・血
となる天然のアミノ酸です。

「こんな症状の方に」
レバコールシリーズ! ぜひお試しください。

胃腸虚弱 | 肉体疲労 | 虚弱体質 | 病中・病後に | 食欲不振 | 貧血気味

第2類医薬品
売れ筋No.1!
レバコール
1日10mlで効く!
4本入りなら1日あたり約70円
250mLx2 3,888円
250mLx4 7,020円

第2類医薬品
女性に
おすすめ!
レバコールS
前飲ノ
にもみか
フェイン
におやす
み
300mL 3,240円
300mLx2 6,156円
300mLx3 8,856円

第2類医薬品
飲みきりタイプ!
しっかり疲れ
を取りたい方
におすすめ!
レバコール
ロイヤル
パンリパー
200mg配合!
30mL 540円
30mLx10 4,104円
30mLx30 10,692円

第2類医薬品
ノンカフェインで
おやすみ前にも
疲れを明日に残さない
レバコール
ロイヤルS
ローヤルゼリー
配合!
30mL 540円
30mLx10 4,104円
30mLx30 10,692円

第3類医薬品
子どもの
保健薬!!
レバコール
子ども
お子様用のレバコール
バナナ風味で
飲みやすい!
100mLx2 2,052円

「疲れすぎ」に要注意

のぼせ・めまい

血圧は大丈夫ですか?ホルモンのバランスがメニエルの場合は内耳リンパ液の増加に困っても起きます。

肩こり

肩のこり、首筋のこり...つらいですね!こんな石のような症状にも、身体を動かすように留意しましょう!

冷え症

一年中靴下の放せない貴女!生野菜、果物、甘いもの、などが原因ですよ!

頭痛

内蔵の冷えにより、水毒がおき、頭の中の血行不良が原因!

手足のしびれ

血液が身体の隅々まで流れていないのが原因。代謝機能の低下により、体温が下がり、血流が悪くなっている。

生理痛・生理不順

身体が疲れたり、ストレスがかかったりすると、身体の冷えが起き、ホルモンのバランスが乱れます。

などでお困りの方

若甦

をお試し
ください。

さまざまな症状に
合わせたお薬を
取り揃えています。

な動体だる
か...くて



当店
オススメ!

若甦! じゃっこう
とても良いですよ!

「ぐっすり眠れるようになった」、「冷えを感じる事が減った」、「体がむくみにくくなった」など、

温めて 温めて 温めて
また温める
お湯割で飲むと
すぐに体が温まる
毎日の
疲労回復!

これ、健康の秘訣

第3類医薬品
若甦
内服液G
30mLx5
1本 648円
5本 3,240円
ノンカフェインあり

それが薬用人参の力です!

いつも肩がこって
なかなか疲れがとれない方に

第3類医薬品
若甦錠S
(120錠) 3,888円
(240錠) 7,020円
S
PKO TABLETS
120錠

疲れがひどい人、
疲れが抜けない人に

第2類医薬品
若甦
紅参+ゴオウ+
ビタミンE配合
若甦インペリアルソフトカプセルα
(60カプセル) 8,640円
(120カプセル) 16,200円

大切な眼だから良い物を選びましょう...

「ルテイン」と「ゼアキサンチン」
で光の刺激を和らげ眼のコントラスト感度を改善します。

- こんな気になる症状の方へ
目のサプリメント
- 目が疲れる
 - ドライアイ
 - 飛蚊症
 - モノがゆがんで見える
 - 視力の低下
 - 白内障
 - 目がかすむ
 - 黄斑変性症

ほろけを解消し
視界スッキリ!
健康食品
生薬
ひとみに
ルテイン
ゼアキサンチン
1日1粒の習慣で
大切な目を守ります。
飲む目薬
ひとみに
ルテイン
30粒
4,320円