



2018年5月3号

# 熱中症・熱射病治療は かのう内科クリニックで

## 体温の上昇やめまい、けいれん、頭痛などの症状

### 熱中症はどこでなる？

熱中症といえば、炎天下に長時間いた・真夏の暑いなか運動をしていたケースだけでなく、**梅雨の合間の突然気温が上昇した時や身体が暑さになれていない時期**にかけやすい病気です。

- ・ 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

また、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。

**家の中**でも室温や湿度の高さから熱中症にかかることもあり、最近ではこの様な**室内型熱中症**が注目されています。

### 熱中症の予防法

- **暑さを避ける**: 日陰を歩く、帽子や日傘を使う。家の中では、ブラインドやすだれで直射日光を遮る、扇風機やエアコンで室温・湿度を調整する。
- **服装を工夫**: 吸収性や通気性の高い綿や麻などがいいでしょう。
- **こまめな水分補給**: スポーツ飲料は水分とミネラルを同時に補給できます。
- **暑さに備えた体作り**: 日頃から屋外で活動しましょう。

かのう内科クリニックでは、患者様の体調変化にいつでも治療できる体制をとっております。気温の変化等で調子が悪ければ、すぐ当院にご相談ください。

お気軽に相談してください



かのう内科クリニック

箕面市牧落3-14-19

072-737-6555

AM9時から12時

PM16時から18時半

水曜午後・土曜午後・日祝日休診



日本医師会認定産業医 日本内視鏡学会専門医

日本内科学会認定医・日本糖尿病協会療養指導医

