



～熱中症にはご注意を～

院長 三和 拓人

サッカーワールドカップも終わり、異常な暑さが毎日続きますね。我々が住んでいる岐阜県が連日全国ニュースで暑い地域 No.1 で挙げられると、嬉しいような悲しいような複雑な気持ちになってしまいます。今月は日本一暑い地域の皆様に、熱中症についてお話したいと思います。

まずは熱中症の症状から。こういう症状には気を付けましょう。



熱中症の症状

以下の症状が出現したら熱中症にかかっている恐れがあります



めまいや顔のほてり

- めまいや立ちくらみ、顔がほてる
- 一時的に意識が遠のいたり腹痛

体温が高い、皮膚の異常

- 体温が高くて皮膚を触ると熱い
- 皮膚が赤く乾いている

筋肉痛や筋肉のけいれん

- こむら返りと呼ばれる、手足の筋肉がつる

呼びかけに反応しない

- 声をかけても反応しなかったり、おかしい返答をする

体のだるさや吐き気

- 体がぐったりし、力が入らない。吐き気や嘔吐、頭痛などを伴う

まっすぐ歩けない

- まっすぐ歩けなかったり、体がガクガク震えるなどの症状がある

汗のかきかたがおかしい

- 拭いても拭いても汗が出る
- 逆に、汗を全くかいていない

水分補給ができない

- 水分補給をしようと思っても飲めない
- 飲んでもすぐに吐いてしまう



続きまして、熱中症対策です。

熱中症は大変危険な病気です。今朝元気だった人が、突然亡くなることもあります。こんな悲しい事はありません。あなたの身近の病気、誰でもかかる病気です。熱中症に関して連日ニュースでも取り上げられ、老若男女問わず全ての人がご存じだと思いますが、今一度対策を心がけてください。



職員みんなでウナギを食べました。

これからの夏を乗り切るために、みなさんもウナギでスタミナをつけてみてはいかがでしょうか。

ちなみに8月1日(水)も土用の丑の日です。



医院：各務原市那加桜町2-368

Tel 383-6800

自宅：各務原市三井北町1-171

Tel 382-1437

三和皮フ科HP：<http://miwahifuka.org/>