目の不調、感じていませんか？

災害の片付けをしていると、がれきやほこりが蔓延しています。

　ほこりの中で生活していると、目が汚れたり、疲れてきます。目の汚れや疲れをとるためには目薬は効果的です。また**、疲れ目には、ビタミンB１２やビタミンB６が入っている目薬が効果的**です。

*目薬の効能*

[](http://ord.yahoo.co.jp/o/image/_ylt=A3JuMFnrwP5TGmAAL62U3uV7/SIG=11veo2pvi/EXP=1409290859/**http:/www.mylifenote.net/2009/03/04/cl.jpg)

相談・お問い合わせ先

　　鳥取県中部総合事務所福祉保健局　　　　○○課　　℡

鳥取県西部総合事務所福祉保健局　　　　○○課　　℡

鳥取市保健所　　　　　　　　　　　　　○○課　　℡

　　　　　　　○○市・町・村　　　　　　　○○課　　℡

**症状には…**

**●まばたきの回数が増える　　 ●乾燥する**

**●チクチク痛む　　　　　　　　　　●涙がしきりに出る**

**●光がまぶしい　　　　　　　　　　●視力が落ちる**

**●かすむ　　　　●充血する　　　●目やにが増えた**

○目薬は一人ひとつを使いましょう。使いまわしはやめましょう。

○用法・用量や説明書を読んでご使用ください。

○次の人は、使用前に医師又は薬剤師に相談しましょう。

　　＊医師の治療を受けている人

　　＊アレルギー体質の人

　　＊薬によってアレルギー症状を起こしたことがある人

　　＊激しい目の痛みがある人

　　＊緑内障の診断を受けた人

○症状が４日～１週間で改善しない時は眼科を受診するようにしましょう。

*使用上の注意*

＊目の疲れ、かすみ、充血、かゆみ

＊眼病予防（ほこりや汗が目に入ったときなど）