

おひさま

平成28年10月 vol.5

瑞穂区介護保険事業所

TEL 052-841-4067

FAX 052-841-4080

瑞穂区佐渡町3丁目18番地

あなたらしさを応援

最近“飲まないほうがよい薬”が話題になっています。

薬の豆知識 !! まずは服薬のおさらい

- 服用時間
 - ①食前・・・食事30分前
 - ②食直前・・・食事のすぐ前
 - ③食中・・・食事中
 - ④食直後・・・食事のすぐ後
 - ⑤食後・・・食事30分後
 - ⑥食間・・・食後およそ2時間後
 - ⑦就寝前・・・就寝30分前

- 飲んでいる薬と避けたほうが良い食品
ワーファリンと納豆、クロレア、ほうれん草、ブロッコリー

カルシウム拮抗薬（高血圧、狭心症治療薬）とグレープフルーツ

抗うつ剤とパイナップル

睡眠薬とアルコール

抗生物質、カルシウム剤と牛乳

これからの季節 **インフルエンザにご注意!!**
この時期は日中の寒暖差も大きくなっています。
早ければインフルエンザも流行してきます。
体調管理に気をつけ、秋を楽しんで下さい。



ご相談ください

- ・要介護認定をお持ちで、介護サービスを検討されている方
- ・ご家族の介護を手伝ってほしいとお考えの方

ご連絡お待ちしております♪

TEL: 052-841-4067

FAX: 052-841-4080