

快便で快適な毎日を目指しませんか？

規則正しい便通は、快適な生活を送る上でとても大切です。便秘になると不快であるだけでなく、食欲不振、腹部膨満などの症状を引き起こします。また、**長引く便秘により頭重、のぼせ、肌あれ、吹出物、痔などいろいろな症状を悪化させる**ことがあります。

生活習慣の注意点

- 1. 1日1回きまった時間(朝食後が最適)にトイレに行くようにしましょう。便意を我慢しないでください。
- 2. 適度な体操・運動(散歩・腹筋運動・腹部マッサージなど)を習慣づけましょう。
- 3. 朝起きたとき、冷たい水をコップ1杯飲むのも効果的です。また、緑黄色野菜・根菜などの繊維質の多いものを継続的に食べましょう。

それでも出ない慢性的な便秘の女性に
やさしく、しっかりとした生薬の力で改善を!



ササスルーの特徴

- 1. 8種類の植物性生薬の力で、癖になりにくい便秘薬です。
- 2. 大腸の運動を促進させ、緩やかな下剤効果があるので、急な腹痛がおきる心配がありません。
- 3. 症状に応じて1日3錠~12錠と幅があるので、自分にあった量を調整しやすいです。
- 4. 胃腸症状を改善する生薬や、血液循環を助け、のぼせなどを改善する生薬が配合されているので 女性におススメです。



**腸の運動を活発にして
穏やかなお通じに**

アロエ センナ
ダイオウ

**胃腸機能をよくして
腹痛のを軽減します**

ケイヒ コウボク ガジュツ

**血行を良くして
冷えを改善します**

センキュウ シャクヤク

**規則正しい生活と生薬の力で、
笑顔で健康な毎日を手に入れましょう!!!**