

健康サポート薬局 情報発信の取組み

スマート ライフロング プログラム

健康サポート薬局 活動報告

申請日: 2022 年 4 月 5 日

申請企業名	ライフエンタープライズ株式会社
開催店舗名	ハーブランド薬局本店
店舗住所	千葉県柏市柏1-1-7
催事名	花粉症に関する相談会
開催日	22 年 2 月 9 日 9:00~17:00
催事内容	<p>1、目的 地域住民の健康維持・増進のための啓蒙活動。 花粉症に対して患者様へ薬剤師、栄養士の立場で注意喚起すること、疑問の解決に協力することを目的とする。</p> <p>2、内容 ハーブランド薬局本店にて、花粉症についての相談会を実施</p> <p>3、集客方法 ハーブランド薬局本店内外の掲示物による周知</p> <p>4、開催の様子 外来に処方箋を持ってきた方を対象に、花粉症対策についての資料を配布しました。症状の程度に差はあるものの、花粉症の患者様は多く、関心が高かった。薬物治療以外にも、①花粉を家の中から排除すること、②自律神経を整えること、③腸内環境を整えることなどが花粉症対策として有効です。①花粉の排除についてはほとんどの人が理解していましたが、それ以外の対策については知らない人が多かったです。自律神経が乱れると免疫力が下がり、花粉への抵抗力も低下する。自律神経を整えるには、ストレスを発散することが重要です。適度な運動やアロマの香りでリラックスする方法などがあります。また、規則正しい生活で体内リズムを整えることや、バランスの良い食事をとることなども自律神経を整えるには重要です。腸内環境を整えると免疫細胞が活性化され、花粉症に良い効果をもたらされることが期待できます。これからの花粉症本番に向けて、各自で対策できることをして花粉症に備えましょうと声掛けをしました。</p>
活動写真	 