LINEde処方箋

LINEのカンタンやり取りで、 待たずにお薬をお受け取りいただけます。

02

処方箋を撮影

01





スマホのカメラで

処方箋の画像を LINEで送信

03



薬局でお薬の 受け取り

0.5



04

お薬ができたら

LINEで連絡



下記店舗インフォメーションより、

お近くの薬局のQRコードを読み取って"LINEde処方箋"をご利用ください。

すみれ中央薬局 鎌倉店

すばる中央薬局 大町店

すばる中央薬局 腰越店

鎌倉市笛田 2-1-40 TEL 0467-32-6080 FAX 0467-32-6082

鎌倉市大町4-3-22 TEL 0467-23-6100 FAX 0467-23-6101

鎌倉市腰越4-8-1

TEL 0467-38-1601

FAX 0467-38-1602





藤沢市宮前425-7 TEL 0466-52-0955

すばる中央薬局 藤沢店

藤沢市南部 北部一部地域 鎌倉一部地域



FAX 0466-52-0966

すばる中央薬局湘南台店

藤沢市湘南台2-26-17 TEL 0466-44-8935 FAX 0466-47-6888

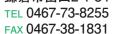




藤沢市北部 泉区、戸塚区、綾瀬市、 海老名市の一部地域

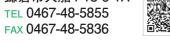
すばる中央薬局 笛田店

鎌倉市笛田2-1-34



すばる中央薬局 大船店

鎌倉市大船4-18-6-1A





訪問エリア 鎌倉市全域 藤沢市一部

ニコニコ薬局 茅ヶ崎本村店

すばる中央薬局 星川店 横浜市保土ヶ谷区星川2-3-22

茅ヶ崎市本村4-22-23 TEL 0467-39-5204 FAX 0467-39-5304

みゆきコーポ1号室

TEL 045-333-1880

FAX 045-333-1881









処方箋を撮影「お客様

方法

友達登録ができましたら、スマホの カメラで処方箋を撮影してください。

処方箋を送信「お客様

撮影した処方箋の画像を送信してください。

処方箋を確認 店舗

こちらで処方箋を確認しましたら、 メッセージをお返しします。

完了のご連絡 店舗

お薬の準備ができましたら、 完了のメッセージをお送りします。

お薬の受け取り お客様

完了のメッセージが届きましたら、 ご来店いただき、お薬をお受取りください。

すばる中央薬局 戸塚店

横浜市戸塚区戸塚町565-16

TEL 045-869-5881 FAX 045-869-5883



訪問エリア 横浜市栄区 戸塚区

泉区一部地域

すばる中央薬局 南雪谷店

大田区南雪谷2-10-7-101 TEL 03-5754-3410 FAX 03-5754-3411



居宅介護支援事業所

すばるケアプランセンター

鎌倉市笛田2-1-35 TEL 0467-40-5020 FAX 0467-40-5025

訪問看護事業所

すばる訪問看護 リハビリステーション

藤沢市石川2-5-1 TEL 0466-90-5132 FAX 0466-90-5133





知っておきませんか?

糖尿病のこと。

糖尿病のこと、ご存知ですか?

糖尿病ってどんな病気でしょう?

体の中のすい臓で作られるインスリンの分泌低下や、インスリンの作用が不足して血液 中のブドウ糖が有効に使われずに血糖値が高い状態(高血糖)が続くことをいいます。 糖尿病の初期は自覚症状がほとんどありません。

高血糖が続くと血管や神経を傷つけてさまざまな合併症を引き起こします。 たとえば、目の血管が傷つくと網膜症やひどくなると失明してしまいます。 神経が傷つくと手足のしびれや感覚の麻痺に繋がります。痛みや温度を感じにくくなっ て、ケガをしていても気づかず悪化させてしまうこともあります。



気になる検査値、なにを見たらいいの?

空腹時血糖值

ご飯を食べた直後、2時間後など、ど こで血液検査をするかで血糖値は変 わってきます。空腹時の血糖値が 126mg/dL以上だと糖尿病型の診 断です。

HbA1c(ヘモグロビンエーワンシー)

赤血球のHb(ヘモグロビン)に糖がついている状態を見ていま す。赤血球の寿命から過去1~2か月間の平均の血糖の状態が このHbA1cでわかります。検査直前だけ食べ物に気を付けてい てもこの数値でわかってしまうのです。6.5%以上は糖尿病型と 診断されます。

糖尿病になる背景は遺伝的な要因もありますが、加齢や食べ過ぎ、運動不足など生活習慣により後天的に発症す る場合が多くあります。

高血糖の状態が続くと命を落としてしまう可能性もあります。暴飲暴食をしない、適度な運動をする、ストレスをため ない、など生活に注意して、日々の健康を守りましょう。

糖尿病になりにくい食事方法

食事療法の基本的な考え方は、インスリンを分泌しているすい臓に負担をかけない食べ方をすることです。 つまり急激に血糖値を上昇させてインスリンを一気に分泌させる食べ方(ドカ食いなど)や、すい臓に休みを与えな い食べ方(間食をする)などです。

