



めまい・耳鳴り
メニエール病の方へ
あなたも、よくなります。

大人気メニエール病対策サプリの
購入特典メルマガが今だけ無料公開

- ・ヨーロッパの医薬品成分
- ・ダメダメ「4」習慣
- ・食材意識でできる対策
- ・めまい軽減体操

はじめに

はじめまして。ワイズ製薬の薬剤師の久保木と申します。

このデジタルブック（ここからは本と書きます）を今開いていらっしゃるといふことは、ご自身（またはご家族など身近な方）が、メニエール病やめまい耳鳴りでお困りであるのだろうと推察いたします。もしかすると「自分がメニエール病になってしまった？」と、思って不安を感じておられるのかもしれない。

ワイズ製薬では、数年前にメニエール病やめまい・耳鳴りでお困りの方向けに、私が当社で開発しました商品（サプリメント）のモニタリングを行ったのですが、モニターの方に期間中に送信していましたメルマガが大変好評で、書籍にしてほしいというリクエストを何件か頂いていました。

ずっと忙しくてなかなか時間を取れなかったのですが、ようやくデジタルブックという形で一部を抜粋して公開することにいたしました。

書籍化に伴い、文章を最初から書き直すことも議題

に上がりましたが、メルマガとして好評だったので、一部修正の上、原文のまま出すことといたしました。読み難い部分などあるかと思いますが、メルマガを読む気持ちでお楽しみ頂ければと思います。

なかなか改善しにくい病気ですが、皆様のお役に立つ自信がありますので、最後までぜひお読みになっていただければと思います。ではさっそく始めていきま
すね。

Day1 めまい耳鳴り改善に対する私の思い

ワイズ製薬、薬剤師の久保木です。

今回は初回ということ、この製品を作ろうと思っ
たきっかけをお話しし、ご挨拶に代えさせていただきます
ます。

まずこの製品を企画し始めたのは、私が薬局に勤め
ていた頃の経験がきっかけ。

めまいや耳鳴りで悩んでいる方が多いのに対し、明確な治療がなされていない方が多いと感じていたので、しばらくは真面目に通院されていた方も、結局効果が感じられずいつの間にか来なくなってしまうという印象でした。

⋮

皆様の中にめまい・耳鳴りで受診した際、頭のCT検査を受けられた方はいませんか？

実はCT検査で原因が特定できるめまい・耳鳴りは10%未満と考えられており、ほとんどの方は経過観察になるんです……

そうは言っても、患者さんご本人は困り果てています。何かいい薬は無いかと聞かれるのですが、薬剤師が治療方針に口を挟むことは出来ません。（若い頃に口を挟んでしまい、医師に烈火のごとく叱られました……）実際には効果が期待できる漢方等もあるのですが、積極的におすすめることができず、もどか

しい思いをしていました。

その頃の経験から、なんとかかしたいという強い思いがあり、めまい・耳鳴りに取り組んだのです。

⋮

詳しくは次回以降お話いたしますが、この度の製品は国内外の複数の医薬品の論文を参考に、とても実感力の高い処方で作る事が出来ました。第一回目のモーター様の感触もとても良く、30名程度の募集だった

にも関わらず、「毎日の生活がすっかり変わった」というレベルの嬉しいご感想を複数いただいております。

飲み始めてすぐに結果が出ることは無いと思いますが、いつか良くなることを信じて毎日飲み続けていただけると幸いです。目安は最低3ヶ月！

私も精一杯サポート致しますので、一緒に頑張りましょう👍

Day2 原因と製品のごだわり

ワイズ製薬、薬剤師の久保木です。

今回は、簡単なめまいの原因の説明と、商品の成分を紹介していきます。

：

めまい・耳鳴りの原因の約70%は内耳のむくみや血行不良です。

ドイツやフランスなどヨーロッパ諸国では、主にこの血行不良を改善することで治療をしています。その成分が、今回の製品のメインであるイチヨウ葉エキス。

ドイツ、フランスでは古くから医薬品として用いられている実績のある成分です。

⋮

ここからが製品の魅力についてです！

イチヨウ葉エキスは今回配合している240mgを12週間服用することにより、めまい症状を約79%改善、耳鳴り症状を約75%改善することが分かっています。これは日本で頻繁に処方される某医薬品に匹敵する改善率です。

もう一度言いますね。

イチヨウ葉エキス【240mg】を

【3ヶ月間】服用で

めまい症状【約79%】

耳鳴り症状【約75%】

改善です。

それと余談にはなりますが、イチヨウ葉という記憶力・思考力のサポートとしてご存知の方も多いかと思えます。これも主に血流促進効果によるものです。しが、当然今回の製品でも同じ作用が期待できます。し

