

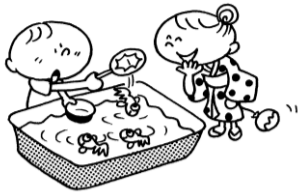


にこにこニュース



おおいた こども びょういん
大分こども病院
 〒870-0943 大分県大分市片島 83-7
<http://www.oita-kodomo.jp/>

2013・8月号 (No.280)
 (代表) TEL097-567-0050 (救急) TEL097-567-2311
 (順番) TEL097-554-7000 (Fax) TEL097-568-7057



熱中症について

医師 牛嶋 規久美

梅雨が明けて、今年も毎日暑い日が続いていますね。みなさん、いかがお過ごしでしょうか？夏になると、食中毒、プールや海水浴での事故などいろいろ注意しなければならないことが出てきます。今回はそのなかでも熱中症について詳しくお話したいと思います。

Q: 熱中症ってなあに？

A: 熱中症とは、まさに「暑さに中る(あたる)」ことです。通常子どもたちは長時間炎天下の屋外で遊んだり、スポーツを行ったりする場合、汗をかいて熱を逃がし、また十分な水分の補給を行うことで体温を調節しています。高温多湿の環境下で激しい運動を続けたりした場合、汗の蒸発が妨げられ、熱が放散できなくなり、いろいろな症状をきたしたものを熱中症といいます。症状や重症度により、Ⅰ度からⅢ度に分けられます。

Q: どんな症状があるの？

A: 子どもは体表面積あたりの熱産生が高く、発汗による熱の放散は成人に比べゆっくりであるため、熱中症がかんたんに引き起こされてしまいます。

Ⅰ度の熱中症の場合はめまい、立ちくらみや筋肉のこむら返りを認めたり、大量の汗をかいたりします。発熱はほとんどなく、多くは日陰で衣類を緩め安静とし、水分を補給することで数時間以内に回復します。

Ⅱ度の熱中症は頭痛、吐き気、からだのだるさなどを認めます。発熱はほとんどなく、あっても微熱程度で、意識も正常です。

Ⅲ度の熱中症はもっとも重症です。意識を失ったり、体のひきつけを認めたり、まっすぐに歩けなかったりします。ここまで重症にならないと、通常熱中症で38度以上の高体温を認めることはありません。

Q: どう対処すればいいの？

A: めまいがする、こむら返りがある、頭が痛い、おなかが痛い、吐く、全身がだるいなどの症状がある場合は、日陰や涼しいところへ移動し、衣服を緩めます。冷水、扇風機、冷たいタオルなどを

使用し全身(首、足の付けね、わきの下など)を冷やすようにし、イオン飲料を飲ませます。自分で水分、塩分を取れなければ、病院へ連れて行きましょう。ふらふらしている、ぼーっとしている、倒れて意識がない場合、ひきつけを起こした場合は命の危険があります。すぐに救急車を呼びましょう。

Q: 熱中症を起こさないためにはどうしたらいいの？

A: 熱中症は予防がもっとも大切です。

- ①帽子をかぶり、風通しよく涼しい服装をしましょう
- ②炎天下での激しい運動は避けましょう
- ③唇が渇いている、のどの渇きを訴える、不機嫌になる、頭痛、ぐったりしている、めまい、けいれん、いつもと同じように遊べないといった症状があるときは脱水がうたがわれます。汗で失われた水分、塩分を補給しましょう
- ④寝不足で体調不良のときは運動を避けましょう
- ⑤車の中は夏には15分程度で60度以上になるといわれます。短時間であっても絶対に子どもだけを車中に置き去りにしないでください
- ⑥ベビーカーは地面からの照り返しで暑いので注意しましょう

Q: 体が熱いけど、風邪、熱中症、どっちなの？

A: 熱中症が発症しやすい6月-9月にかけて、小児科では夏風邪や手足口病などが流行しています。のどの所見などをみて診断をしますが、初期では所見がはっきりしないこともあります。感染症による発熱であれば、寒気や悪寒があることが多く、38℃以上の発熱を伴う熱中症ならば、意識がはっきりしないことがほとんどです。発熱があっても、意識がしっかりしていれば心配はいりません。

