

福田内科通信 8月号

発行所 福田内科医院
〒501-0236 瑞穂市本田1017-1
TEL 058-327-0721
<http://www.fukuta.or.jp/>

コロナ禍の夏、熱中症の予防行動

【新しい生活様式における熱中症予防行動のポイント】

マスク着用により、熱中症のリスクが高まります。マスク熱中症に要注意!!

マスクは適宜外して!

対策① シーズンを通して暑さに負けない体づくりを続けよう

- ・「水分を」こまめにとろう
- ・「塩分を」こまめにとろう
- ・「睡眠環境を」快適に保とう
- ・「丈夫な体を」つくろう

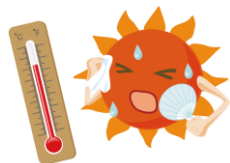


対策② 日々の生活の中で暑さに対する工夫をしよう

- ・「気温と湿度を」いつも気にしよう
- ・「室内を」涼しくしよう
- ・「衣服を」工夫しよう
- ・「日ざしを」よけよう
- ・「冷却グッズを」身につけよう

対策③ 特に注意が必要なシーンや場所で暑さから身を守るアクションを

- ・「飲み物を」持ち歩こう
- ・「休憩を」こまめにとろう
- ・「熱中症指数を」気にしよう



「今いる自分の環境がどのような状態なのか」を知ることは、熱中症予防の大切なポイントです。また、熱中症の発生には、体調が大きく影響します。自分のいる環境を知ることとあわせて自分の体を知り、体調に敏感になりましょう。

◆内視鏡検査について◆

胃・大腸内視鏡検査を行っております。鎮静剤を使用して楽に検査を受けることができます。日帰り大腸ポリープ切除治療、土曜日の検査もしております。

担当医は、院長（福田信宏）です。

- ☆日本消化器学会認定 消化器病専門医
- ☆日本消化器内視鏡学会認定 消化器内視鏡専門医
- ☆日本超音波医学会認定 超音波専門医

疾患の早期発見のために内視鏡検査を定期的に受けられることをお勧めします。

詳しくは、診療時間等にご質問、ご相談下さい。

◆診療時間のご案内◆

診察

	月	火	水	木	金	土	日	祝
8:30~12:00	○	○	○	○	○	○	×	×
16:00~19:00	○	○	×	○	○	×	×	×

内視鏡検査・治療

	月	火	水	木	金	土	日	祝
胃内視鏡 8:00~8:30	○	○	○	○	×	○	×	×
胃・大腸内視鏡 13:00~16:00	○	○	×	○	○	○	×	×

○変更になる場合もありますのであらかじめご了承ください。