



しおん

004

夏号



INDEX

◆ 特集

熱中症について

◆ インフォメーション

院内コンサートの開催

公開講座の開催

部署紹介

新入職員・研修医の紹介

行事食の紹介

院長のご挨拶

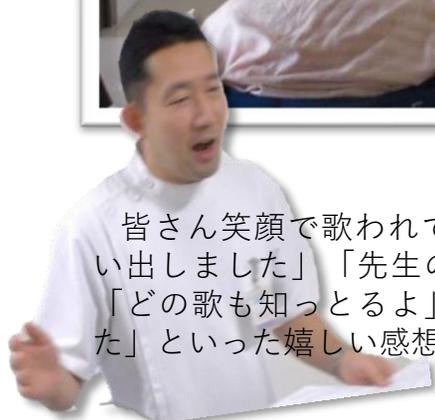


こんにちは。7月半ばになり暑さが増してきましたが、いかがお過ごしでしょうか。日によって温度差が激しく体調を崩しておられませんでしょうか。

時が過ぎるのは早いもので、「しおん」も次号で発行して丸1年になります。

今回は夏号で、音楽会の報告や熱中症の話などを載せております。楽しんでいただければ幸いです。皆様、くれぐれも熱中症にお気を付けください。

院内コンサートの開催



皆さん笑顔で歌われており、「青春時代を思い出しました」「先生の歌が聞けるなんて！」「どの歌も知っとるよ」「気持ちがスッキリした」といった嬉しい感想も聞けました。

5月24日に院内演奏会をしました。今回は皆さんに馴染みのある曲を歌っていただくということで、『水戸黄門』や『365歩のマーチ』『上を向いてあるこう』など10曲演奏しました。キーボードとギターに加えて今回はなんとチェロも参加！



学校検診の実施



当院は、4企業の産業医として健診事業を担っています。また、保育園から高等学校まで6校の学校健診も行っています。

この写真は近隣の学園の健診へ向かう医師の姿です。年齢を問わず、予防医療を担うことも地域に根差した病院としての大切な役割だと考えています。



★熱中症とは

熱中症とは、体温が上がり、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温の調節機能が働かなくなったりして、体温の上昇やめまい、けいれん、頭痛などのさまざまな症状があらわれます。熱中症といえば、炎天下に長時間いたり、真夏の暑いなか運動をしていたといったケースを想像するかもしれませんが、実際はこうした典型的な場面ばかりではありません。実は、**梅雨の合間に突然気温が上がったなど、身体が暑さになれていない時期にかかりやすい病気**でもあります。

具体的には、次のような環境では注意が必要です。

- ・ 気温が高い、湿度が高い
- ・ 風が弱い、日差しが強い
- ・ 照り返しが強い
- ・ 急に暑くなった

気温が低い日でも**湿度が高い**と熱中症にかかりやすくなります。

また、家の中でじっとしていても室温や湿度の高さから熱中症にかかることもあり、発生場所では**住宅等居住施設が全体の37%**を占め最も多く、次いで道路・交通施設が25%を占めています。最近ではこの様な室内型熱中症が注目されています。若年から中年の方々は運動中や屋外での仕事に発症することが多いのですが、室内で熱中症になるのは65歳以上の高齢者がほとんど（72%）です。高齢者は、熱中症になったら重症化しやすいので予防が大切です！



★症状

右の図のような症状があります。

★治療

身体を冷やしながら横になるか楽な体位を取りましょう。意識があり、吐き気や嘔吐などがなければ、水分補給を。経口補水液、スポーツ飲料か薄い食塩水などを飲みましょう。軽症であれば冷却と水分塩分摂取で良くなる可能性が高いですが、中等症以上の症状があれば病院へ受診しましょう！点滴などの処置が必要かどうかを聞く必要があります。

★予防

- ・ 窓を開けたり、**扇風機**や**エアコン**を使ったりしましょう。
- ・ 喉が渇く前に飲みましょう（お酒やコーヒーは水分摂取にはなりません。むしろ脱水になります。）
- ・ **運動は早朝**に、運動前に水分（塩分少し）をとりましょう。
- ・ 外に出るときは涼しい服装や**日傘・帽子**を使い、水分塩分補給に気を付けましょう。
- ・ 室内でも**夜間**でも熱中症に注意しましょう。



参考：公益社団法人 全日本病院協会HPなど

第4回 藤井病院健康講座の開催



6月5日「認知症のお話」というテーマで健康講座を開催しました！今回は40人近くの方がいらしてくださいました。

宮阪医師と寸劇を交えながら、笑いあり涙あり(?)の和やかな講座となりました。今後も継続していく予定なのでご参加お待ちしております。

平岩



新入職員の紹介

きた
喜多 真也



◎診療科：
救急科/消化器内科

★趣味：
ダイビング/映画鑑賞

5月から藤井病院で勤務しています喜多真也と申します。専門は消化器内科ですので、胃腸のトラブルの際はお気軽にお声がけください。また内視鏡業務も行っておりますので、胃カメラ・大腸カメラでの検査等の相談も喜んでさせていただきます。最近の話題は『健康は腸から』ですので、一緒に健康な体を作っていきましょう。

検査科の紹介



当院検査科は「患者様中心、地域の皆様に信頼され、親しまれる病院」の理念をモットーに日々邁進しております。出来ることを一生懸命行うことで少しでも患者様のためになればと思っております。

検査科のスタッフは、臨床検査技師3名（藤井病院に2名、ふじいクリニックに1名）が常駐しています。検査等で何かお困りごとがございましたら、お気軽にご相談ください。

短期研修で当院へ来てくださっている先生方



かやの
萱野 真史

福山市民病院の萱野真史と申します。今回7月の一か月間働かせていただくことになりました。ご飯も美味しいですし、充実した研修を送らせていただいております。至らぬことが多いと思いますが、どうぞよろしくお願い致します。



よしちか
吉近 諒

はじめまして。福山医療センターの吉近諒です。医療センターとは違う、地域に根差した医療を勉強させていただくため、研修に参りました。よろしくお願いたします。

行事食の紹介



「七夕御膳」



七夕そうめん

海老押し寿司

夏野菜の天婦羅

黄桃ゼリー



医療法人 紫苑会 藤井病院
〒720-0201 広島県福山市鞆町鞆323番地
TEL：084-982-2431 FAX：084-982-0781
<http://fujii.dr-clinic.jp/hospital/>



鞆の浦Blog
<http://fujii.dr-clinic.jp/hospital/blog>



☆ 職員募集：看護師、准看護師、看護補助者 随時募集中（詳しくは病院までお電話下さい） ☆