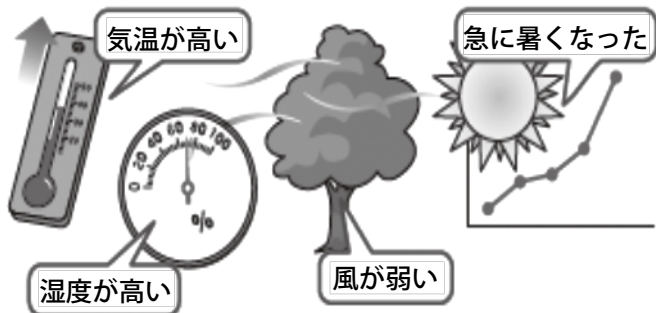


熱中症に気をつけよう！！

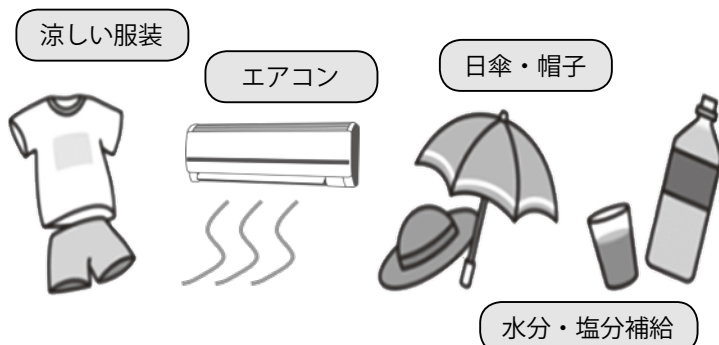


いよいよ暑さが本格的になる季節がやってきます。熱中症に対する正しい知識を身につけ、少しでもおかしいと思ったらすぐに病院へ連れて行くか、救急車を呼びましょう。

こんな日は熱中症に注意



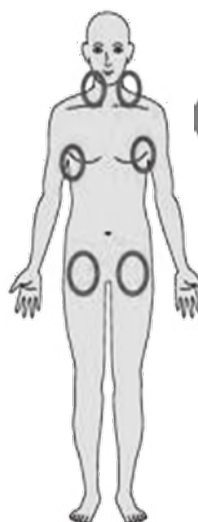
熱中症の予防には？



◎ 熱中症は室内でも起こります。エアコンや扇風機を上手に使いましょう。

また、のどの乾きを感じなくてもこまめに水分や塩分を摂りましょう。熱中症の症状がみられたら衣服を緩め、涼しい場所へ移動し水分補給をしっかりとすることが大事です。

～体温冷却の効果的なポイント～



熱中症に限らず、早く熱を下げたいときはこれらの場所を冷やすと効果的です。



分類	症状	対処法
軽度	めまい、大量の発汗 筋肉痛、足がつる	・水分、塩分の補給
中等度	頭痛、嘔吐、脱力感 集中力や判断力の低下	・脚を高くして休む ・水分、塩分を補給する。 自分で飲めないようならすぐに病院へ
重度	意識障害、けいれん発作 肝、腎機能障害	・すぐに救急車を呼びましょう

～ 救急病院の正しい利用を ～

【東山梨地域の救急医療の仕組み】

◎ 休日の患者の診療は、診療所、病院が役割分担をして実施しています。

① 診療所やクリニック

開業医の医師が入院の必要が無い**軽症患者**の診療を行っています。

② 救急病院（総合病院）

救急病院が手術や入院の必要な**重症患者**の診療を行っています。

救急病院利用者の半数以上は**軽症患者**がしめています。

このままでは**早急**に対応が必要な重症患者への治療が遅れ、**命**に関わる場合もあります。

症状に応じた医療機関の利用をお願いいたします！！