しっかり熱中症対策をして、元気に夏を乗り越えましょう！



電子カルテ導入に伴うお知らせとお願い



当院では、平成25年9月1日（日）から電子カルテシステムを導入いたします。

電子カルテシステムを導入する事で、医療レベルの向上、システムの合理化、そして会計の迅速化が可能となり待ち時間短縮に繋がります。患者さんに多大なメリットをご提供できるという確信から、電子カルテ導入に踏み切りました。現在、稼働に向け、鋭意準備を進めております。

システムのスムーズな運用に努めますが、導入当初は、多少の混乱が見込まれ診察時間・待ち時間が少々長くなる事が予想されます。

また、電子カルテのシステムトラブルを防ぐ為に万全の体制を整えておりますが、操作の問題や、システムに問題が発生した際には、やむを得ず、病院職員以外の者（電子カルテシステム会社スタッフ）が、診察室内に立ち入る場合がございます。その際には、ご理解とご協力をお願いいたします。

患者さんへの医療サービスの向上のため、今後とも努力してまいりますので、ご理解を賜りますよう、重ねてお願い申し上げます。

●受診する患者様に大きく関わる変更点をお知らせいたします。

1) 順番とりシステムを廃止します

平成25年9月1日以降は順番とりシステムをご利用できません。受付時間内に来院ください。新規患者様以外の方は再来受付機による受付をおこなっていただきます。

2) 診察券が変わります

平成25年9月1日以降、来院時に新しい診察券と交換いたします。現在お持ちの診察券のご提示をお願いいたします。

3) 受診方法の変更があります

診察の結果、各種検査が必要になった場合、患者様もしくはお付添いの方に基本スケジュール票をお渡しいたしますので各検査受付窓口にご提出ください。

詳しくは必要に応じご説明いたします。

4) 入院診療費のお支払い時期を後日精算から退院時精算に変更いたします

これまでは退院後、入院事務担当による入院費のお知らせから10日以内にお支払いをお願いしておりましたが、10月より退院時精算に変更いたします。ご協力をお願いいたします。

その他にもシステムの変更が予想されますので、決定次第順次お知らせいたします。

平成25年8月医師のお休み予定

1	木	寺澤、久富、中嶋&石井(午後)	11	日		21	水	寺澤、石原、神菌、牛嶋、久富(午前)
2	金	神菌、大野&伊藤(午後)	12	月	光武、石原、神菌	22	木	石井、石原、伊藤、牛嶋、佐藤(午後)
3	土	牛嶋、神菌、光武、佐藤、江崎(午後)	13	火	石井、大野、神菌、伊藤、中嶋&佐藤(午後)	23	金	光武、大野、牛嶋、江崎&寺澤(午後)
4	日		14	水	牛嶋、石原、大野、神菌、寺澤、中嶋&江崎(午後)	24	土	佐藤、石原、神菌、石井、牛嶋
5	月	伊藤、大野、石井、石原&神菌&牛嶋(午後)	15	木	伊藤、久富、江崎、石井&佐藤(午後)	25	日	
6	火	中嶋、牛嶋、久富&伊藤&佐藤(午後)	16	金	中嶋、牛嶋、大野&神菌&寺澤(午後)	26	月	中嶋、石原、牛嶋、伊藤(午後)
7	水	石井、神菌、久富、伊藤	17	土	佐藤、大野、光武、神菌、石井、江崎(午後)	27	火	寺澤、大野、光武、牛嶋
8	木	寺澤、江崎、石原、久富	18	日		28	水	伊藤、久富、石井、寺澤(午後)
9	金	佐藤、久富、光武、寺澤、大野&中嶋(午後)	19	月	江崎、中嶋、寺澤(午前)、石原&久富(午後)	29	木	光武、伊藤、佐藤、神菌&江崎(午後)
10	土	江崎、久富、中嶋、佐藤、石井	20	火	久富、牛嶋、光武&佐藤(午後)	30	金	牛嶋、久富、中嶋、大野(午後)
						31	土	江崎、石原、久富、寺澤、牛嶋

※院長の予定は掲載しておりません。随時お問い合わせ下さい。

※業務の都合により休みが変更になることがあります。ご了承ください。

★専門外来休診日

小児外科 ⇒ 5日、13日、14日、17日、23日(午前)、27日

皮膚科 ⇒ 9日、12日