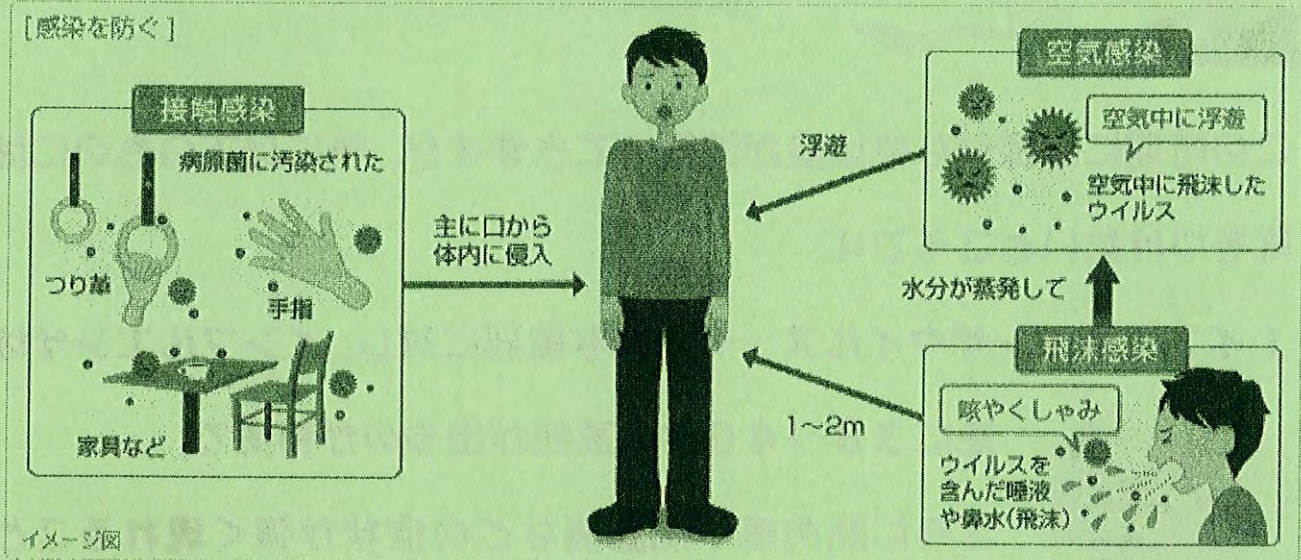


ウイルスの感染を予防するには！？

① 感染を防ぐ

以下の点に気をつけましょう



② ウイルスに感染しにくい体力づくり

- 空気が乾燥すると鼻や喉の粘膜が乾燥して体の防御機能が低下し、ウイルスに感染しやすくなります。また、気温が低いと血液循環が悪くなり、繊毛運動が弱ってウイルスが侵入しやすくなりますので、温度や湿度を適度に保つことが重要です。
- 十分や栄養と適度な運動
偏食を避け、バランスよく栄養を摂ることが大切です。予防効果を高めるにはビタミン群やアミノ酸の豊富な動物性タンパク質を取り、ウォーキング等で体力をつけ、免疫力を高めておくことも重要です。

