



お知らせ

News Letter 7月号

・手汗・わき汗の治療（保険診療）

わき汗や、嵐の二宮和也さんがCMを行っている手汗の治療が当院でも可能です。お悩みの方は一度当院にご相談ください。

・健康診断

当院では随時、雇い入れや定期的健康診断を行っております。また、会社などで行った健康診断の相談も受付けております。お気軽にご相談ください。

・8月休診のお知らせ

臨時休診 **8月1日（火）**

夏季休診 **8月27日（日）～ 30日（水）**

ご不便をおかけしますが、何卒よろしくおねがいします。

※7月は通常通り診療を行っております。

コラム

～ 熱中症～

熱中症は**高い気温の下で起きる全身の障害**を総称したもので、熱失神、熱けいれん、熱疲労、熱射病に分類されます。熱中症は、人間の体温調節と深い関係があります。体温よりも気温が低い場合は、肌から空気へ熱を放散し、体温の上昇を抑えることができます。また、湿度が低ければ発汗することで熱が体の外へ逃げ、体温をコントロールすることができます。しかし、**気温が高く、さらに湿度が上昇**した環境では、これらの機構がうまく働かず、熱中症になってしまいます。

気温や湿度が高い環境のなかで、立ちくらみ、筋肉のこむら返り、体に力が入らない、ぐったりする、体が熱いなどの症状がみられたときには、すぐに熱中症が疑われます。**涼しい場所に避難し、ベルトやネクタイ、下着を緩め**、体から熱を出すようにします。**体に冷水をかけてうちわや扇風機であおぎ体を冷やしたり**、氷のうがあれば首や両脇、足の付け根などに当てましょう。話しかけても**反応が鈍い、言動がおかしい、意識がはっきりしない**といった症状がある時は、**すぐに救急車**を呼びましょう。自分では熱中症と気づかないことがあります。家族や周囲の人が異変を感じたら、すぐに声をかけてあげましょう。予防としては、外出時直射日光を避け**日陰を選ぶ**、**家の中ではエアコン**で適切な温度調節を行う、**こまめに水分摂取**を行うことなどが大切です。暑い日にはペットボトルを携帯し、のどが渴いたと感じる前に少しずつ水分補給をしましょう。

2023年7月

診療時間

午前： 9：00～12：30※土曜は午前のみ
午後： 15：00～18：30※休診：水、日、祝



Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
25	26	27	28	29	30	1
2 休診	3	4	5 休診	6	7 ~	8
9 休診	10	11	12 休診	13	14	15
16 休診	17 休診	18	19 休診	20	21	22
23 休診	24	25	26 休診	27	28	29
30 休診	31	1	2	3	4	5