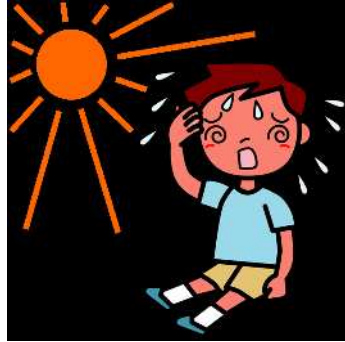


南相馬市立小高病院便り

再開第 53 号
平成 30 年 8 月 1 日

熱中症の猛威



今年は猛暑。残暑厳しい折、熱中症がまだまだ猛威を振るっています。小高区でも毎年熱中症にかかる患者さんがいます。

熱中症は重症度から 1 度から 3 度に分類されます

1 度（熱けいれん）めまい 失神 筋肉痛 筋肉の硬直

2 度（熱疲労）頭痛 気分の不快 吐き気 嘔吐 倦怠感 虚脱感

3 度（熱射病）意識障害 痙攣 手足の運動障害 高体温
応急処置としては下記の方法があります。

暑い現場から涼しい日陰、冷房が効いている部屋等に移す。

水分 塩分をとらせる（スポーツドリンクと水の割合は1対1）

衣類を緩めて（場合によっては脱がせる）体からの熱の放射を助ける。

うちわや扇風機の風に当てたり、氷嚢などがあれば、それを首・わきの下・あしのつけ根にあてる。

特に呼びかけて返事ができるか、自分で飲料を手で持って飲めるかが大きなポイントです。できないときは迷わず 119 番通報を。判断に迷ったら医療機関受診を優先しましょう！

普段から適切な水分補給、そして塩分補給を心がけましょう。

編集・発行 南相馬市立小高病院
〒979-2121
南相馬市小高区東町三丁目 8 番地
電話 0244-44-2025

診療時間

月曜日～金曜日(ただし祝日は除く)

受付時間 午前8:30～11:30 午後2:00～4:30

平成30年8月 診療予定表

	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4
午前				高橋哲之助	藤井宏二	藤井宏二	
午後					今野 明	16:00まで	
	5	6	7	8	9	10	11
午前		藤井宏二	藤井宏二	高橋哲之助	藤井宏二	藤井宏二	山の日
午後			中尾成利		今野 明		
	12	13	14	15	16	17	18
午前		藤井宏二	藤井宏二	高橋哲之助	藤井宏二	中尾成利	
午後			中尾成利		総合病院医師		
	19	20	21	22	23	24	25
午前		藤井宏二	藤井宏二	高橋哲之助	藤井宏二	藤井宏二	
午後			中尾成利				
	26	27	28	29	30	31	
午前		藤井宏二	藤井宏二	高橋哲之助	藤井宏二	藤井宏二	
午後					今野 明	16:00まで	

平成30年9月 診療予定表

	日	月	火	水	木	金	土
							1
午前							
午後							
	2	3	4	5	6	7	8
午前		藤井宏二	藤井宏二	高橋哲之助	藤井宏二	藤井宏二	
午後			中尾成利		今野 明		
	9	10	11	12	13	14	15
午前		藤井宏二	藤井宏二	高橋哲之助	藤井宏二	藤井宏二	
午後			中尾成利				
	16	17	18	19	20	21	22
午前		敬老の日	藤井宏二	高橋哲之助	藤井宏二	中尾成利	
午後			中尾成利		総合病院医師	休診	
	23/30	24	25	26	27	28	29
午前		振替休日	藤井宏二	高橋哲之助	藤井宏二	藤井宏二	
午後					今野 明		