ウイルスにかからないようにできる限り未然に防ぎ、
免疫力を高めておくことで秋～冬を乗り越えましょう

(有)学園ファーマシー

小平市学園西町2-18-2

TEL:042-345-9000 FAX:042-342-7252



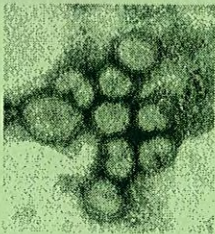
冬にかけて

流行する感染症に注意！



この時期には様々な感染症が流行ってきますが、特に以下のものには気をつけたいところです。

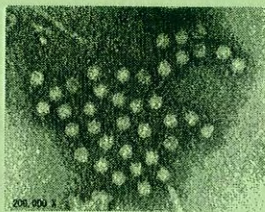
① インフルエンザウイルス…一般的な風邪に対し、インフルエンザは



急に38~40℃の高熱が出るのが特徴で、さらに筋肉痛や関節痛などの症状が強く現れることも。重症化すると抵抗力の弱い乳幼児や高齢者では命

に関わることもあるので要注意です。

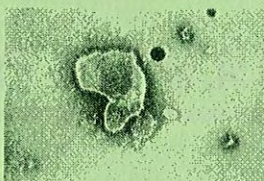
② ノロウイルス…生ガキのおいしい季節に登場します。カキなどの



魚介類の内蔵に付着しており、生のままで食べると感染する恐れがありますが、熱に弱いという性質を持っているので加熱すれば大丈夫です。また、

感染した人の嘔吐物や便から二次感染を起こすこともあります。

③ RSウイルス…主に11月から1月にかけて流行する、急性呼吸器



感染症。年齢を問わず発症するが、大人の場合は鼻風邪などの軽い症状で収まりますが、抵抗力の

弱い乳幼児が発症すると細気管支炎や肺炎を起こしてしまうので要注意です。

マフラー、コートが恋しくなったら...



風邪をひきやすい

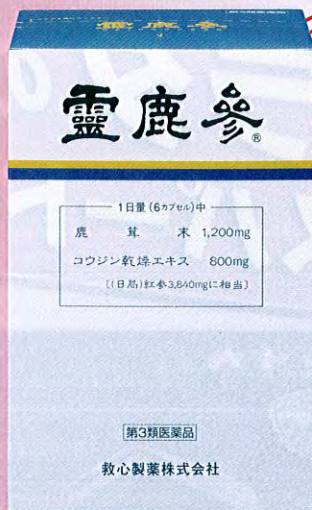


体が冷えやすい



冷えて足腰が痛む

寒い季節の体調管理に鹿茸製剤



おすすめですよ!



—鹿茸(ろくじょう)とは—
雄鹿のまだ角化していない幼角(袋角)を乾燥したもので、中国最古の薬物書といわれる「神農本草経(しんのうほんぞうきょう)」に収録され、生命活動の根幹とされる腎を補う優れた強壮生薬として用いられてきました。



霊鹿参

第3類医薬品
<効能>
次の場合の滋養強壮:虚弱体質、肉體疲労、病中病後、胃腸虚弱、食欲不振、血色不良、冷え症

活命参

第2類医薬品
<効能>
次の場合の滋養強壮:虚弱体質、肉體疲労、病中病後、胃腸虚弱、食欲不振、血色不良、冷え症

救心製薬

中学・高校・
大学入試

社会人の昇格試験・
資格取得

冬本番! 受験生の フル回転した頭の疲れに。



能活精でアタマとカラダの 疲れをケアしてラストスパート!

第3類医薬品

能活精®

<効能>

次の場合の滋養強壮: 虚弱体質、肉体疲労、病中病後、
胃腸虚弱、食欲不振、血色不良、冷え症、発育期



肝臓が忙しくなる 季節になりました！



○アルコールは肝臓の酵素で分解されます

お仕事やお付き合いのお酒も多くなり、お忙しい毎日をお過ごしのことと思います。皆様、体調はいかがでしょう？

この時期は肝臓がフル活動する季節です。アルコールは肝臓で**酵素**により炭酸ガスと水に分解されます。

しかし**酵素**が元気でないと、アルコールはしっかり分解されず**二日酔い**や**疲労**の元となります。

○酵素のエンジンはミネラルです！

体の酵素は、**亜鉛**や**セレン**といったミネラルがエンジンとなって動かします。

牡蠣には**亜鉛**や**セレン**等が豊富に含まれております。それらは免疫力を上げたり、肝臓や胃腸の働きを助ける作用があります。ミネラルをバランスよくとって酵素を元気にし、肝臓も元気にしていきましょう♪

忙しい年末へ、当店オススメの一品あります。
健康に関すること、お気軽にご相談ください♪

学園ファーマシー TEL : 042-345-9000

「めまい」は脳からの SOS

めまいに悩んでいる方は多く相談にいらっしゃいます。
めまいの原因は色々ありますが、脳での血の巡りをよくすることで改善する機会が多いため、脳からのSOSサインのひとつと言われています。

