市立病院だより

No.68

ほほえみ

発行　越谷市立病院
発行人　院長　坂本　一博
連絡先　〒343-8577
越谷市東越谷10-32
TEL　048-965-2221(代)
FAX　048-965-3019

こんなお悩み、抱えてませんか？

入院生活ってどんな感じなんだろう？

病院や施設のことを知りたい

治療費が払えるか心配……

がんだと言われた！どうすれば……？！



退院して、病気とうまく付き合っていけるか不安……

～患者支援センターをご利用ください～



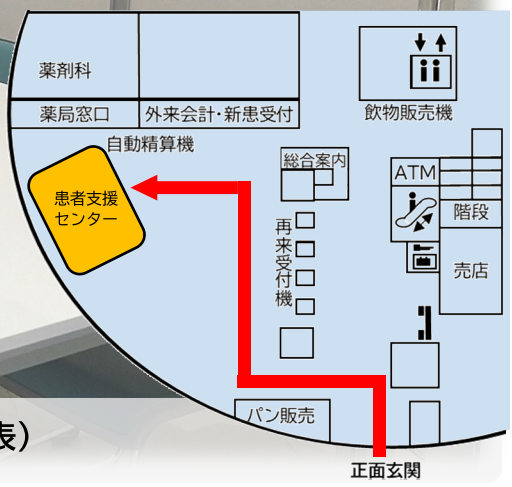
病気になると、健康だったときには思いもよらなかったような様々な問題や不安に直面するものです。

患者支援センターでは、患者様やご家族が生活していく上で生じる様々な不安や課題等について、ご相談を受け付けています。

院内の医療従事者だけでなく地域の関係機関とも協力しながら、患者様が安心して治療に専念し、社会生活を送ることができるようお手伝いしますので、お悩みごとがありましたら、ぜひご相談ください。

ご相談方法

受付時間：平日午前8時30分～午後5時
相談方法：患者支援センター(1階正面玄関左手奥)へ
直接お越しいただくか、お近くの職員へ
お声かけください。電話でも相談できます。

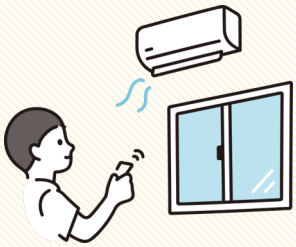


連絡先：患者支援センター　医療福祉相談担当　048-965-2221(代表)

熱中症を予防しましょう！

今年も暑い季節がやってきました！
近年、厳しい猛暑で熱中症による健康被害が増え、昨年度には全国で約1,500人が熱中症によって亡くなっています。
熱中症の予防・対処方法を知り、健康被害を防ぎましょう。

○熱中症を予防するために……



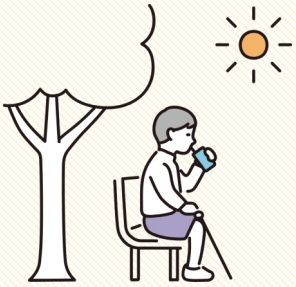
①暑さを避ける
天気の良い日、特に気温が高くなる日中は**不要不急の外出を避ける**ことが望ましいです。また、室内にいても**エアコンや扇風機を使用する**などして室温を適切に調整しましょう。

②予防行動をとる
日の当たるところでは**日傘や帽子を着用**し、**長時間の作業や運動は避けましょう**。また、**こまめに水分・塩分補給**をしましょう。冷たいタオルや保冷剤などで体を冷やすことも有効です。



○それでも熱中症になってしまったら…

①涼しい環境への避難
クーラーが効いている室内や風通しのよい日陰等に避難させてください。



②脱衣と冷却
衣服をゆるめ風通しをよくしましょう。首、脇の下、太ももの付け根を氷のう等で集中的に冷やしましょう。



③水分・塩分の補給
冷たい水を飲ませましょう。大量の発汗があった場合は、塩分も補給するため経口補水液やスポーツドリンクが最適です。

これらの応急処置をしても症状が改善しない時や、
自力で水分を摂れない、意識がいつもと違うといった
症状がある場合は、**速やかに医療機関を受診**してください。



特に高齢者や乳幼児、体調不良の方は熱中症のリスクが高いので、予防を心がけてください。熱中症について正しい知識を身につけ、暑い夏を乗り切りましょう！