

◇そろそろ熱中症のシーズンです◇

今年は 5 月の大型連休後から暑い日が始まり、市内でも熱中症の患者さんが救急搬送されています

特に 6 月に入ると、気温のほか湿度も上がってきます。湿度が上がると皮膚からの気化熱も発生しにくく、体に熱がこもってしまいます。

一般的には水分の補給で熱中症が予防できると思われがちですが、水だけだと水脱水になる場合があります。適切な塩分（経口補水液や塩飴等で）の補給も大切です。適切な水分補給と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

令和元年6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		河合義人	河合義人	高橋哲之助	河合義人	中尾誠利	
午後					今野 明		
	9	10	11	12	13	14	15
午前		河合義人	河合義人	高橋哲之助	河合義人	休 診	
午後			中尾誠利		今野 明		
	16	17	18	19	20	21	22
午前		河合義人	河合義人	高橋哲之助	河合義人	河合義人	
午後			中尾誠利				
	23/30	24	25	26	27	28	29
午前		河合義人	河合義人	高橋哲之助	河合義人	中尾誠利	
午後					今野 明		