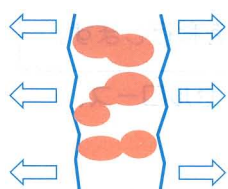


この説明文書は服用前に必ずお読み下さい。
また、必要な時に読めるよう大切に保管して下さい。

便秘薬 ウェストンナチュラル

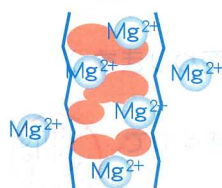
現代人に多い食生活の偏り・運動不足・ストレスなどは、便秘を招きやすい生活習慣です。便秘は、ぽっこりお腹（腹部膨満）だけでなく、肌あれ、吹出物、食欲不振など、体に様々な影響を与えるため、なるべく早く自然なお通じを回復する必要があります。

ウェストンナチュラルは、マグネシウムイオンの浸透圧作用が腸に水分を集め、便を軟らかくして自然なお通じを促す、習慣性の少ない非刺激性便秘薬です。



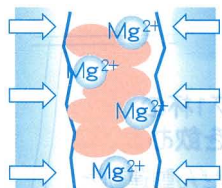
便が腸内に長く留まると、便の水分がどんどん吸収され、コチコチ便になり、つらいお通じになってしまいます。

酸化マグネシウム便秘薬を飲む

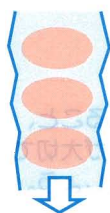


マグネシウムイオンは吸収されにくい性質のため、腸内のマグネシウム濃度が高くなります。

マグネシウムイオンの浸透圧作用



高くなったマグネシウム濃度を元に戻そうとする力が働き、水分がやってきます。（これを浸透圧作用と言います。）



腸の水分が増え、内容物が増加すると
①腸が刺激を受け、お通じを促す
②コチコチ便が軟らかくなるという2つの効果でスムーズなお通じが得られます。



使用上の注意



してはいけないこと

（守らないと現在の症状が悪化したり、副作用が起こりやすくなる）

本剤を服用している間は、次の医薬品を服用しないこと

他の瀉下薬（下剤）



相談すること

1. 次の人は服用前に医師又は薬剤師に相談すること

- (1) 医師の治療を受けている人。
- (2) 妊婦又は妊娠していると思われる人。
- (3) 次の症状のある人。
はげしい腹痛、悪心・嘔吐
- (4) 次の診断を受けた人。
腎臓病

2. 次の場合は、直ちに服用を中止し、この文書を持って医師又は薬剤師に相談すること

(1) 服用後、次の症状があらわれた場合

関係部位	症 状
消化器	はげしい腹痛、悪心・嘔吐

(2) 1週間位服用しても症状がよくなる場合

3. 次の症状があらわれることがあるので、このような症状の継続又は増強が見られた場合には、服用を中止し、医師又は薬剤師に相談すること
下痢

効 能

○便秘

○便秘に伴う次の症状の緩和：頭重、のぼせ、肌あれ、吹出物、食欲不振（食欲減退）、腹部膨満、腸内異常醗酵、痔

用法・用量

次の量を1日1回就寝前にコップ1杯の水で服用して下さい。ただし、初回は最小量を用い、便通の具合や状態をみながら少しずつ増量又は減量して下さい。

年 齢	1 回 量	1 日服用回数
成人（15才以上）	3～6錠	1 回
11才～14才	2～4錠	
7才～10才	2～3錠	
5才～6才	1～2錠	
5才未満	服用しないで下さい。	

<用法・用量に関連する注意>

- (1)用法・用量を厳守して下さい。
- (2)個人差は大きいですが、早い方では約2～3時間で効果があらわれます。
- (3)個人差がありますので初回は最小量を用い、便通の具合や状態をみながら少しずつ増量又は減量して下さい。
- (4)必ず十分な水と一緒に服用して下さい。
- (5)小児に服用させる場合には、保護者の指導監督のもとに服用させて下さい。

成分・分量

6錠中

成分名	分量	作用
酸化マグネシウム	2000mg	浸透圧作用により、腸内に水分を移行します。

添加物：CMC-Ca、ステアリン酸Ca、無水ケイ酸、ケイ酸Ca、セルロース、香料、L-メントール

保管及び取扱い上の注意

- (1)直射日光の当たらない湿気の少ない涼しい所に密栓して保管して下さい。
- (2)小児の手の届かない所に保管して下さい。
- (3)他の容器に入れ替えないで下さい。（誤用の原因になったり品質が変わります。）
- (4)使用期限をすぎた製品は服用しないで下さい。
- (5)水分が錠剤に付着しますと、錠剤表面が変色したりすることがありますので、誤って水滴を落としたり、ぬれた手でふれないで下さい。



便秘しがちな方へセルフメディケーションアドバイス

規則的な排便の習慣をつける

毎日時間を決めて一定時間トイレに入ること、排便の習慣が身に付きやすくなります。また、もよおした時、我慢しないことも大切です。

適度な運動・マッサージ

軽いストレッチでも構いません。腹筋を鍛えるつもりで運動しましょう。腹部のマッサージも腸を軽く刺激します。

起き抜けにコップ1杯の冷たい水や牛乳を飲む

眠っている腸を刺激し、ぜん動運動を促進させるきっかけになります。

食生活改善

朝、昼、夕、3食きちんと食べること、バランスのとれた食事をするのが大切です。また、水分をたっぷり摂りましょう。

お問い合わせ先

小林薬品工業株式会社 お客様相談室 電話 058(278)3933

受付時間 10時から16時まで（土、日、祝日を除く）

製造販売元 **小林薬品工業株式会社**
岐阜県岐阜市中鷄1丁目139番地
本社所在地 東京都中央区日本橋箱崎町4-0番6号