

熱中症～暑い夏を乗り切ろう～

整形外科医師 石垣 佑樹

8月に入り気温が高く、照り付ける日差しの日が増えてきました。現在、コロナウイルス第7波真っ只中であり、コロナウイルス対策にも気を付けなければいけませんが、熱中症にも気を付けなければいけない季節がやってきました。

私たちの体には暑いときや運動により体温が上がった時に、体温を調整する機能が備わっています。しかし、気温や湿度が高い日や激しい運動などにより体温調節機能が乱れると、体外への熱の放出ができなくなり熱中症を発症してしまいます。また、急激に大量の汗をかき、体内の水分や塩分が失われることも熱中症を引き起こす原因となります。たかが熱中症と侮るなかれ、毎年多くの方が熱中症で亡くなっています。

夏休み中は、炎天下でのクラブ活動や楽しいイベントなど屋外活動で熱中症に注意が必要な場面が多くあります。室内だからと言って安全なわけではありません。冷房機能の備わっていない体育館などは高温・多湿となりやすく注意が必要です。また、高齢者は成人に比べて熱中症へのリスクが上がると言われています。これは、高齢者は成人に比べて体内の水分量が少なく、熱やのどの渇きに対して感覚が鈍くなってしまうからです。

熱中症は予防法を知っていれば防ぐことができます。「暑さを避ける」「こまめな水分補給」「暑さに備えた体づくり」が大切です。熱中症の対策だけではなくコロナウイルスへの対応も必要な現在、マスクの着用が求められています。もちろん、感染拡大を防ぎ自身を守るためにはマスクは必要です。しかし、気温・湿度が高い中でマスクを着用すると熱中症のリスクが高くなってしまうのも事実です。人との距離をしっかりととり、会話をしないときには適宜マスクをとって熱中症への対策もしていきましょう。

コロナウイルスは第7波が猛威を振るっていますが、コロナ対策だけではなく熱中症対策もしっかりとして暑い夏を乗り切りましょう。

面会禁止 のお知らせ

新型コロナウイルス感染拡大防止のため
令和4年7月19日(火)より
入院患者さんへの面会を禁止
させていただきます。

※病院から来院をお願いした方以外の面会
は一律禁止とさせていただきます。
病棟以外(1階外来ホール等)での面会も
ご遠慮ください。

皆様のご理解とご協力をお願いいたします。
オンライン面会を行っておりますので、希望される方は職員まで
お問い合わせください。

秋田労災病院院長
院内感染対策委員会

令和4年7月19日(火)から入院患者さんへの面会を禁止しています。病院から来院をお願いした方以外の面会は一切禁止させていただきます。病棟以外(1階外来ホール等)での面会もご遠慮をお願いしております。オンライン面会を行っておりますのでホームページ、QRコードなど希望される方は職員までお問い合わせください。





受付時間	初診 8:15~11:00			再診 8:15~11:30	
曜日 診療科	月	火	水	木	金
内科 受付11時まで 〔予約制〕	診療応援医師	休診	休診	診療応援医師 〔8/4, 8/18〕	休診
内科（循環器） 〔予約制〕	休診	休診	休診	診療応援医師 〔8/25 13時30分～〕	休診
内科（呼吸器） 〔予約制〕	診療応援医師 〔8/8, 8/22 13時30分～〕	弘前大学 〔14時～禁煙外来〕	休診	休診	休診
人工透析センター 〔予約制〕	診療応援医師	休診	診療応援医師	休診	診療応援医師
消化器科 〔内視鏡検査 予約制〕	診療応援医師 (8/8, 8/22, 8/29)	休診	休診	診療応援医師	診療応援医師
外科	阿部	佐藤茂範	阿部	佐藤茂範	阿部
乳腺・甲状腺外来	休診	休診	休診	休診	診療応援医師 〔8/5, 8/19〕
皮膚科	休診	弘前大学	診療応援医師	診療応援医師	弘前大学
整形外科	奥山（12時30分～） 木戸（12時～） 関 佐藤千恵（9～12時） 佐藤千晶（11時～） 杉村（9時～12時）	奥山 佐藤千恵 杉村	木戸 千葉 （11時～12時30分） 加茂	関 佐藤千晶 石垣	奥山 木戸 関（9時～10時） 加茂 佐藤千晶（10時～）
スポーツ外来	休診	休診	休診	関 〔15時～16時〕	関 〔14時～16時〕
骨粗鬆症・フレイル外来 〔予約制〕	休診	休診	休診	休診	佐藤千恵 〔8/12, 8/26 11時～12時〕
脳神経内科 〔予約制〕 受付 13時～15時	休診	休診	休診	診療応援医師 〔8月4日〕	診療応援医師 〔8/12, 8/26〕
脳神経外科 〔予約制〕	神里	休診	神里 8/3, 8/17	休診	休診
泌尿器科	休診	休診	診療応援医師	休診	診療応援医師
眼科 〔13:00～〕	休診	岩手医科大学 13時～	休診	休診	休診
耳鼻咽喉科	休診	休診	休診	秋田大学	休診
リハビリテーション科 〔予約制〕	奥山（10時～） 秋田大学（13時～）	千葉 （10時～）	千葉 （10時～）	千葉 （10時～）	関 （10時～）
歯科口腔外科 〔予約制〕	桑島 及川	桑島 及川	桑島 及川	桑島 及川	桑島

◎ 診療日等、都合により変更する場合は院内・HP上にて事前にお知らせいたします。

※ 内科・脳神経外科は新患は受け付けておりません。

～秋田労災病院の理念～

当院は、勤労者や地域の人々の健康増進と
疾病の予防・治療に取り組み、患者様の人権
を尊重し、あたたかく、思いやりのある安全
な医療を提供します。

独立行政法人労働者健康安全機構秋田労災病院

〒018-5604 秋田県大館市軽井沢字下岱30

TEL 0186(52)3131 / Fax 0186(52)3137

ホームページ <https://akitah.johas.go.jp>Facebook <https://www.facebook.com/AkitaRosai>

◆診療科目◆

内科・血液内科、消化器科、外科、整形外科、脳神経内科、脳神経外科、
皮膚科、泌尿器科、眼科、耳鼻咽喉科、歯科口腔外科、
リハビリテーション科、放射線科、麻酔科、健康診断部、
勤労者脊椎・脊髄治療センター、治療就労両立支援部