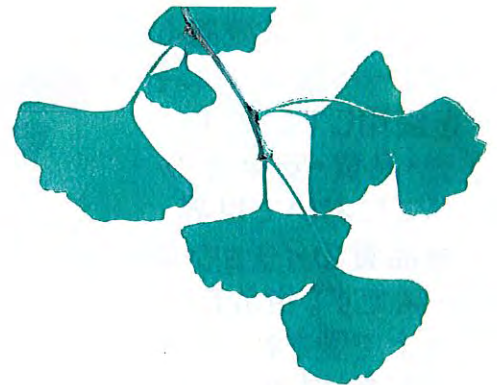


脳が SOS を出す状態つまり、脳が疲れてくると、脳梗塞などの病気を引き起こす原因になるだけでなく、自律神経や内分泌(ホルモン)、代謝などにも影響を与え、めまいだけでなく、頭痛、頭が重い、眼の疲れ、物忘れ、耳鳴り、イライラしやすい、不眠、ボーっとするなど様々な症状を引き起こします。



脳の疲れを改善するには、「ヨーロッパ イチョウ葉」が効果的です。

イチョウ葉から作られた認知症治療薬「テボニン」で有名なドイツにあるシュワーベ社では、45年以上前から医薬品としてイチョウ葉を発売し多くの成果をあげてきました。日本でもめまい専門医院の医師が、その効果を高く評価しています。



その後の研究によりイチョウ葉は1日に240mg~360mgを摂取することで「めまい」だけでなく、耳鳴り、頭痛、肩こり、記憶力低下、痺れ、活性酸素の除去、動脈硬化、痴呆、糖尿病の合併症、冷え症、生理痛、足腰の冷えや痺れ、アレルギー、不眠など様々な症状に効果があることがわかってきました。

めまいには大きな病気が隠れていることもあります。脳からの SOS をそのままにせず、ご相談ください。

当店が GBE-24にこだわる訳

動脈硬化の予防や改善に！

血液をサラサラにするだけでなく血管をしなやかに保ちます。血圧の高めの方や肩こりのひどい方に。

急増中の認知症予防に！

アルツハイマー型認知症や血管性認知症の予防効果実績があります。

目の健康維持に！

眼底動脈を開き、血液循環を良くし、目の健康に役立ちます。目薬が手放せない方に。



糖尿病の方に！

末端の血流を改善し合併症を予防します。糖尿病の方はアルツハイマー型認知症にかかりやすいので、特におすすめします。

世界No.1のエクス！

50年以上の伝統あるシュワーベ製薬のエクスを使用しています。歴史・品質・安全性のすべてにおいて世界最高品質のイチョウ葉エキスです。世界50ヶ国以上で愛されている実績があります。



脳梗塞予防に！

脳梗塞を一度おこしたことがある人は、次の梗塞で半身不随、さらに次の梗塞で命の危機があると言われる。どうかご注意ください。

排尿障害の方に！

夜間、トイレが近い方や、オシッコがすっきり出ない方に。

めまい・頭痛持ちの方に！

脳内血流の促進しますので、めまい、頭痛の改善におすすめです。

手足の冷え・しびれに！

末端の血行障害を改善しますので、冷えやしびれがある方におすすめです。

髪の毛より細い毛細血管に効き目を発揮するのは、イチョウ葉エキスGBE-24だけ！

**血管と血液を若々しく保つため、みなさんに
飲み始めていただきたい製品です。**

口内炎ってどうしてできるの？



口の中が傷つく

体調が悪かったり、過労または食生活の偏りにより抵抗力が低下していると、口の中をかんだりした時に傷つきます。



ウイルスが侵入

その傷口から口内炎を引き起こすウイルスや細菌が進入し、暴れだします。



口内炎

すると、ウイルスや細菌は傷口をさらに傷つけ水泡ができます。その水泡が破れると穴が開き、口内炎になります。



口内炎はミネラル（タンパク質の合成に必要な亜鉛など）が足りていないと、なりやすくなります。

海のミルクといわれる牡蠣にはこれら亜鉛やセレンが豊富に含まれています。バランスの良い食事を心がけ、ミネラルをしっかり摂っていきましょう♪

当店オススメの一品あります。

健康に関すること、お気軽にご相談ください♪

学園ファーマシー TEL : 042-345-9000



一年の疲れ

背負っていませんか!?

