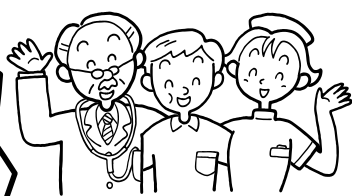


ほほえみ



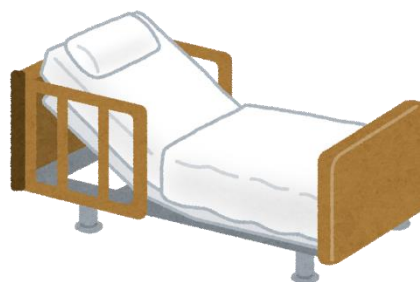
第 125 号

2020. 7. 6 発行

(医)録三会 美濃加茂市 太田町 2825	
太田病院	Tel 0574-26-1251
クリニック	Tel 0574-26-2220
中部台ケアセンター	Tel 0574-23-1155
更紗	Tel 0574-23-1011
デイサービス 和	Tel 0574-24-0753
つるかめ訪問看護	Tel 0574-27-6535
居宅介護支援事業所	Tel 0574-23-0600
中部長寿支援センター	Tel 0574-49-8591

血液浄化センターのベッド数が 30床→35床となりました！！

この度、受入れ人数を**120名**（夜間透析も含む）とするため5床増床し、35床となりました。工事期間は、皆様にご協力いただきまして誠にありがとうございました。



通院困難な方には送迎を行っております。（一部送迎できない地域があります。）また、夜間透析も行っており、お仕事帰りにも透析治療を受けて頂くことも可能です。少しでも快適に過ごしていただくために各ベッドにはテレビを配置しております。

ご希望の方は、血液浄化センターまでご連絡下さい。

TEL：0574-26-2220 担当：臨床工学技士・板津

外国語のサポートとして翻訳アプリを導入します

Introduzir aplicativo de tradução como suporte a idioma estrangeiro

美濃加茂市には5,300人強の外国人が在住していることから、当院にも多くの外国人の方の来院があります。

そこで日本語での会話が難しい患者様に少しでも安心して受診いただくために、翻訳アプリを導入します。タブレット端末の翻訳アプリを利用しながら、コミュニケーションを取らせていただきたいと思います。



しかし、翻訳アプリで誤訳の可能性もゼロではないことから、通訳の方と一緒に来院できる方は、今後も通訳同伴での受診をお願いします。

今年マスク着用による熱中症に要注意！！

～熱中症の半数は65歳以上の方です～

新型コロナウイルス感染症の影響で感染防止の3つの基本である

①身体的距離の確保②マスクの着用③手洗いの継続がまだまだ必要です。

そのため、夏でもマスクを着用する機会が増えると思いますが、マスクをしていると、自分の呼吸によって温かい空気しか入ってこないため、呼吸で身体を冷やすことが難しく、むしろ体温を上昇させてしまいます。また顔の半分ほどがマスクで覆われていることによって熱がこもりやすくなります。

このように熱がこもりやすく発散しにくくなっているのに加え、マスクによる加湿で特に高齢者は口の渇きも感じにくくなるため熱中症に気付くのが遅くなり、マスクなしで過ごしている時よりも熱中症になるリスクが高まるため、例年以上に熱中症にならないための注意が必要です。



◇適宜マスクを外そう！

気温、湿度の高い中でのマスク着用は、熱中症の危険が高まるため、屋外で2m以上距離を確保できるときは、マスクを外しましょう。

◇こまめな水分・塩分補給！

のどが渇く前に水分・塩分補給しましょう。特に高齢者は加齢により、のどの渇きに対する感覚が鈍くなります。1日あたり1.2Lを目安にしましょう。



※持病がある方は、水分や塩分の摂取についてかかりつけ医にご相談ください。

◇エアコンなどを利用！



室内や夜間でも熱中症は発生しています。部屋に熱がこもらないように、エアコンや扇風機等を利用しましょう。エアコンが苦手な方もみえると思いますが、温度設定に気を付けたり、風向きを調節するなど工夫してみてください。また加齢により暑さに対する感覚が鈍くなり、体の調整機能も低下しています。部屋の見やすいところに温湿度計を置き、温度が上がったら、エアコンをつけるなど常に注意しましょう。エアコンをつけていても換気は忘れないようにしてください。

