

あじさいだより

2010年 4月

<http://www.pharma-care.co.jp>

発行責任 あじさい薬局
あじさいだより編集委員会

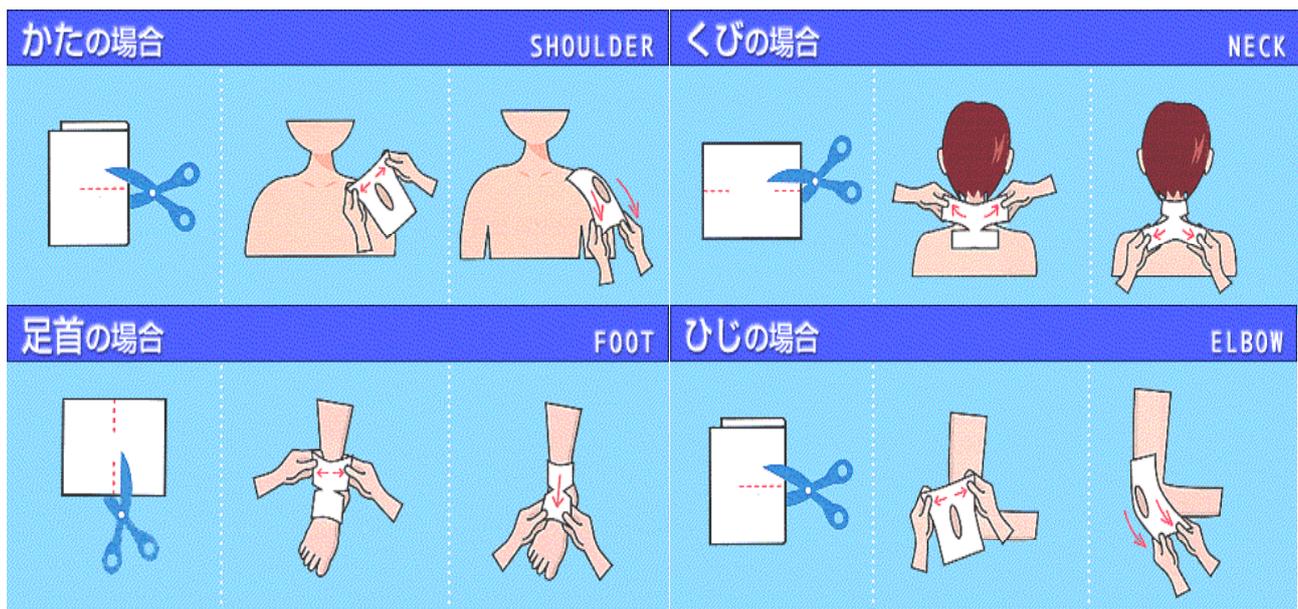
～今回は湿布について解説します～

冷湿布は主に急性疾患で、赤く腫れて熱を持ち、痛みがある状態のときに使います。特に打撲やねんざ等の初期に使うのが有効です。冷やすことで血管が収縮し、炎症を抑え、痛みを鎮める効果が得られます。病院で処方される冷湿布の多くは抗炎症剤が含まれています。アレルギー体質の方は喘息発作などの原因になることまいますので、気を付けてください。

温湿布は主に慢性の症状で、肩こりや腰痛、関節痛など筋肉がこわばって、動かすと痛みがある状態のときに用います。温めると血管が拡張し血液の循環が良くなります。その結果、関節などの緊張がやわらぎ、鎮痛効果が得られます。温湿布にはトウガラシエキスが成分として含まれています。はがした後すぐに入浴するとヒリヒリする場合がありますので、入浴の30分以上前には、はがすようにしてください。

冷湿布で冷やす方が良いか、温湿布で温める方がよいかは使用する方の好みに応じて使われている場合が多く、はっきりとした基準はありません。ここに書いた冷湿布と温湿布の一般的な使い分けを大きく間違えなければ、気持ちのいい方を使ってください。

また、日頃湿布を上手く貼れなくてお悩みの方も多と思います。関節等動きのある部分に貼る場合はフィルムをはがす前に切り込みを入れると貼りやすくなります。下の図を参考にしてみてくださいね。



※今回は、サプリメントアドバイスのコーナーはお休みです。
次回から、ミネラルについてご紹介しますので楽しみに♪

杖を使う機会が増える春に!

杖の便利な付属品をご紹介します!

グリップカバー「まもり」



杖を長時間使用したときの手の痛みを軽減できます
販売価格: 945円 サイズS/M/L

転ばぬ杖 紐付き



机などに引っかけることにより杖が床に落ちることを防止します。
販売価格 1,410円(紐付き)

杖留めワンタッチ



ワンタッチでぴたっと貼りつき杖が倒れない。
片手で着脱OK。裏面は特殊粘着シート使用。
汚れたら水洗いで粘着力復活。
販売価格: 1,160円

肩かけ安全ストラップ



お買い物・銀行・病院などで日常のさまざまな
場面で便利に感じていただける新感覚
のストラップ! 便利にご使用いただけます
販売価格 1,220円

介護ショップあじさい

介護保険やあったらいいなと思う 帯広市西9条南12丁目3-5
商品について色々ご相談ください TEL: 0155-28-6646