

キタバ



第117回 通信

●キタバ薬局

メディカルスクエア店 富田林市向陽台2-1-12

0721-28-7423

津々山台店 富田林市津々山台2丁目10-1-104

0721-40-2267

河内長野店 河内長野市西之山町7-2

0721-50-0085

金剛西口店 大阪狭山市半田1丁目622-1

072-366-0131

西山台店 大阪狭山市西山台3-5-16

072-365-0399

くみの木店 大阪狭山市菜葉木4-372-10

072-360-2101

●キタバ

エコーロゼ店 富田林市向陽台3-1-1

0721-28-3654

向陽台店 富田林市向陽台2-1-12

0721-28-3479

河内長野店 河内長野市西之山町7-2

0721-50-0016

ホームページは

キタバ薬局 検索

飲む日焼け止めとは？

夏の日差しも強くなり、日焼けが気になる季節になってきましたね。海水浴やBBQなど日焼け対策が必須なイベントが増えて来ているかと思えます。

さて、日焼け対策に飲む日焼け止めと聞いたことはありませんか？私は初めて聞きました。アメリカでは20年ほど前から



あるみたいです。

現在、塗る日焼け止めや日傘などを使用し紫外線対策をしているかと思えます。それを飲むだけで紫外線対策ができるのかという事です。結論から述べますと、紫外線対策には効果不十分かと思われれます。飲む日焼け止めの主成分として、フェインブロック、ニエートロックス

サントというものがあるらしいです。塗る日焼け止めは全身均等に塗れないけど、飲めば全身に効果があるかどうかのサイトに書いてありました。細かいデータは省きますが、飲む日焼け止めでもSPFの上昇(日焼け止め効果の指標)が認められたそうです。しかし、塗る日焼け止めに比べて圧倒的に少ない数値しか効果がないようです。さらに、少なくとも1か月は服用する必要があるので、1か月以上服用し、SPFの上昇も小さいのでそれ単体だけでは紫外線対策には不十分かと思えます。

フェインブロック、ニエートロックスサントというものがあるらしいです。塗る日焼け止めは全身均等に塗れないけど、飲めば全身に効果があるかどうかのサイトに書いてありました。細かいデータ

飲む日焼け止めはサプリメントです。塗る日焼け止めや日傘などでしっかり紫外線対策をしてください。

キタバ薬局

宮崎 祐輔