

皆様のかかりつけ医として
大切な情報をお届けします

いわい中央クリニック新聞

新聞PDFはこちらへ▶



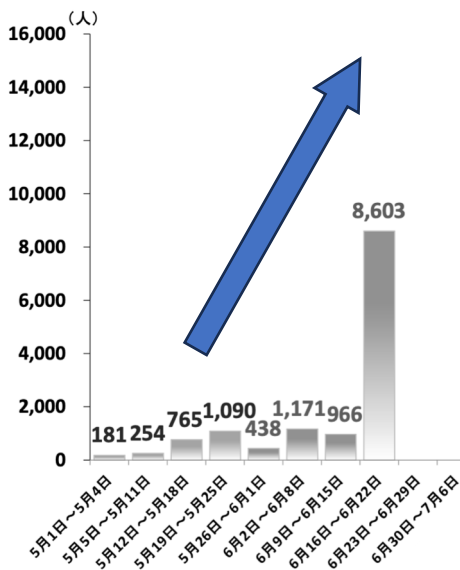
2025年
7月号

IWAI
CENTRAL CLINIC

受診の際は毎回マイナンバーカード受付をお願いします

同意していただくことで健康診断の情報や他院で処方された薬の情報を参照することができます

昨年より約5倍！熱中症で救急搬送急増



6月16日から22日までの1週間で、全国でなんと**8,603人**の方が熱中症で救急搬送されました。去年同時期と比べ**約4.8倍と大幅な増加**です。搬送された方の**6割以上が高齢者**の方で、**約4割は自宅**で発生しています。室内でも油断せず、こまめな水分補給とエアコンの適切な使用をしましょう

重症度	症状	対処法	
I 度 中等症	めまい、立ちくらみ だるさ、筋肉がつる 汗が止まらない	水分と塩分の補給 (スポーツドリンクが最適) 涼しい場所での休憩、衣服は緩める 体を冷やす (首の後ろ、脇の下、足付け根)	自宅療養 レベル
II 度 重症	体に力が入らない 吐き気、嘔吐、頭痛 集中力や判断力低下	涼しい場所で足を高くして休む 体を冷やす (首の後ろ、脇の下、足付け根) 点滴治療が必要	クリニック レベル 点滴が必要
III 度 死が近い	けいれん、意識ない 反応がおかしい 手足の運動障害	ためらわず救急車(119番)を呼び 体を冷やす (首の後ろ、脇の下、足付け根) 意識がない時は水分を与えない	救急車で すぐ 大病院へ

食中毒に注意！

食中毒予防の原則は、細菌を「**つけない**」「**増やさない**」「**やっつける**」の3つです。

まず**こまめな手洗い**が基本です。肉や魚、二枚貝などは、**中心部まで75℃で1分間以上、十分に加熱**してください。生肉の汁が他の食品にかからないよう「**交差汚染**」にも注意しましょう。調理済み食品は室温に長く放置せず、残った食品は小分けにして早く冷まし、温め直す際も十分に加熱しましょう。もし腹痛や下痢、吐き気などの体調不良があれば、**早めに医療機関へご相談ください**。



夏の皮膚トラブルに注意！

夏は、高温多湿で汗をかく機会も増え、様々な皮膚トラブルが起こります。特に気をつけたいのが**水虫**です。白癬菌は湿気を好み、靴の中や足の指の間で増殖しやすいため、通気性の良い靴を選び、毎日足を清潔に保つことが重要です。また、汗や紫外線による**湿疹**が増えます。かゆみや赤みが出たら、掻き壊す前に早めに受診しましょう。汗をかいた部分を掻き壊して**とびひ**になることもありますので注意が必要です。

脇汗や手汗でお悩みの方もぜひ当院にご相談ください。



事務長からのあいさつ

クローン・スマートパスなら会計・お薬受け取りの待ち時間を軽減できます

- ① プロフィール登録 ② クレジットカード登録
- ③ 保険証撮影 ④ 利用開始

すでにご利用いただいている患者さんからも『会計待ちせずにすぐに帰れてよかった！』と多数お声をいただいております！

操作方法など不明な点がございましたら受付までお声がけください。

登録、利用料は無料です

クローン・スマートパスをご活用ください



院長からのあいさつ

いよいよ夏本番を迎え、日差しも強くなってまいりました。暑さや湿度の影響で、熱中症や夏バテをはじめ、皮膚のかゆみ・かぶれ、食中毒、尿のトラブルなど、さまざまな体調不良が起こりやすい季節です。

特に高齢の方やお子さまは体温調節が苦手なため、日頃の予防がとても大切です。

体調の変化は小さなサインから始まることが多く、早めの対応が何よりの予防になります。

私たちは、地域の皆さまの“かかりつけ”として、どんな小さなご相談にも丁寧に対応してまいります。今月もどうぞ健やかに過ごしてください。