



# 今津病院だより

2014年7月号(第100号)

理念 隣人愛

私たちは、自らを愛するように隣人を愛し  
隣人に尽くすことに誇りをもちます

## 熱中症について

今年も、暑い日が多くなってきました。これから秋にかけて、暑い日には必ずと言っていいほど熱中症で搬送されたとのニュースを耳にします。みなさんも、熱中症にならないようしっかり予防しましょう。

熱中症とは、室温や気温が高い中での作業や運動により、体内の水分や塩分（ナトリウム）などのバランスが崩れ、体温の調節機能が働かなくなり、体温上昇、めまい、体がだるい、ひどいときにはけいれんや意識の異常など、様々な症状をおこす病気です。家の中でじっとしていても室温や湿度が高いために、熱中症になる場合がありますので、注意が必要です。

子どもや高齢者は体温調整機能が弱く、熱中症にかかりやすいので、特に注意してください。

## 熱中症予防のためのポイント

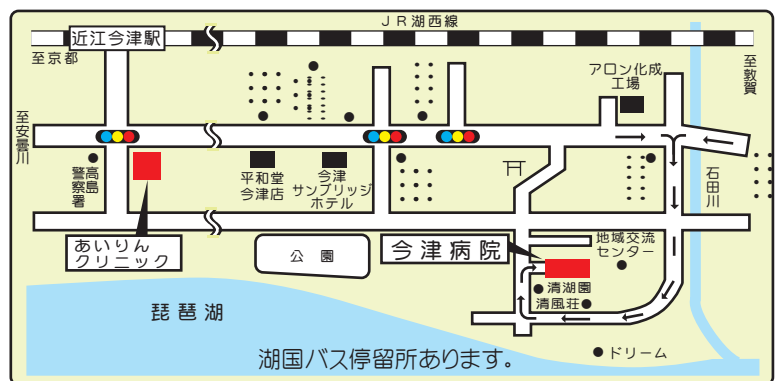
- \* 部屋の温度をこまめにチェック。（普段過ごす部屋には温度計を置くことをお奨めします）
- \* 室温28℃を超えないように、エアコンや扇風機を上手に利用。
- \* のどが渴いたと感じたら必ず水分補給。
- \* のどが渴かなくてもこまめに水分補給。
- \* 外出の際は体をしめつけない涼しい服装で。日よけ対策も。
- \* 無理をせず、適度に休憩を。
- \* 日頃から栄養バランスの良い食事と体力づくりを。

## 熱中症の症状が出たら、 体を冷やすことが大切です。

- ◆ 可能ならエアコンのある場所に移動し、扇風機・うちわなどで風をあてる。
- ◆ 保冷剤や冷やしたペットボトル等で、首まわり、脇の下、太もものつけ根を冷やす。
- ◆ 飲めるようなら、水分を少しずつ頻回に飲む。



## アクセスマップ



## こんな時はためらわず 救急車を呼びましょう。

- 自分で水が飲めなかったり、脱力感や倦怠感が強く、動けない場合。
- 意識がない（おかしい）、全身のけいれんがあるなどの症状の人を発見した場合。

暑い夏を元気に過ごすため、熱中症のことをよく知り、しっかり予防しましょう。

一般財団法人 近江愛隣園 今津病院

〒520-1605

滋賀県高島市今津町南新保87番地1

TEL:0740-22-2238・FAX:0740-22-5125

HP: <http://www.oumiairinen.org>

## ● 外来診療部門

	月	火	水	木	金	土 午前のみ
内科	安藤	大野 (初診受付11:00まで)	藤野	平井 (午後は急患のみ)	第1 AM大野 PM安藤 第2・3・4 佐々木	交替
整形外科※3 リハビリテーション科	岸本	第1・3 永山 第2・4・5 岸本	第1・3 瀬本 第2・4・5 岸本	岸本	瀬本	瀬本 (小児側専門外来) 岸本
専門外来	皮膚科※2 藤本 消化器内科 安藤 泌尿器科 AMのみ 完全予約制 岩城 循環器内科 PMのみ 佐々木	循環器内科 大野 (初診受付11:00まで)	腎臓内科 藤野	泌尿器科 PMは完全予約制 岩城	皮膚科 第1・3・5 高橋 第2・4 内山 呼吸器内科※1 禁煙外来 ※1 第1・2・4 島田	

※ 予約もお受けしています。電話でも受付できます。(☎0740-22-2238)

※1 呼吸器内科・禁煙外来は各月第1・2・3・5金曜日AM10:00～12:00 7月は第1・2・4週

※2 皮膚科 毎週月曜日は14:30まで

※3 整形外科 4(金)午後休診 5(土)休診 26(土)岸本Dr.休診

## ● 人工透析のご案内

1部(月～土)	8:30～
2部(月～土)	14:30～
3部(月・水・金)	17:00～

■ ベッド数 25台

※ 送迎についてはご相談下さい。

※ 臨時透析受付いたします。

透析センター直通電話番号 0740-22-2341

## ● 無料保健・福祉相談(予約制)のご案内

今月の相談日 17日(木)

相談時間 10:00～11:00

テーマ

『社会保障制度の情報と利用について』

22-5126(地域連携室直通)

## ● 受付時間・診察時間

	受付時間	診療時間
午前	8:30～12:00	9:20～
午後	13:30～15:30	13:30～

■ 休診日:日曜日・祝祭日 土曜日の午後は休診

訪問診療・訪問看護も行っております。

お気軽にご相談ください。

緊急時はお問い合わせください。24時間体制です。

## ● 訪問リハビリテーションのご案内

◆実施日 月～金(年末年始・祝祭日除く)

◆実施時間 9:00～17:00

◆完全予約制 詳しくはお問い合わせください。

当院は敷地内  
全面禁煙です

