

「風邪は万病のもと」
 高齢者や慢性の病気のある人や寒い月には、風邪による余病が併発する危険が高く、重大な結果を招くことも...!!
 日頃から疲労回復をはかり、基礎体力を維持して免疫カをアップすることが大切です☆

「感染経路と予防」
 基本的には感染者のせきくしゃみの飛沫など人の接触によって感染します。なので、予防の基本は**「手洗い・うがい・マスク」**

「寒かったのに風邪をひいた」はなぜ?!
 風邪はウイルス感染によるものなので、「寒かったから風邪をひいた」は間違い!!
 しかし、寒い時に外気に触れる→体カ消費→免疫低下→ウイルス感染しやすくなる! 事があります。疲労やストレスも免疫低下につながり風邪をひきやすくなるので要注意です☆

かぜ症候群豆知識 2014

「特攻薬でノーベル賞?!
 風邪の原因は非常に多種のウイルス(数百種類!!)または細菌によるもので、さらにウイルスが変異をくり返すため、開発が難しく、「風邪の特攻薬を開発すればノーベル賞」との声!

それでも風邪をひいてしまったら...

- ① 温かく安静にする
 - ② 水分を摂取する
 - ③ 他人にうつさないようにする
 - ④ 部屋の湿度を高める
- 市販の風邪薬は症状を軽減させてくれますが、厳密には風邪を治すわけではないので、**ゆっくり、安静**にするのが1番です!

風邪をひきにくい身体づくり

谷田橋薬局のおすすめは...
 うがい・手洗い


キョーレオピン

免疫カアップ↑
 同封のピンクのチラシも読んでね

こんにちは

スワニーです!

新しい1年が始まりました!
 2014年も皆様と健康の架け橋とさせていただきます!
 宜しくお願い致します。
 <年始は1月6日より営業致します>



新春袋金庫

1月中に谷田橋通信をお持ちになって来局してくださったお客様に
 “可愛い食器” プレゼントします♡♡
 お持ちしておりますー♡

