

キタバ



第157回 通信

●キタバ薬局

メディカルスクエア店 富林市向陽台2-1-12
0721-28-7423
津々山台店 富林市津々山台2丁目10-1-104
0721-40-2267
河内長野店 河内長野市西之山町7-2
0721-50-0085
金剛西口店 大阪狭山市半田1丁目622-1
072-366-0131
西山台店 大阪狭山市西山台3-5-16
072-365-0399
くみの木店 大阪狭山市菜葉木4-372-10
072-360-2101

●キタバ

エコー・ロゼ店 富林市向陽台3-1-1
0721-28-3654
向陽台店 富林市向陽台2-1-12
0721-28-3479
河内長野店 河内長野市西之山町7-2
0721-50-0016

ホームページは

キタバ薬局 検索

この冬を乗り越えるために

最近ぐつと冷え込み、冬の訪れを感じる季節となりました。冷え込みとともに空気は乾燥し、喉や肌が荒れやすくなるだけでなく、体調を崩すきっかけも増えてきます。

この季節の乾燥は、インフルエンザなどの感染症にかかる大きな要因で、湿度が低いとウイルスは長く空気中を漂い、乾燥している喉は防御力が落ち、感染しやすくなります。

そのため、予防のためには加湿などの環境づくりが大切になってきます。加湿器や濡れたタオルを使って湿度40%～60%を保つことが大切

と言われています。同じ湿度でも冬と夏では、空気中の水分量が冬の方が少なくなってしまうため、みなさんが思っている以上に加湿を心掛けて下さい。また、こまめな水分補給やマスクの利用を組み合わせることで、ウイルスが広がりにくい環境を作ることが出来ます。日々の乾燥対策は、インフル

マスク

加湿

水分補給

でも冬と夏では、空気中の水分

キタバ薬局 向陽台店

薬剤師 三瀬 麟太郎