

◆暑さに慣れていない7月が発症のピーク！

・熱中症とは

人体は、発汗や血管の拡張などの体温調節機能により、異常な体温上昇を抑えることができます。しかし、水分や塩分(ナトリウム等)の不足などによって、暑さと体温調節機能とのバランスが崩れてしまうと、めまいや頭痛などの様々な症状が現れます。このような症状が熱中症です。

熱中症の症状にはⅠ～Ⅲ度の段階があり、段階によつて必要な処置が異なります。

○Ⅰ度(軽症) 立ちくらみ・筋肉痛・筋肉の硬直・手足のしびれなど、現場での応急処置で対応可能です。

○Ⅱ度(中等症) 頭痛・吐き気・嘔吐・虚脱感・集中力の低下など、病院への搬送が必要です。

○Ⅲ度(重症) 意識障害・けいれん・異常な高温など、入院して集中治療が必要です。

熱中症が疑われる際は、次のような処置を行います。

①涼しい環境に移る

クーラーが効いている室内や風通しの良い日陰に移動しましょう。

②水分と塩分を補給

塩分を同時に補える経口補水液やスポーツ飲料などを飲みましょう。冷たい水と塩分を含むタブレットを併せて摂ることも効果的です。

③脱衣と冷却

衣類をゆるめて、体内の熱を外へ出します。さらに、水の中で首やわきの下、太ももの付け根を冷やします。

◆それでも症状が改善されない場合は医療機関へ！

熱中症は対処が遅れると、最悪の場合、死に至るほか、腎臓の損傷や脳の機能障害などの重い後遺症につながります。特に高齢者は体温を調整する力が落ちているため、エアコンを使うなどしっかりと予防をして、立ちくらみや軽い頭痛などがあり、熱中症かな? と思った時は、直ぐに応急処置を行います。引用文献: 足立区ADACH ICTYより

『地域の皆様へ』

感染症の拡大防止のため、次のような取り組みを行っております。ご理解とご協力をお願いいたします。

【診療所】

○診察を受ける方及び付き添いの方全員のマスク着用、手の消毒、検温をお願いしております。

○診療所内の消毒と換気を毎日実施しております。

【老健施設】

○原則として、感染対策の為に入所者の外泊は禁止しています。また、面会は予約制となっております。

○通所リハビリ利用者に毎日の体調確認と検温を実施しております。

○施設内及び送迎車両の消毒と換気を毎日実施しております。

診療所外来7月担当医

☎泉崎南東北診療所 ☎0248-53-2415

【お願い】 発熱症状(37℃以上)、風邪症状(せき、のどの痛みなど)がある方の診療受付は、施設内に入らず、お電話ください。

	月	火	水	木	金	土	日/祝祭日
午前 受付時間 8:30 ~ 11:30	小林利男 整形外科・内科 7/6.13.27診療	小林利男 整形外科・内科	内藤 梓 消化器内科・外科 7/1.15.22.29診療	小林利男 整形外科・内科	小林利男 整形外科・内科 7/3.10.31診療	小林利男 整形外科・内科 7/4.11.18診療	休 診
		内藤 梓 消化器内科・外科 7/14.21.28診療		内藤 梓 消化器内科・外科 7/2.16.23.30診療	内藤 梓 消化器内科・外科 7/17.24診療	内藤 梓 消化器内科・外科 7/25のみ診療	
午後 受付時間 13:30 ~ 16:00 (水曜日は 14:30)	北原正樹 内科・形成・皮膚 7/6.13.27診療	小林利男 整形外科・内科	内藤 梓 消化器内科・外科 7/1.15.22.29診療	小林利男 整形外科・内科	小林利男 整形外科・内科 7/3.10.31診療	小林利男 整形外科・内科 7/4.11診療	
	緑川博文 心臓血管外科 7/6のみ診療	内藤 梓 消化器内科・外科 7/14.21.28診療	水曜 14:30 受付終了	内藤 梓 消化器内科・外科 7/16.23診療	内藤 梓 消化器内科・外科 7/17.24診療	内藤 梓 消化器内科・外科 7/25のみ診療	

緑川Dr【心臓血管外科】
(14:00~の診察となります)

※都合により診療時間や医師の変更がある場合がありますので、詳しい診療案内等は当診療所へお電話にてお問い合わせください。
(☎0248-53-2415)
※日曜・祝祭日・年末年始の休日の当番医はしらかわ情報センター(☎0248-23-9909)で確認いただけます。

※眼科は予約制となっております。
(事前に電話又は窓口にてご予約ください)
※7/2(木)午後から7/11(土)まで内藤医師の診療は休診になります。
※7/4(土)午前の心臓血管外科は休診になります。
※7/18(土)午後の診療は公開講座のため休診になります。