

晋遊舎ムック
【便利帖シリーズ 076】

お薬の便利帖

最新版 よりぬきお得版
okusuri no benrichou

はじめにお読みください

本書は2020年10月発行の「お薬の便利帖 最新版」をコンパクトにし、よりぬきお得版として発行したものです。

この本は新規取材のほか、弊社刊行のムック「お薬の便利帖」や月刊誌「LDK」掲載の特集を加筆、再編集したものも含まれています。本書に記載されている情報や、紹介している商品の内容は、2021年3月現在のものです。すでに販売していない場合や仕様・デザインの変更、価格、各種情報などが異なる場合がございますので、あらかじめご了承ください。



CONTENTS

まずはクスリの基本を教えます！

4 おくすりの真実

総力特集 症状別にオススの市販薬と治すための習慣を教えます!!

8 お薬の便利帖 最新版

- | | | |
|---------|-------------|-----------------|
| 10 頭痛 | 32 痔ケア | 68 シミ・大人にきび |
| 12 生理痛 | 40 冷え性 | 70 むくみ |
| 14 目の疲れ | 42 胃痛・胸焼け | 72 汗とニオイ |
| 18 肩こり | 44 貧血 | 74 更年期障害 |
| 20 疲労回復 | 46 関節痛 | 76 膣カンジダ・頻尿・膀胱炎 |
| 22 風邪 | 48 口のトラブル | 78 妊娠・排卵日検査薬 |
| 24 せき止め | 50 快眠 | 80 花粉症 |
| 26 便秘 | 62 肌の老化 | 82 二日酔い |
| 28 整腸 | 64 乾燥肌 | 83 乗り物酔い |
| 30 腸活 | 66 顔のシワ・たるみ | |

1枚50円以下のものだけ！

34 大容量・箱入り 不織布マスクランキング

女性が抱える、あるある不調との向き合い方！

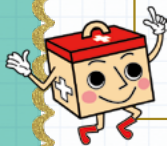
52 わたしのトリセツ

お薬以外のお役立ち品も豊富に揃ってます！

84 ドラッグストアで買うべきもの

難しい専門用語がよく分かる！

94 おくすり用語辞典



COLUMN

見えにくいまま放置したらダメ！
16 老眼鏡のススメ