すい臓に優しい食べ方5か条

これは、今、糖尿病でない人にとっ ては、糖尿病の効果的な予防法 にかわります。 ぜひ実践してみてくださいね。

伴う医療機関の

電話再診を受けられた方へ



間食を しない



野菜や 海藻など から食べる



腹八分目に する

ゆっくり 食べる

05

アルコールは ほどほどに

電話再診した医療機関から処方箋を送る薬局を聞かれますか ら、いつもの(株)エルマノの薬局名をお伝えください。処方箋 が送られてきましたら、お薬をご用意いたします。薬局へ薬を取 りに来ることが心配な方はご連絡ください。薬をご自宅へ宅配 便にて郵送いたします(送料一部患者様負担)

お薬到着後、薬剤師より薬が届いたかの確認と、体調やお薬 についての説明を電話にて致します。

(2020年4月10日付で発出された「新型コロナウイルス感染症 の拡大に際しての電話や情報通信機器を用いた診療等の時 限的・特例的なとりあつかいについて」による臨時的措置のた めこの措置が終了となっている場合があります)

健康な方が「糖尿病」という言葉を耳にしても、「自分とは関係ない」病気のように思っていませんか? 厚生労働省が行った「平成28年国民健康・栄養調査1)」によると、成人(20歳以上)のうち糖尿病が 強く疑われる人は約1000万人、糖尿病の可能性が否定できない人も約1000万人と推定されていま す。糖尿病は日本人にとっても、実はとても身近で、ひとごとではない病気なのです。



体を動かしましょう

運動療法は、「血糖値を下げる|「体重が減る|「血液 の循環が良くなる など、たくさんのメリットがあります が、最大のメリットは「インスリンが効きやすい体にな る一ことです。

特に肥満のある2型糖尿病患者さんでは、インスリン に対して筋肉細胞や脂肪細胞の反応が鈍くなってい ますが、運動を続けることによってこのような状態が 改善されます。

ウォーキング、ストレッチ運動、軽いジョギング、サイク リングなどの有酸素運動は、エネルギー効率がよく、ま た全身をゆるやかにまんべんなく動かすことができる よい運動の方法です。

1回に20分から40分行い、週3回実施するとよいと いわれています。無理なく、そして楽しくできる運動を 生活に取り入れて、習慣にして長く続けることが大切

仕事が忙しくてなかなかまとまった時間がとれない人 は、「運動なんてできない」と思っていませんか? たとえば「通勤の駅を1つ手前で降りて歩いてみる」、 「エレベーター・エスカレーターをできるだけ使わずに 階段を利用する などもひとつの運動の方法です。 (血糖降下薬を服用中の方は過度に運動すると低 血糖を引き起こすことがあるので、医師と相談し運動 の種類を決めましょう)

糖尿病の薬物療法

運動療法・食事療法を行ってもなお血糖値が下がらない方は薬物療法が必要 になります。血糖降下薬はいろいろな種類があり、1種類もしくは数種類を合わせ て服用し、血糖値をコントロールします。

最近では血糖降下薬数種類を合わせて"合剤"にした薬もあり、より飲みやすく 工夫された薬剤も登場しています。

分類	種類		作用	成分名
インスリン抵抗性改善薬	ビグアナイト系		肝臓での糖の合成を抑える	メトホルミン、ブホルミン
	チアゾリジン系		筋肉や肝臓でのインスリンの働きを高める	ピオグリタゾン
インスリン分泌促進薬	血糖 依存型	DPP-4阻害薬	血統が高いときにインスリン分泌を促進しグルカゴン分泌を抑える	シタグリプチン、リナグリプチン
		GLP-1受容体作動薬	同上 注射剤と内服薬あり	リラグルチド、デュラグルチド
	血糖 非依存型	スルホニル尿素系	インスリン分泌を促進する	グリメピリド、グリクラジド
		即効型インスリン分泌促進薬	より速やかにインスリン分泌を促進する	ナテグリニド、ミチグリニド
糖吸収・排泄調整系	αグルコシダーゼ阻害薬		小腸からのブドウ糖吸収を遅らせる	ボグリボース、アルカボース
	SGLT2阻害薬		尿からのブドウ糖排泄を促進	イプラグリフロジン、
インスリン製剤	インスリン製剤		インスリンを注射することで高血糖を改善させる、注射剤	ヒトインスリン

新型コロナウイルス感染症拡大防止に 代金は銀行振り込みでお願いしております。

(株)エルマノの薬局全店で、 医療機関に通院せず、 電話で診療をした方の 処方箋の取り扱いを行っています。