

「食事をおいしく! 胃腸を元気に!」

お腹のおクスリ特集!

胃の不快感?!
そんな方に
食後の大草

胃腸に
染み渡る
ドリンクタイプ



おなか
スッキリ!

ビフィズス菌

納豆菌

消化酵素



第3類医薬品
大草胃腸散顆粒
(分包装)
22包... 1,375円(税込)
46包... 2,420円(税込)
88包... 3,960円(税込)

食べ過ぎ、胃のもたれ、
胃もたれ、
二日酔いの
むかつきにも。

第2類医薬品
大草胃腸薬内服液30
30mL×2... 990円(税込)
30mL×5... 2,200円(税込)



ロングセラー
大草胃腸薬の
内服液タイプです。



第3類医薬品
新コンチーム錠
180錠... 1,045円(税込)
360錠... 1,980円(税込)
600錠... 3,080円(税込)

「寒さや疲れに負けない!」

栄養剤特集!

風邪にも若甦!



第3類医薬品
若甦内服液G
30mL... 660円(税込)
30mL×5... 3,300円(税込)

薬用人参
有効成分サポニンを多く含んだ6年根
の薬用人参を中心に配合しています。

ゴオウ
牛黄
ビタミン

金の若甦!



蓄積疲労に...

蓄積疲労とは...
日々の生活の中で知らず知らずの
うちに溜まった疲れのこと

第2類医薬品
若甦インペリアル
ソフトカプセルα
10カプセル... 1,650円(税込)
60カプセル... 8,800円(税込)
120カプセル... 16,500円(税込)

筋力を維持したい!
良質なアミノ酸

レバコールは、鹿児島
枕崎で水揚げ
されたカツオの肝臓
エキスに、ビタミン、
ミネラルを配合した
総合保健薬です。
あなたの身体づくりに
オススメです。

カツオの肝臓
エキス配合



食欲が落ちて
いる、
そんなあなたに
体作りの
保健薬です!!

第2類医薬品
レバコール
250mL×2
3,960円(税込)
250mL×4
7,150円(税込)



日々の生活習慣が

胃腸の不調に繋がる?

チェック☑がいたら

要注意!

このようなことが原因で
胃腸症状がでやすくなります。

- ☑ 食べ過ぎたり、飲み過ぎたりすることがよくある。
- ☑ 外食の機会が増え、栄養バランスが偏っている。
- ☑ 早食いになったり、食事時間が不規則になる。
- ☑ 多忙や睡眠不足などにより疲れが蓄積している。
- ☑ 日常的にストレスを感じている。



胃腸トラブル予防に!

7つの生活習慣ケア

- 1 食事時間は規則正しく、腹八分目にする。
- 2 就寝前・起床直後は食事を控える。
- 3 味の濃いもの、脂肪分の多いものは避ける。
- 4 ストレス解消方法を見つける。
- 5 十分な睡眠をとる。
- 6 適度な運動を心がける。
- 7 過度な喫煙・飲酒は避ける。



胃痛、胸焼け、膨満感など、胃腸の不調を感じている方も多いのではないのでしょうか。
食べ過ぎ・飲み過ぎだけでなく、ストレス・喫煙などの生活習慣も影響すると言われています。

胃腸トラブルの原因を知り、働き過ぎた胃腸のために生活習慣をもう一度見直そう!

胃腸に
やさしい!

消化のよい おすすめの食材!

豆腐



良質なたんぱく質は胃腸にやさしい
食べ物の1つです。あたたかい豆腐
はより胃腸への負担が少なく、高野
豆腐などもおすすめです。

おかゆ・うどん

火を通し、やわらかく煮ることによ
り消化しやすくなります。さらに、
活動に必要なエネルギー源となる
炭水化物も摂取できます。



白身魚



脂肪分が少なく、たんぱく質も多いので、胃
腸が不調のときは煮つけにして食べること
がおすすめです。塩分が多くならないよう、
薄味がよいでしょう。

牛乳

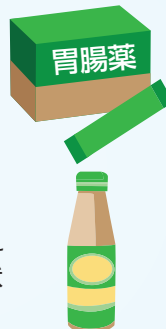


胃腸に負担がかからないだけでなく、
胃液の酸性度を抑えたり、胃壁を保護
してくれる作用もあります。ホットミル
クにして飲むことがおすすめです。

胃のケア

胃腸薬を服用する

胃腸薬を服用すると胃の働きを助け、
症状を改善して、早くラクになります。
もたれや食べすぎなど、弱った胃に効く
胃腸薬や、二日酔いのむかつきをおさ
える液体タイプなどもありますので、症状
に合わせて選択しましょう。



刺激物は控える

辛いものや塩辛いものは胃に負担が
かかります。また、タバコやアルコールに
ついては同様です。これらの刺激物は
胃酸の分泌を過剰に促すことがあり、
胃の粘膜を荒らしやすいので、体調が
回復するまでは避けましょう。



おクスリのご相談は、当店へお気軽にどうぞ!

使用済み切手を回収しています!

当店は、海外医療協会 JOCs サポートの活動に賛同し、ご家庭や職場にある
使用済み切手を回収しています。衛生的な環境や医療サービスを十分に得られない
発展途上国への医療従事者派遣などに役立てられますので、ぜひ協力ください。



このチラシは環境に配慮して
「植物油インキ」を使用しています。