かも、世のサプリは80mg~120mgの配合が大半ですが、本製品は240mg配合。

頭も冴え渡るかもしれないね！

さらに内耳のむくみに対しては東洋医学で実績があるコーンシルクエキス（南蛮毛）を配合。カリウムや各種ポリフェノールを含み、余分な水分の体外への排出を助けます。さらにさらに、めまいや耳鳴りの人に

不足しがちなビタミンB6、B12を、厚労省が定める一日あたりの摂取目安量を配合。総合的にめまい・耳鳴りのお悩みをサポートします。

――

ここまでの情報でも十分魅力を感じていただけの方が多いいと思います。最後に、最後にとっておきの成分を入れています。

その名がオーガニザノール

クオリザノールは米ぬか由来の植物性成分で、自律神経の乱れに伴う心身症に有効な医薬品として、日本でも用いられています。めまい・耳鳴りへの実績はもちろんですが、不眠やイライラなど自律神経の乱れによる症状の軽減も期待できるのです。

今回のご案内は以上です。魅力は伝わりましたでしょうか？今回飲んでいただく製品は私がとことん考

え抜いた処方になっております。どうか期待して飲んでいただければ嬉しいです。

お困りなことがありましたら、いつでも連絡くださいね。

Day3 ダメダメ「4」習慣

こんにちは。薬剤師の久保木です。

サプリメントは毎日忘れずに飲めていますか？気になることがあればいつでも連絡してくださいね。

さて今回は、注意していただきたい生活習慣を4つ

お伝えします。

以前めまい・耳鳴りの原因は内耳のむくみや血行不良とお話ししましたが、実は知らない間にこのむくみや血液の流れを悪化させてしまう生活習慣をしている方がいらっしやいます。

まずは

①タバコと②お酒です。

タバコは血管を収縮させ、血液の流れを悪くしま

す。せっかくサプリメントで血流を良くしても、タバコを吸っていると効果半減。タバコを吸っている人は少しずつ減らしましょう。

またお酒は少量でしたら問題ありませんが、毎日の飲酒は脳の萎縮を引き起こすことが研究で分かっています。めまい・耳鳴りに限らず動脈硬化による脳梗塞や心筋梗塞の危険性が高まりますので、お酒は控えめにしましょう。

次に

③うつむき姿勢が多い方。

最近ではスマートフォンやパソコンの普及により、長時間うつむき姿勢でいる方が増えていますが、うつむき姿勢が続くと首や肩の血流が悪くなり、その結果耳への血流量が減りめまいの原因になります。

少なくとも30分に一度は顔を上げて深呼吸をしましょう。

そして食事についてです。食事では④塩分の摂りすぎに注意しましょう。

塩辛いものを食べると顔や足がむくむのはご存知かと思いますが、内耳も同様にむくみます。むくみは血行不良に繋がり、めまい・耳鳴りの原因となります。

今回は駄目駄目づくしですみません（笑）。

めまい・耳鳴りはちょっとした生活習慣によっても

症状が軽減したり、悪化したりする病気です。出来ることだけでも実践していただけると幸いです。特にデスクワークの方は多いと思いますので、思い出したらちよつと首を回したりしてみてくださいくださいね。

次回は薬膳料理の資格も持つ久保木が、おすすめのレシピをお伝えします😊

Day4 食材意識でできる対策

こんにちは。ワイズ製薬、薬剤師の久保木です。前回は日常生活で注意して欲しいことをお伝えしました。

今回は食事編。

めまい・耳鳴り対策の栄養素としては内耳の神経の

損傷を防ぐビタミンB群が主ですが、今飲んでいただいているサプリメントに一日必要量を配合しているの
で、その話は省きます。このメールでは国際中医薬膳
師の資格をもつ私だから話せる、東洋医学の観点から
めまいや耳鳴りにおすすすめな食材をいくつか紹介致し
ます。

⋮

まず東洋医学でめまい・耳鳴りを引き起こす原因と
して考えられているのが、五臓の中の「腎」の機能低

下と言われています。

＊五臓とは人の体の臓器を「肝・心・脾・肺・腎」の5つに分類した際の総称。

「腎」の働きは大きく分けて2つ。

・体内の水分代謝調節により体のむくみはもちろん、内耳のむくみもおさえます。

・「先天の元」と呼ばれ、人が生きていくために必要な機能の源になると考えられている。これが聴力や平衡感覚の機能を司ると考えられています。

…
それでは私が特にお勧めする、腎の機能を高める食材
3つを紹介します。

1つ目、黒ごま

ポリフェノール豊富であることに加え、ビタミンB・
D、リノール酸などが含まれています。抗酸化作用も
あり、老化防止やめまい・耳鳴り対策として薬膳では
広く使われています。中国ではごま酒と呼ばれるお酒

