

ゆずりはニュース

vol. 59

ゆずりはスタッフの
ちよこことーい

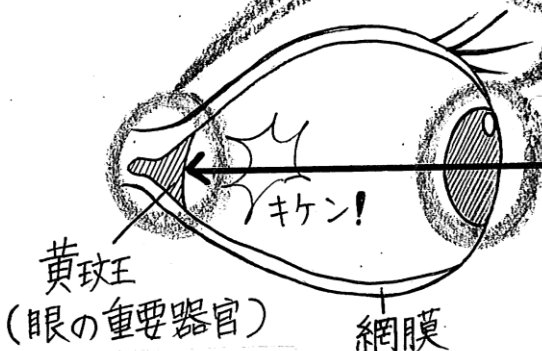
こんにちは、ゆずりは薬局登録販売者の片岡です。コロナの影響でなかなか外出できない日が続いていると思いますが、皆さんはどう過ごされていますか？外出できないもっぱらの私に関わは食欲に向いています。ずと家にいるのでおやつを食べる機会も多くなり体が重くなってきました。汗（汗）それでもちゃんと運動しようとは掛けています。30分のウォーキングとたまにスクワット等の筋トレもしています。3日坊主にならないようににしっかりと続けられるよう頑張りたいです。



ルテインで 眼を守ろう！

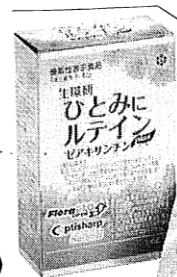
この部分にある
ルテインが減少すると
眼の病気のリスクが
上がります

ルテインが
紫外線・ブルーライト
から眼を守ります



紫外線
ブルーライトは
黄斑まで
入ってしまいます！

ルテインは
自分で作れません
ひとみに
ルテイン
1日1粒
¥4320



ゆずりは薬局

営業時間

☆お気軽にお越しください☆

月・火・木・金 9:00~18:00 / 水 9:00~16:00 / 土 9:00~12:30

〒718-0015

新見市石蟹65-5

TEL: 0867-76-2355

FAX: 0867-76-2356

夏は汗をかく機会が増えます。汗をかく日が続くことで生じやすい悩みのひとつとして、あせもがあります。あせもとは多量の汗をかいた後に、汗を出す管（汗管）が詰まって炎症が起こることのできるブツブツのことです。あせもには、皮膚表面の角層内で汗管が詰まる白いあせも（水晶様汗疹）と表皮内の汗管が詰まる赤いあせも（紅色汗疹）の2つのタイプがあります。白いあせもは、透明や白っぽい直径数mmの小さな水ぶくれができるだけでかゆみや赤みはありません。数日で自然に治ることがほとんどです。一方、赤いあせもは、1～2mm大の赤いブツブツでかゆみを伴います。

あせもができやすい場所は、首や背中、おなか周り、ひじやひざの内側などの汗が湧きにくい部分です。汗管が詰まる原因としては、多量に汗をかくことや汗管を物理的にふさぐことが挙げられます。具体的な要因は次の通りです。

○多量に汗をかく要因：高温多湿の環境での運動・発熱性疾患 など

○汗管を物理的にふさぐ要因：皮膚の汚れ、垢（あか）・湿布や絆創膏による汗管の被覆・密着した衣類・通気性の悪い衣類 など

あせもの治療は、かゆみ止めである抗ヒスタミン成分や炎症を抑えるステロイド成分（ヒドロコルチゾン酢酸エステルなど）を配合した塗り薬を用います。症状が軽い場合や子どもには、ステロイドを配合していないものや患部を乾燥させる酸化亜鉛を配合したものがおすすめです。

あせもを予防するためには、汗をかいたらすぐに清潔なハンカチやタオルで優しく拭き取り、入浴やシャワーで皮膚を清潔に保つことが基本となります。その上で、外気の温度や湿度に応じて、服装を調節したり、エアコンや除湿器を使ったりして汗をかき過ぎないように工夫しましょう

敏感肌の方でも使える！

日焼け止め **ACL** ミュルセラムUVミルク

保湿成分配合☆

紫外線などのダメージで乾燥しがちなお肌を潤して保護します。

ウォータープルーフ☆

汗にも強く、化粧くずれも防ぎます。



ノンケミカル処方☆

敏感肌・乾燥肌の人でも肌への刺激が少ないので安心して使えます。幼児のお子さまにもOKなので親子で使えます。

<SPF42, PA++>

30ml : 2860円



ご要望、ご相談等ございましたら、下記のメール、電話でも受け付けております。お気軽にご連絡下さい。

メールアドレス: info@yuzuriha-mj.jp

TEL: (0867)-76-2355