やすらぎ薬局　健康だより NO.19

心房細動、簡易測定 できます！

「ドキドキ」「息切れ」「疲れやすい」
こういった症状に覚えはないですか？

心房細動 とは
心臓の一部、心房が細かく動く疾患のこと

原因 は様々

- 慢性疾患
- 加齢
- ストレス
- 過度な飲酒

Check!

やすらぎ薬局では
心房細動の無料簡易測定器があります。
お薬の受け取り待ち時間等に
是非一度お試しくださいませ。

お気軽にどうぞ！

お取り扱い商品

など **多数！！**

※画像はイメージです

やすらぎ薬局

恵美須町4-1

桜町バス停前

095-811-1107

お薬

飲み合わせが気になる…

薬が多くて整理が難しい…

介護

オムツってどれを選べばいいの？

どこかに相談窓口ないかな…

薬局で相談！

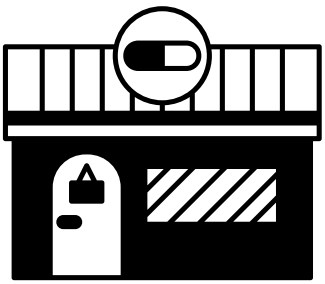
健康食品

気になる健康食品、私に合うかな？

病気の予防のこと

適切な消毒の仕方を知りたい…！

その他
健康に関すること
なんでも
ご相談ください！



感染症 対策 3 選

換気

ポイント 3 つ

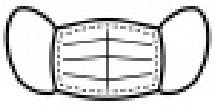
① 1日に数回 窓を開けよう
② 起床後、食事の前後等 タイミングを決める
② 5 分 ~ 10 分間で OK！

手洗い

ポイント 3 つ

① 指の間、爪の周りも丁寧に洗おう！
② 最低 20 秒間 洗うと 効果的
③ 洗えない時は アルコール消毒を

マスク



ポイント 2 つ

① 口だけでなく鼻まで覆う

やすらぎ薬局で購入可！

② 使い捨てマスクは 1 日 1 回変えよう

適切に感染症対策をすることで、免疫を整えましょう！