ラメルテオン

より良い眠りのために，夜になったら
心と体を休息の状態に切り替えましょう

・夜眠れないのは，生活のリズムが乱れているからではありませんか？
・朝起きたらカーテンを開けて，朝の光を浴びていますか？
・蛍光灯の電気でもよいので，朝起きたら必ず明るい光を浴びましょう。

・この薬は乱れた生活のリズムを元に戻すために使われます。
・乱れた生活のままでは当然効果は出ません。規則正しい生活を心がけましょう。

● 薬局名

● 薬剤師名

Memo

 ©株式会社エス・アイ・シー　※無断転載を禁じます