



ほけんだより



看護師 門川 留美

曇り日が続くようになり、熱中症が心配な時期となりました。

体が曇さに慣れていない梅雨明けや急激に気温が上がった日は特に注意が必要です。

普段からの外遊びで体を鍛え、喉がかわいていなくても水分をこまめに摂取するようにしましょう。

6月は、突発性発疹が1名でした。

どうして起こるの？熱中症



汗がかけなくなることで体温調節ができなくなるために起こります。

体調にもよりますが、気温32℃以上、湿度60%以上の環境で、十分な水分補給をしないで運動すると発症しやすいといわれます。さらに子どもは、大人よりも脱水症状を起こしやすいので、より注意が必要です。

夏に多い感染症

手足口病

手の平、足の裏、口の中に水疱ができ、発熱することもあります。食事は喉越しの良い物を食べましょう。

ヘルパンギーナ

突然の高熱と喉の痛み、口の中の水疱、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。

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。

フール熱

フ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でます。食事は消化の良い物を食べましょう。

7月の休日急患診療機関

7/5	日	はしぐち小児科(小) 24-5500(都原町)	ベテスダクリニック(内) 22-1700(年見町)	坂田医院(内・消・胃) 51-2003(三股町)	都北とうごうクリニック (外・消・呼・乳・肛) 38-6060(都北町)	池之上整形外科 (整・リハ・リウ) 23-2311(上川東)	よしだ眼科クリニック(眼) 77-8817(三股町)
12	日	畠中小児科医院(小) 52-6000(三股町)	鶴木循環器内科医院 (循・内) 26-0008(花繰町)	戸嶋病院(内) 22-1437(郡元町)	安藤胃腸科外科医院 (消・外・内) 39-2226(豊満町)	ながはま整形外科(整) 46-7188(都北町)	吹上耳鼻咽喉科医院 (耳・鼻) 21-4133
19	日	共立医院(内・小) 22-0213(蔵原町)	有川呼吸器内科医院 (呼・内) 24-6677(上川東)	みしま内科クリニック (内・循) 51-8100(三股町)	仮屋外科胃腸科医院 (外・胃・内・肛) 25-7712(志比田町)	いき形成外科ひふ科 クリニック(形・皮) 45-0020(年見町)	いそいち産婦人科医院 (産・婦) 22-4585(平塚町)
23	木	仮屋医院(内・小) 36-0521(上水流町)	藤元総合病院(内) 22-1717(早鈴町)	大岐医院(内・胃) 57-2025(山之口町)	都城フォレストクリニック 脳神経外科(脳) 80-4313(下川東)	橘病院(整) 23-7236(中町)	岩下耳鼻咽喉科(耳・鼻) 51-1187(三股町)
24	金	児玉小児科(小) 25-5570(花繰町)	森山内科・脳神経外科(内) 21-5000(南鷹尾町)	ライフクリニック(内) 39-2525	一心外科医院 (外・胃・肛・内) 52-7788(三股町)	花房泌尿器科医院(泌) 25-1177(北原町)	武田産婦人科医院(産・婦) 22-0336(蔵原町)
26	日	ふくしまクリニック (内・消・小) 46-5001(下川東)	野辺医院(内・胃) 22-0153(上町)	いづみ内科医院(内) 22-7111(鷹尾)	川畑医院(外・胃) 46-3225(年見町)	もちお蛸原医院(整・形) 21-5355(養原町)	宮田眼科病院(眼) 22-1441(蔵原町)