ごおう
伝統生薬 牛黄で血力

れいおうさん
救心製薬 靈黄参



ごおう
牛黄は、血の余分な熱を取って血流を

改善することで、血が多く存在する

心臓、肝臓、脳、腎臓などの
機能を高める効果があります。

牛の胆のうの中に
ごくまれに発見される
褐色の小球塊

牛黄と人参の組み合わせにより吸収が
良く速やかに効果を発揮します。

インフルエンザ、感染症、慢性疲労、
脳卒中、肝炎、ガン、認知症など、
広く服用されています。

お守り薬として靈黄参をお備え下さい。



靈黄参

1日量
牛黄 100mg
人参 600mg
ニンジン 300mg

※水戸黄門様の印籠の中には牛黄が入っていて

旅の疲れ、強心、鎮痙、解熱、毒消などに服用しました



入荷しました

ぜひ！

生姜湯



ホッと
温まる

大人の
田七生姜湯

新商品

5包入 税抜

500円です！

こだわりの

高知県産の生絞り生姜を
たっぷり使い

貴重な田七人参末も配

合したレシピ！

本くず粉 陳皮も

入っています

甘さは二温糖 黒砂糖

蜂蜜で上品にまとめ

あります

紀州梅エキス入りで

飲み口さっぱり

心と身体
健やかに……



クリスマスプレゼントや

お年賀にも素敵です★



なんとかしたいこれらの症状



・プラセンタとは・・・

プラセンタとは哺乳類の胎盤のことです。胎盤は胎児と母親を結び、胎児の各種臓器の機能を代行する臓器ともいえます。

この臓器は10ヶ月で子供を成長させるいわば万能器官といえます。

風邪を引きやすい人
寝ても疲れがとれない人
生理前後の体調不良に



プラセンタ製剤

(高齢者の方から若い方まで)

プラセンタには体のつらい症状を改善するのに必要な栄養素が豊富に入っています。

血行促進、ホルモンバランスや自律神経が調節され、体の不調が改善されます。



プラセンタで
快適な毎日を過ごしましょう!

薬理作用

- 血行促進作用 ● 造血作用 ● 疲労回復作用
- 自律神経調節作用 ● 内分泌調整作用
- 強肝作用・解毒作用 ● 活性酸素除去作用 など

医薬品プラセンタの老舗メーカー品

「**ビタエックス**」をお薦めします

- 第2類医薬品
- プラセンタを販売し続けて50年以上(工場:京都府京都市)
- プラセンタ原料 豚(国産100%)



