

第24回健康セミナー

食事と薬の疑問を一挙解決

- 目からうろこの今日から役立つ話 -

- 日時：10月31日（土）15:00～
- 場所：玉谷クリニック 待合室
- 講師：玉谷クリニック 院長 玉谷 実智夫



- ・ 食事との飲み合わせ
- ・ 薬の効果的な飲み方・タイミング
- ・ 副作用を避けるには？
- ・ こんなにたくさん飲んでいいの？
- ・ 体調が悪くて飲めないときは？

私たちが普段とっている食べ物や飲み物と薬には思いもよらない関係があることがあります。

薬を「いつ」・「どのように」飲めば、十分な効果がえられるか知ると病気の治療に大きく役立ちます。

今回のセミナーは、**糖尿病や高血圧の薬から風邪薬や胃薬**まで様々な薬と食事の関係をとり上げます。