



ことぶき号

コトブキ薬局

☎911-0804

勝山市元町2丁目18-32

TEL 88-3111



第17号 (2015年2月)

つら~い“お尻のトラブル”ありませんか？

『痔』は3人に1人以上が持っている多い病気です。特に近年は女性に増えているようです。我慢できるからと放置していませんか？重症化してしまうと自然には治せなくなります。



一生付き合うお尻の健康を見直してみましょう！

『痔』の原因って何？



痔は便秘の人に起こりやすいですが、それだけではありません。肛門から肝臓へ血液を押し上げる力が弱った結果(門脈の血行不良)が痔として現れるのです。

《痔の原因》

1. 冷え

冷えることで心臓や肝臓への血液の流れが悪くなり、肛門でうっ血を起こします。

2. 肝の疲れ

食べ過ぎ・飲み過ぎ、過労、ストレス、寝不足などで肝機能が低下すると、門脈(肛門から肝臓へつながる血管)の血圧が高まり、肛門部で血液が溜まりイボ痔ができやすくなります。

3. おならによる腹圧

腸の働きが弱っていると食べたものが醗酵腐敗してお腹にガスが多く溜まります。そのガスの腹圧で肛門部のうっ血を起こし、女性の多い便秘の原因にもなり、肛門の病気が出てきます。

改善方法は次ページへ

痔に塗るお薬などは一時抑えのため、すぐ再発します。痔の原因を改善して、快適な毎日を過ごしましょう

《痔の原因の改善方法》

1. 『冷え』の改善には？



- 血流の改善
- 内臓強化
- 肛門締め運動
- 半身浴



血流改善、内臓強化にレオピン
肛門締め運動は1日200回を目標に！イボ痔に効果的です。
湯船にゆっくり浸かる習慣をつけましょう。

2. 『肝の疲れ』の改善には？



- 肝の強化
- ストレス能力UP
- 食べ過ぎ注意
- 飲み過ぎ注意



肝の強化にレオピン。
ストレス能力UPにエナックW。
暴飲暴食してしまったら生薬胃腸薬で早めの対処を。

3. 『おならによる腹圧』の改善には？



- よく噛む
- 食物繊維をとる
- 腹部深部筋の強化
- ガス抜き運動



腸内ガスの70%は口から空気を飲み込んだものと言われています。1口20回を目標によく噛みゆっくり食べる習慣を。食物繊維にグリーン末

～我慢したおならは？～

おならを我慢すると、ガスは行き場をなくして腸に溜まります。腸壁から吸収されて、呼吸や皮膚から排出されたり、肝臓・腎臓などで処理されて外に出ますが、毒素を含んだガスは腸管を傷つけ、肝臓機能や免疫力低下につながりますし、何よりも便秘と痔の原因となります。

トイレは3分以内
ウォシュレットはほどほどに
同じ姿勢は禁物！
規則正しい食生活
適度な運動

詳しくは店頭にてご相談ください！

『痔』は2本足で立つ人間だけの病気です。下半身の血液が下→上へ重力に逆らいながら戻っていくため、些細なことでもすぐ血行不良になり、血流が停滞してしまうのです。しっかり流してあげましょう！

一家に一箱 健康家族

レオピンシリーズのご紹介



毎日少しずつ入れ替わっている体。汚れは捨てて、きれいな細胞へ生まれ変わります。だから、毎日良いものを摂ってほしい。

レオピンシリーズは、熟成にんにく抽出液を主成分とした自然薬です。お子様の成長から、大人の疲労回復、老化予防まで、人間の本来持つ生きる力・治す力を高めてくれます。毎日の健康に、お役立て下さい。

レオピン（熟成にんにく抽出液）の効能

- ① 抗疲労作用 疲れやすい、疲れが回復しにくい、だるい
気力がない、体がしゃきつとしない
- ② 抗ストレス作用 眠れない、不安感、神経性胃炎、胃潰瘍
神経性下痢、過敏性腸症候群
- ③ コレステロール・中性脂肪低下作用
動脈硬化、狭心症、静脈瘤、心筋梗塞
- ④ 免疫賦活作用 風邪を引き易い、アトピー、喘息、花粉症
アレルギー性鼻炎、膠原病、肝臓病、癌、
関節リュウマチ
- ⑤ 血栓防止作用 脳梗塞、脳血栓、静脈瘤、心筋梗塞
- ⑥ 抗酸化作用・活性酸素低下作用
癌、動脈硬化、しみ、そばかす、老化、白内障
- ⑦ 肝保護作用 肝炎、肝硬変、肝臓疲労、痔、肩こり
じんましん、アレルギー、疲れ目
- ⑧ 抗腫瘍作用 腫瘍、子宮筋腫、ポリープ、ガングリオン
- ⑨ 老化防止作用 認知症、アルツハイマー、記憶障害
精力減退、排尿異常、便秘、分泌液低下
反射神経低下、しびれ
- ⑩ 内分泌液改善作用 更年期障害、甲状腺腫、前立腺肥大、糖尿病
- ⑪ 消化機能・代謝機能改善作用
もたれ、胸焼け、胃痛、胃弱、むくみ
痛風、糖尿病
- ⑫ 末梢血行改善作用 冷え性、肩こり、腰痛、しびれ、頭痛
めまい、立ちくらみ、痔

HAPPY VALENTINE'S DAY!

一足早い春をお届け♪

5000円以上お買い上げの方に
アザレアの花鉢プレゼント!

≪2/16(月)～ 先着50名様≫



※色に違いがありますので、ご希望のある方はお早めどうぞ

アザレアの花言葉は、『節制』『禁酒』『あなたに愛されて幸せ』『愛の喜び』です。心身の癒しに、お部屋に飾ってはいかがですか♪

いつまでも元気で生き生き 若々しく!

冷え症

胃腸の弱り

血色不良

老化

免疫力低下

疲労感



レオピンロイヤルは、熟成にんにくエキスに加え、老化と共に衰える“腎”を補うための5つの生薬が配合されています。

冷え症やそれに伴う不調、いつまでも元気で生き生き若々しくいたいと願う方にぴったりの自然滋養強壮薬です。

海外では、心臓病・インフルエンザの予防薬などとしても飲まれています。

ぜひ一度お試しくださいます。



レオピンロイヤル

1本入(30日分) 9,240円

4本入(120日分) 29,400円

コトブキ薬局は、地域の皆様が気軽に相談できる、まちのお薬屋さんです。お薬だけでなく、健康増進・未病・予防分野に真剣に取り組んでいます。一生健康で、元気に生き生きと暮らせるために、心を込めてお手伝いします。『いつまでも若々しく、元気で長生き!』を目指しませんか(^ ^)