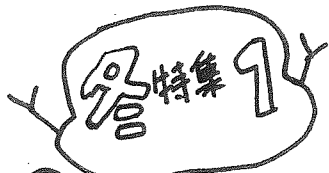


健やか生活応援団 二葉薬局

二葉だより No.8

2008. 12月発行

★毎月保険証の確認を
させて頂いております。
ご協力お願い致します。
★お薬手帳をお持ちの方は、
処方箋と一緒にご持参下さい。



風邪とインフルエンザの違い

	風邪	インフルエンザ
進行	ゆっくり	急激に進む
発熱	37℃～38℃	40℃前後
せき・鼻水	ひき始めに出る 長くて1週間続く	後から出てくる 長く続く
関節痛	軽い	強い

チェックがいたら
要注意!!

早めに症状チェック
→ ←

- 地域(学校・仕事場)
| でのインフルエンザの流行
- 38℃以上の発熱・寒け
- 関節痛・筋肉痛
- 体がだるい

予防の6原則

- 1 予防接種を受ける。
- 2 栄養と休養を十分にとる。
- 3 人ごみを避ける。
- 4 適度な温度・湿度を保つ。
- 5 マスクを着用する。
- 6 手洗いうがいをする。

あれ? 予防接種を受けたのに
インフルエンザにかかった!!

インフルエンザワクチンは、毎年流行しそうな型を予測して作られています。違う型が流行った時など100%かからないというわけではありません。しかし、万が一かかったとしても、重症化を防ぐことができます。特に高齢者や小児はできるだけ受けるようにしましょう。



※インフルエンザの疑いがある場合は、
自己判断せずに

早めに医療機関を受診しましょう!!

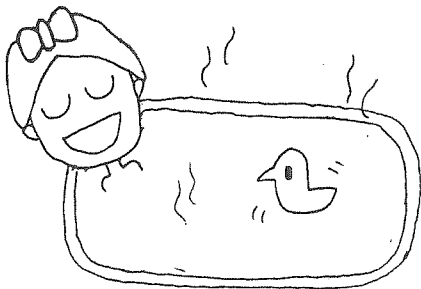


乾燥肌対策

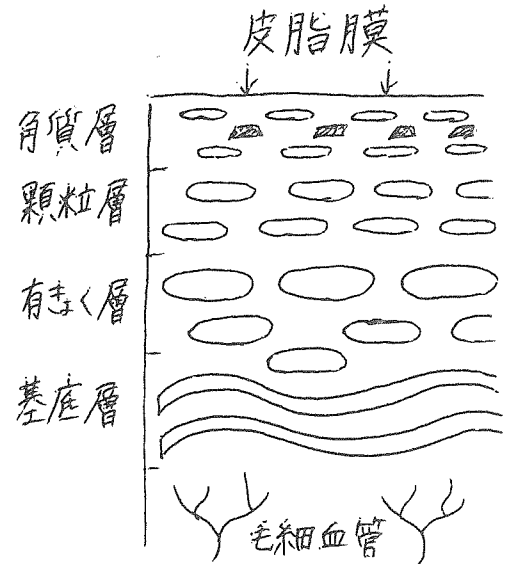
乾燥肌とは...肌から必要以上に水分が蒸発してしまう現象。

対策ポイント

- ・熱いお湯の長時間入浴はしない。
- ・保湿効果のある入浴剤はさける。
((暖めすぎるとかゆみが増す為))
- ・タオルでのこすりすぎに注意。
- ・保湿剤をぬる。



乾燥肌を防ぐ膜(皮脂膜)を守り、水分を蒸発させないこと。



医薬品の使用期限について

最近 病院や薬局からのお薬にも使用期限が記載されているものが増えてきました。

例)

2011.03

西暦2011年 3月

年月日は西暦で記載されますので、注意して下さい。



地域の皆様の健康のために

二葉薬局グループ

<http://www1.ocn.ne.jp/~futaba-k/>

(有) 二葉薬局	0984 (22) 8244	二葉薬局野尻	0984 (44) 2828
二葉薬局	0984 (25) 5500	二葉薬局細野	0984 (21) 0770
二葉薬局堤	0984 (25) 0373	二葉薬局高原	0984 (25) 6011