(有)学園ファーマシー

小平市学園西町2-18-2

TEL:042-345-9000 FAX:042-342-7252



健康とカルシウムの関係

生命維持に欠かせないカルシウム

口から摂取したカルシウムは血液中に入り、細胞や骨に使われる。

細胞を動かせる

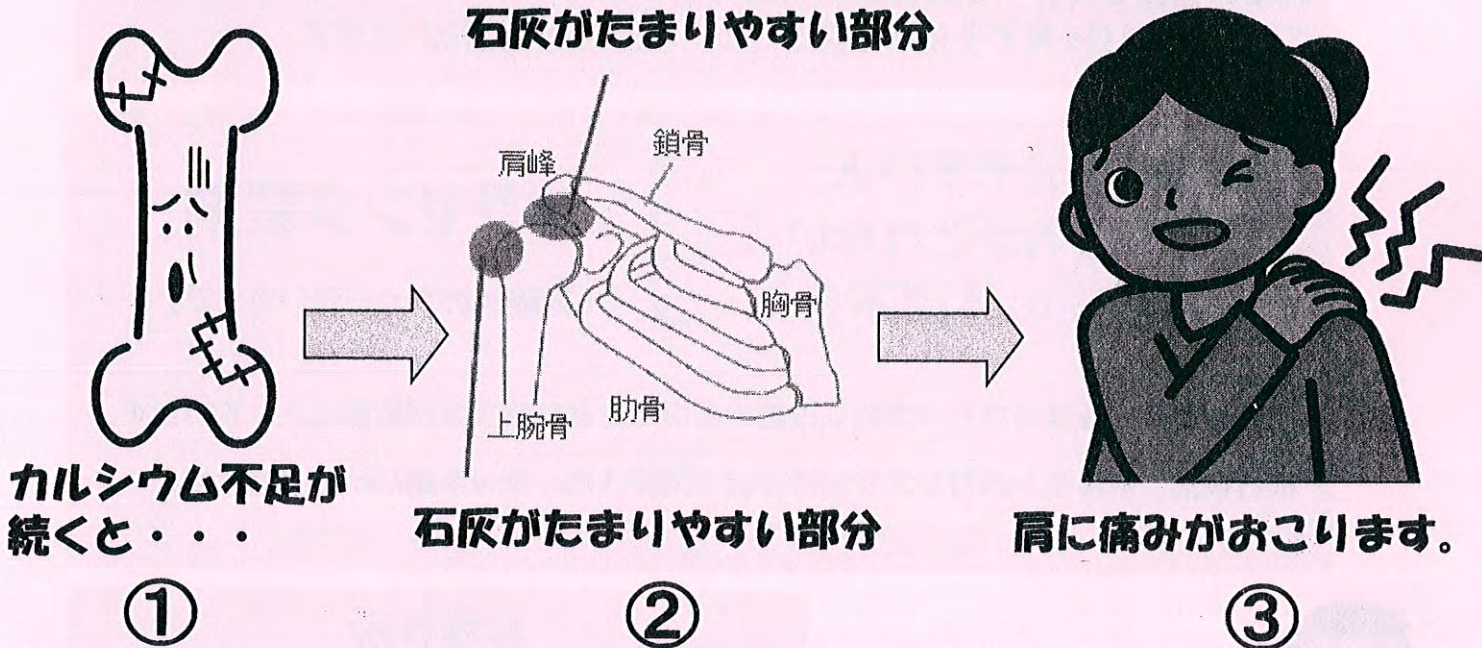
血液中のカルシウムが不足すると、細胞を動かせる為に、副甲状腺ホルモンによって骨からカルシウムを余剰に溶かし出します。この骨からカルシウムが溶け出す状態は細胞の病気を引き起こす原因になります。



私たちの体は約60兆個の細胞によってできています。細胞の1個1個が正常に働くために、カルシウムは欠かすことができません。



つらい肩の痛み 原因はカルシウム不足!?



～カルシウム不足からくる肩の痛み 簡単な流れ～

- ①慢性的に身体のカルシウムが不足してくると、体内のカルシウムイオンを一定に保つ為に骨からカルシウムが溶けだして、体内のはたらき（血液・細胞のはたらき）を補います。しかしこの溶け出したカルシウムが問題なのです。
- ②肩関節には腱板というものがあります。この腱板に石灰（体内から溶け出したカルシウム）が溜まり、肩が動かしにくくなったりします。
- ③石灰が溜まる時または身体が石灰を排除しようとする時に、強い炎症反応が起こるので強い痛みがおこります。

(有)学園ファーマシー

小平市学園西町2-18-2

TEL:042-345-9000 FAX:042-342-7252



介護を必要としない体づくり～生涯自分の足で歩くために～

介護を必要としない体作りとは、**筋肉、関節**を守り自分の足で生涯歩くことが出来る体作りをする方法です。

そのために一番必要なことは、「**筋肉**」の強化です。
筋肉は体を動かし、骨を支えます。強化することで関節を守る天然のサポーター役目もします。
筋肉を増やすには、**テストステロン**が必要です。

