


- ★ 毎月保険証の確認をさせて頂いております。ご協力お願いいたします。
- ★ お薬手帳をお持ちの方は処方箋と一緒にご持参ください。



地域の皆様の健康のために 健やか生活応援団 **二葉薬局グループ**

二葉だより No. 14 2010. 6月発行

ストップ!! タバコ!!

循環器疾患

タバコに含まれる、ニコチンと、酸化炭素の影響により、心臓や血管の障害を起しやすくします。

- ・血液どろどろ
- ・心臓への負担

呼吸器疾患

煙にさらされて、酸欠状態になる他、発がん性物質が直接接触する為、炎症を起しやすくなります。

- ・喘息
- ・慢性気管支炎



がん

発がん性物質のタールが唾液と一緒に飲みこまれます。

- ・肺がん
- ・胃がん
- ・肝がん

消化器疾患

ニコチンが胃壁を収縮させ、循環や酸素栄養の補給を阻止します。

- ・胃潰瘍
- ・十二指腸潰瘍

受動喫煙者

受動喫煙があるとタバコを吸わない人の健康も損われます。空気清浄機はタバコの臭いは除去しても、有害物質を全部取り除くわけにはありません。

家族を思うあなたはたばこを禁煙を選ぶが成功させられるはずですよ。

タバコ依存度チェック

- 起床時すぐタバコを吸う
- 喫煙を禁じられている場所でも我慢できない
- 平均してタバコを20本以上吸う
- 他の時間帯より起床時間の方が吸う本数が多い
- 病気で1日中寝ている様な時でも吸ってしまう。



タバコ依存症

紫外線は罪なやつ!!
 紫外線をブロックして夏老け防止!!

肌タイプ		外出時間		
		洗たくものを干すなど ~1時間	木の散歩や近所へ買いもの 1~3時間	ハイキングやスポーツ 3時間~
I型	赤くなるが	SPF 10	SPF 30	SPF 50
	黒くならない	PA +	PA +++	PA +++
II型	赤くたが	SPF 10	SPF 30	SPF 30
	黒くなる	PA +	PA ++	PA ++
III型	すぐ黒くなる	SPF 5	SPF 10	SPF 20
		PA +	PA +	PA ++

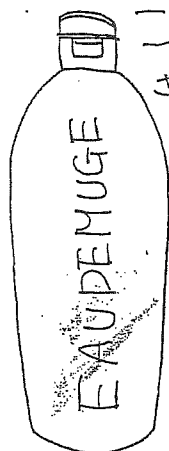
UVA
 しわ・たるみ等
 肌老化の原因に!!!
 UVB
 しみ・そばかす
 肌老化の原因に!!!

◎:これからの季節の対策が特に大切です!!

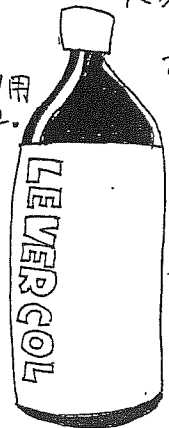
美白効果果もある
 ☆日焼け止めです。



しっとり白色タイプ
 SPF30 PA++
 さらさら肌色タイプ
 SPF56 PA+++
 各30ml ¥2625



ニキビ肌あれに。
 さっぱりとした保湿用ローション。
 ニキビ肌あれに!
 抗炎症成分配合で日焼け後のワイルダウリにも!!
 160ml ¥1018
 500ml ¥2930



真夏のお肌かけマスタ
 カツオの肝臓蔵からとれるアミノ酸たっぷり
 夏バテ防止にぴったり
 お肌もっつるツルツル
 コラーゲンやうるおいのもとにもなるんです!!
 2本 ¥3780
 4本 ¥6825



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