◇熱中症の症状が出てしまったら…

Ⅰ 度 現場での応急処置で対応できる軽症（熱失神、熱けいれんに相当）	
《症状》 ・めまいやたちくらみ ・こむら返り ・大量の発汗 	《対応》 ・涼しい場所へ移動 ・衣服をゆるめて体を冷やす ・水分、塩分の補給 
休んでも症状が改善しない場合は、医療機関を受診して下さい。	
Ⅱ 度 医療機関への搬送を必要とする中等症（熱疲労に相当）	
《症状》 ・頭がガンガンする ・吐き気又は嘔吐 ・倦怠感 	《対応》 ・涼しい場所へ移動し、足を高くして休む ・衣服をゆるめて体を冷やす ・水分、塩分の補給 ・足を高くして休む
自力で水分摂取できない場合は、すぐに医療機関を受診して下さい。	
Ⅲ 度 入院して集中治療の必要のある重症（熱射病に相当）	
《症状》 ・意識がない ・けいれん ・高体温 ・呼びかけに対し返事がおかしい	《対応》 ・すぐに <u>救急隊の要請</u> ・脇の下、首すじ、股を 氷や水で冷やす 

☆太田メディカルクリニック休診のお知らせ☆

- ・佐々木裕茂 医師 7/25（土）・8/29（土） 午前診療
- ・渡邊 友純 医師 8/3（月）～8/8（土） 午前・午後診療
- ・田中 浩行 医師 8/12（水）～8/15（土） 午前・午後診療
- ・佐々木 晃 医師 8/14（金）～8/20（木） 午前・午後診療
- ・尾下 英史 医師 8/15（土） 午前診療

※休診は変更する場合がありますので、受付窓口近くにある掲示板でご確認ください。

★8/14（金）は、お盆のため午前診療のみとなります。

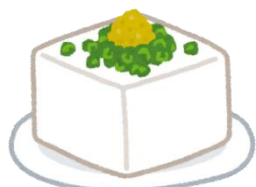
ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願い致します。

♪栄養科からのちょっとしたアドバイス♪ ―夏バテ対策―

暑い日は食欲が減退し、そうめんや冷や麦などのあっさりとしたメニューが続き、必要な栄養が不足しやすくなります。そうならないためにも、栄養素をバランス良く摂るように意識することが大切です。食欲増進には、「しょうが」や「しそ」などの香味野菜や、「カレー粉」などの香辛料を使うのが効果的です。また、酢やレモン、梅干しなどに含まれるクエン酸には疲労回復効果があるのでおすすめです。



夏バテ対策の栄養素として特に注目されているのが「ビタミンB1」です。ビタミンB1には炭水化物に含まれる糖質をエネルギーに変えるとともに、老廃物を体外へ排泄して、疲労を回復させてくれる働きがあります。また、食欲を増進させるので、食が進まない人にもおすすめです。ビタミンB1を多く含む食品として「豚肉」や「大豆」などが挙げられます。普段の食事に少し取り入れてみてはいかがでしょうか？



栄養状態の改善が必要な場合は、
外来で栄養指導を受けて頂くことも可能です。
ご希望の方は、主治医へご相談ください。



★太田メディカルクリニック

休日急患診療所当番日のご案内★

＊7月19日(日)・8月9日(日) 受付時間 9:00～16:30



急病などで応急処置を必要とする方を対象としております。
症状によっては休み明けに改めて医療機関を受診して頂き、
適切な検査や指示を受ける必要があります。

あとかき



今年は「夏用マスク」も販売されています。暑い日々が続いているので、冷たく涼しいマスクには興味が引かれますね。マスクのポケットに保冷剤を入れることができるものもあるようです。
次は令和2年9月5日に発行予定です。

経営企画部