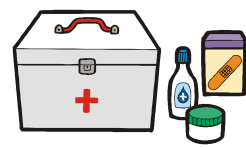


熱中症

連日、暑い日が続いていますが、外で遊ぶときには(熱中症・日射病)に気を付けましょう。熱中症の症状とその対応についてお話しします。

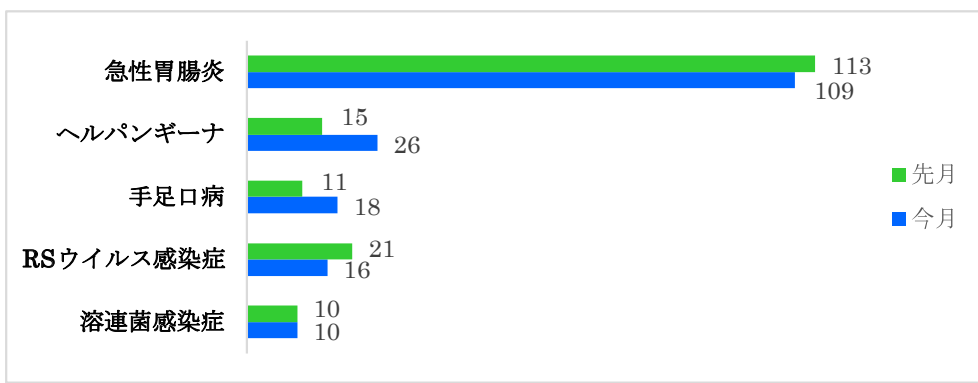
めまいがする、顔色が悪い 頭が痛い、お腹が痛い 吐く、足のこむら返り 全身がだるい	➡	涼しい所へ移して風を送り、イオン飲料を飲ませる。 しばらくたっても回復しなければ病院
ふらふらしている ぼーっとしている	➡	危険信号! 病院へ連れて行く
倒れて意識が無い 痙攣を起こした	➡	命の危機がせまっています 救急車



予防が最も大切!!!

- ① 帽子をかぶり、風通し良く涼しい服装を。
- ② 炎天下で激しい運動を避ける。
- 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時は運動を避ける。
- ⑤ 車中に赤ちゃん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があり要注意。

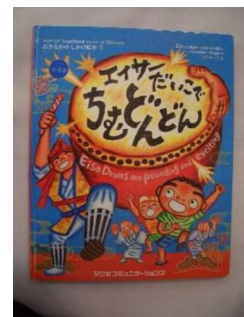
感染症発症動向調査(H29/6/21~H29/7/20)



夏かぜの手足口病やヘルパンギーナが増えています。食事がすすまない時は食べやすく、しめない柔らかいものがありますよ!

今月のおすすめ絵

「エイサーだいこでちむどんどん」 作:松田 幸子 絵:うえず めぐみ
沖縄では、お盆の時期に太鼓を打ち鳴らし踊りを踊ることをエイサーといい、精霊の供養を目的に各地で若者達が頑張っている姿を目にしますね。練習の音が聞こえると、夏を実感しますよね!お盆を前に、仕掛け絵本でエイサーを楽しんでみて下さい。ウチナーグチでの記載もあり、勉強になりますよ!



今月・来月のスケジュール

・8/31(木)は臨時診療致します。

※ 9/1(金)・9/2(土)は院長学会出席のため休診致します。