



## 「熱中症の予防と対応が大切です」

梅雨があっという間に終わり、猛暑がやってきました。しかし、電力逼迫が心配される毎日となっており、節電が呼びかけられています。最高気温が35℃を超える毎日だと、室内にいても熱中症のリスクが高く、注意が必要です。熱中症は、体温が上昇して体温調節機能が狂い、体内に熱がこもってしまうことで起こります。熱中症の症状として、**めまい、立ちくらみ、頭痛、吐き気、力が入らない**などの症状があります。重症の場合は**意識障害、けいれん**などが出現し、命にかかわります。予防として、暑すぎる環境を避けることはもちろん、**水分と塩分をこまめに補給**することが大切です。また室内でも室外でも涼しい服装をすることが大切です。吸汗性が高く、風通しのよい服装をしましょう。熱中症の症状を自覚したら、まずは涼しい場所へ移動します。可能であれば首のまわり、脇の下、足の付け根など太い血管が走っている部位を保冷剤や氷などで冷やします。同時に水、塩分、経口補水液などを摂取します。重症の場合（意識消失、全身けいれんなど）は病院への搬送が必要です。この夏は災害級の暑さが続く可能性があり、自分とまわりの人を守るためにも、熱中症に気をつけてくださいね。



## オギジビ 豆知識



7月になりました。紫外線がますます強くなり、日焼けが気になる季節です。今年もオギジビでは「夏的美肌注射割引キャンペーン」を行います。自費メニューの「美肌注射ホワイト」「美肌注射プレミアム」をそれぞれ値下げします。詳しくは院内ポスターやホームページのお知らせをご覧ください。自費注射メニューは、予約なしでもOKです。ご希望の方はスタッフにお声かけください。この機会にぜひ、ご利用ください。

## オギジビの輪

- お友達・お知り合いに、是非おぎはら耳鼻咽喉科をご紹介ください。
- 神奈川県では珍しい、言語聴覚士のいる耳鼻咽喉科です。難聴や補聴器については大学病院レベルの診察・検査体制を整えています。
- ちょっとした不安の解消から専門的な診察まで、幅広く行っています。