テストステロンは筋肉を作る指令を出し、アミノ酸を筋肉に取り込み同化しやすくし筋肉量を増加することが出来ます。

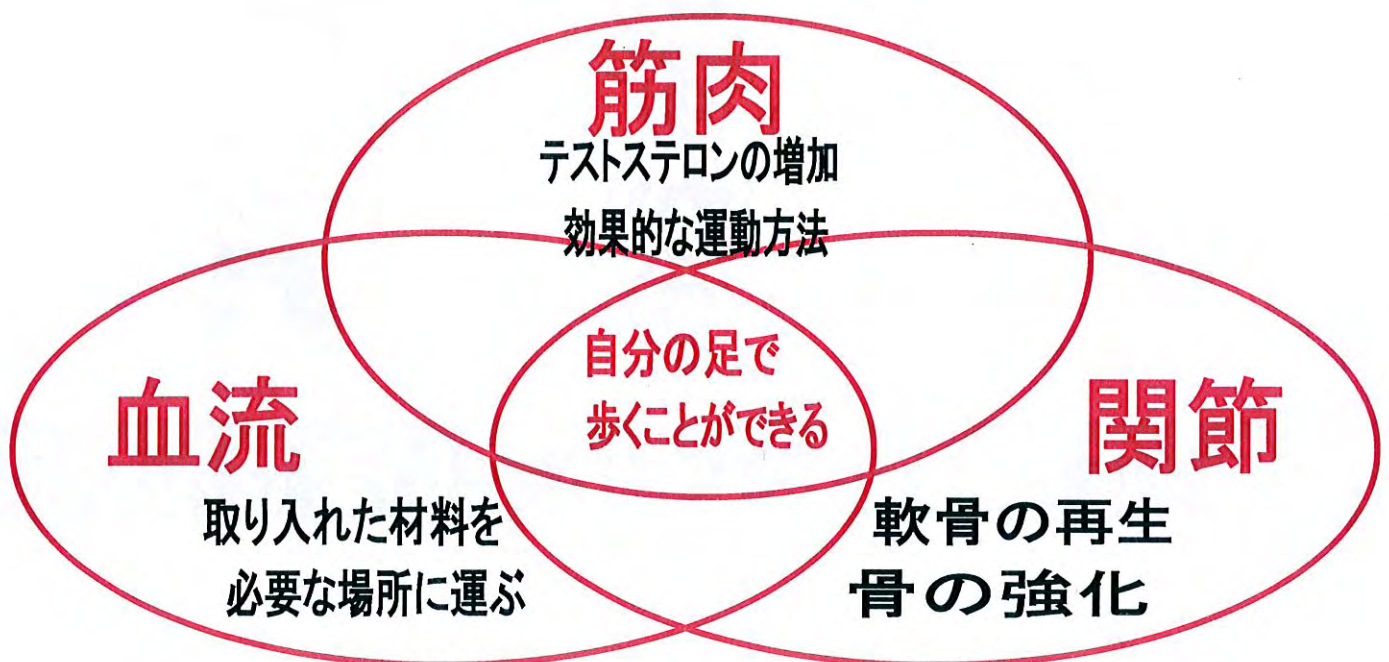
普段、運動をしていない方はもちろん、運動をしている方も運動の効果を増やすために**テストステロン**を増やすことは有効です。



また、**血流の状態はとても重要**となります。必要な材料を必要なところへ運ぶため、血流を良い状態にすることはとても大切です。

そして最後に関節の保護、軟骨の再生、骨の強化です。関節の保護は行っている方が多いですが関節が丈夫なだけでは、エンジンのない車と同じで体を動かすことが出来ません。やはり**筋肉の強化があつてこそその関節の保護、強化**といえます。

筋肉、血流、関節の3つが揃ってこそ生涯自分の足で歩くことが出来るようになるのです。



気力・体力・自信ありますか？



最近、こんな症状で悩んでいませんか？