

7月のほけんだより

看護師 中山 みどり

暑い季節がやってきました。梅雨明け直後は暑い日が続くので、熱中症に注意しなくてはなりません。水分補給や体調管理に気を付けながら、涼しい時間帯は外遊びをして、暑さに負けない体づくりを心がけましょう。6月は、ヘルパンギーナが1名でした。

夏に多い感染症

ウイルス感染によって起こる病気で、他人への感染力も強いので、必ず受診をして医師の診断を受けましょう。

ヘルパンギーナ

突然の高熱と喉の痛み、口の中の水ぼう、口内炎が特徴です。症状が軽ければ1~4日くらいで解熱します。



プール熱

プールで感染することもあり、高熱が3~5日くらい続き、喉の痛み、目の充血やかゆみなど結膜炎のような症状も出ます。食事は消化のよい物を食べましょう。



手足口病

手の平、足の裏、口の中に水ぼうがで、発熱することもあります。食事は喉越しのよい物を食べましょう。



流行性角結膜炎

目が腫れ、充血し、普段より多く目やにや涙が出ます。周りの人への感染源となるので、タオルは共有しないようにしましょう。

プールの事前準備

- * 水着、タオル、下着に名前を書いてください。
- * 耳、鼻、喉、目、皮膚の病気は治療を済ませておきましょう。また、治療中の病気などがあれば、事前にお知らせください。
- * 爪を切りましょう。長いと、けがの原因となります。
- * 水いぼがある場合には、絆創膏を貼ってください。

こんな時はプールに入れません。

- ・ 熱がある。または、前日に熱があった。
- ・ 鼻水が出ている。
- ・ 喉やその周りが赤い、喉に痛みがある。
- ・ 目が赤く充血している。
- ・ 普段より多く目やにが出ている。
- ・ 普段より多く耳だれが出ている、耳の痛みを訴える。

7月の休日急患診療機関

7/7	日	富中小児科医院 (小) 52-6000 (三股町)	霧山内科・脳神経外科 (内) 21-5000 (高輪町)	岡 病 院 (内・胃) 62-1100 (高輪町)	安藤胃腸科外科医院 (消・外・内) 39-2226 (豊満町)	なから整形外科(小) (整) 36-5333 (平江町)	よしだ眼科クリニック (眼) 77-8817 (三股町)
14	日	ふくしまクリニック (内・消・小) 46-5001 (下川東)	藤元総合病院 (内) 22-1717 (早鈴町)	霧山内科・脳神経外科 (内) 21-5000 (高輪町)	野口脳神経外科 (脳) 47-1800 (太田町)	寺本整形外科医院 (整) 22-1171 (北原町)	いそいち産婦人科医院 (産・婦) 22-4585 (平塚町)
15	月	早水公園クリニック (小・外・消・7) 36-6117 (早水町)	ライフクリニック (内) 39-2525 (安久町)	海老原内科 (内) 61-1211 (山田町)	藤元内科・小児科(脳) (脳) 80-4313 (下川東)	遠見泌尿器科医院 (泌) 24-8344 (豊ヶ丘町)	くぼた眼科 (眼) 26-3100 (南園尾町)
21	日	飯 屋 医 院 (内・小) 36-0521 (上水瀬町)	鶴木循環器内科医院 (新・内) 26-0008 (花巻町)	共 立 医 院 (内) 22-0213 (蔵原町)	吉 松 病 院 (外・整) 25-1500 (蔵原町)	ながはま整形外科 (整) 46-7188 (都北町)	中山産婦人科医院 (産・婦) 23-8815 (前田町)
28	日	政 所 医 院 (小・内) 58-2171 (高城町)	坂 元 医 院 (内・胃) 22-0360 (牟田町)	坂 田 医 院 (内・消・胃) 51-2003 (三股町)	飯屋外科胃腸科医院 (外・胃・内) 25-7712 (志比田町)	もちお産婦人科 (産・婦) 21-5355 (蔵原町)	すみ産婦人科医院 (産・婦) 23-1152 (東町)