がめまい・耳鳴りの治療に使われることがあるそうです。

2つ目、えだまめ

えだまめにはビタミンB群の他にカロテンが含まれており、疲労回復作用があります。また降圧作用もあるので、血圧が高めで、めまい・耳鳴りでお悩みな方へおすすめです。

3つ目、ブロッコリー

ブロッコリーに含まれるアミノ酸の一種グルタチオンは抗酸化物質では珍しく、脂溶性・水溶性両方の特徴をもち、体の細胞を隅々まで活性化させることがわかってます。聴覚細胞を活性化する点滴療法としてもよく使われるアミノ酸です。

その他にも腎の機能を高める食材として

カシユーナッツ、栗、キャベツ、ごぼう、ブルーベリー、エビ、しししゃもなどがあります。

⋮

今回の内容は以上になります。サプリメントの飲用と一緒に上記の食材を日々の食事に取り入れてみてはいかがでしょう？食事はバランスよく、意識して食べるのがとても大切です。

他にも食事で気になることがあればいつでも連絡くださいね。

次回はめまい・耳鳴り改善体操をお伝えいたします。

Day5 めまい軽減体操

こんにちは。ワイズ製薬、薬剤師の久保木です。

今回はめまい軽減体操の動画をご紹介します。同梱のチラシでもご紹介しているので、既に実践していた方、既にご覧になっている方は読み飛ばしても大丈夫です。

<https://youtu.be/kRxRzPrtX7c>

(クリックでYouTubeを開けます)

めまいの原因は本当にいるんな説があるために、それ自体が治療法が確立しない要因でもあります。厄介な状況には違いありませんが、つまりは効果がありそうな療法（かつローコストで安全なもの）は全て試しておいた方がいいということです。

めまい体操は主に、目で見た情報と脳の認識をスムーズに連携させる効果があります。他にも、最後にご紹介しているゴロンゴロン体操は耳石を正常な位置に戻すことが期待できます。

実践して損はありませんので、体操なんてとあなたど
らずにお試しく下さいね。

<https://youtu.be/kRxRzPrtX7c>

(クリックでYouTubeを開けます)

――

短いですが、今回は以上です。最後までお読みいただき、誠にありがとうございました。

最終回 お客様からの声

こんにちは。ワイズ製薬、薬剤師の久保木です。

当社のイチヨウ葉エキス配合サプリメントを発売前に、メニエール病やめまい耳鳴りでお悩みの方にご協力いただいたモニター・アンケートの一部を、実際にご紹介させていただきます。

ぜひ商品のご感想や弊社へのご要望などお聞かせください。

6月7日からめまい・耳鳴りが出はじめ
耳鼻科の薬が強さはあさ治まったものの
耳鳴り・めまいの

下や横を向いた時にめまいがあり不快感を
感じていましたが、イチョウ葉エキスのカカリを
飲むとすぐに小尻方へ向かいました。

ぜひ商品のご感想や弊社へのご要望などお聞かせください。

完全にめまいがなくなった訳では
ないですが症状は軽くなったように
感じます。カカリのおかげなのであれば
続けて飲んでみても良いかなと
思いました。

ぜひ商品のご感想や弊社へのご要望などお聞かせください。

1日2粒で20日 続けやまかった。

頭がスッキリした感じでした。

ぜひ商品のご感想や弊社へのご要望などお聞かせください。

カブリエットの大きさがいい。水筒の
のふこみがいい。スムーズにできたので
良かったです。状態が安定しています。
他の薬も飲用しているもので、心配
しましたが、変化は今の所ありません。

ぜひ商品のご感想や弊社へのご要望などお聞かせください。

アンケートが遅くなり申し訳ございません。
商品は効果か少し出てきたので良いと
思います。

貴社の対応も良かったです。

後何ヶ月間、続けて飲用したいと思う
ので、商品を買えたいです！

ぜひ商品のご感想や弊社へのご要望などお聞かせください。

返信遅くなりすみません。

身だしなみも前程気にならなく

なりました

ありがとうございます。

メニエール病やめまい等の症状について、ご相談等
ございましたらいつでもお問い合わせください。

フリーダイヤル：0120(922)353

薬剤師の久保木（くぼき）に相談をしたいとオペレー
ターにお伝え下さい。

このデジタルブックをお読み頂いた全ての方の症状が
少しでも良くなることを願います。

久保木彰一 ●くぼき・しょういち

昭和薬科大学卒業後、大手ドラッグストア、調剤薬局
を経てワイズ製薬にて商品企画開発を担当。

© Ys Seiyaku, 2023 Printed in Japan

※本書に関するお問い合わせは発行元のワイズ製薬へお願い致します。