



たま通信(スタッフだより)107号

熱中症 今年も暑くなってきました。外で遊ぶときには熱中症に気をつけましょう。

今回は熱中症の症状と、その対応についてお話しします。

めまいがする 顔色が悪い
頭が痛い おなかかが痛い
吐く 足のこむらがえり

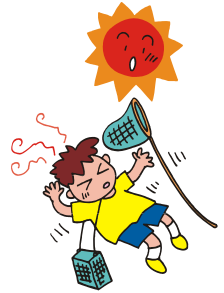
涼しいところへ移動して風を送り、
イオン系飲料を飲ませる。
しばらくしても回復しなければ病院へ。

ふらふらしている
ぼーっとしている

危険信号！
すぐ病院へ連れて行く。

倒れて意識が無い
けいれんを起こした

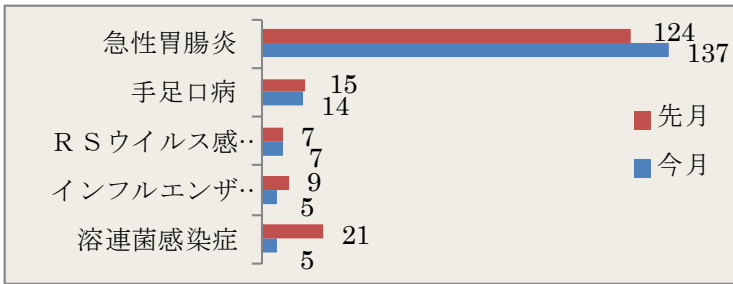
命の危機がせまっている。
救急車を呼ぶ。



予防がもっとも大切!

- ① 帽子をかぶり、風通しのいい涼しい服装を。
- ② 炎天下での激しい運動は避ける。
- ③ 汗で失われた塩分と水分を補給する。
- ④ 寝不足などの体調不良の時は運動を避ける。
- ⑤ 車中に乳幼児を置き去りにしない!
- ⑥ ベビーカーは地面からの照り返しに要注意!

感染症発症動向調査(H26/6/21~H26/7/20)



胃腸炎が流行しています。手洗い・うがいを心がけましょう。
また、吐物や便の処理に気をつけましょう。処理後の手洗いは忘れずに!!

今月のおすすめ絵本

「おじいちゃんが おばけになったわけ」

文：キム・フォップス・オーカンソン 絵：エヴァ・エリクソン

大好きなおじいちゃんがしんでしまいました。しかし、何か忘れ物をしたのか？おばけになってエリックのもとへ現れました。忘れ物を見つけておばけでは無くなる事が出来るのでしょうか？お盆の時期です。大切な祖先の方を思い出しながら、エリックとおじいちゃんの忘れ物探しを読んでみて下さい!



今月のスケジュール

- ・ 8/29 (金) 学会出席のため 16:00 までの診療となります。
- ・ 8/30 (土) 学会出席のため休診となります。

