

周りの関わり方

熱中症患者さんへの

焼け止めやらネッククー ました。それに伴い、日 最近は急激に暑くなり 山登り用の帽子や T〉の計測器をぶら下げ、 インジケーターをお見せ 危険度が高い場合には、 ご自身の環境は熱中 在宅療養支援診療所「まつば らホームクリニック」院長 総合内科専門医・循環器内科医

の運動は努力の賜物で、 診療をするようになりま した。日頃から30分以上 長袖のインナーを着て、 暑さには例年よりやられ を買い換えるようアドバ 工夫が必要です。また、 は効きの問題などで冷房 お伝えし、場合によって 症のリスクが高いことを イスします。 の空気を還流するなどの サーキュレーターで室内 の冷気は直接当てない 暑い最中での頭痛、だる

火事の話です。 をどうするかを考えてい る熱中症指数をお見せし そこで客観的指数であ そこから室温や湿度

[まつばらホームクリニック] **☎** 042-439-1250

matsubarahomeclinic@gmail.com

松原 清二医師

・日本循環器学会専門医 ・日本内科学会認定医 ・認知症専門医 認知症サポート医

に寒がられる方には冷房 きます。冷房の風を極端

西東京市東町 4-14-18-2F 電話対応:午前9:00~午後6:00 ■定休日 : 土日 (祝日は診療) ■訪問地域:西東京市、東久留米・ 新座・練馬の一部 ■訪問地域:西東京市、東久留米 新座・練馬の一部 まつばらホームクリニック | 検索

ないようになりました。 は必ず暑さ指数〈WBG 患者さん宅に伺う際に さんからしたら、 も、暑さを感じない患者 周りが暑い暑いと伝えて り「主感」です。いくら 頭部を冷やしたり、水分 自分で感じる感覚、つま 暑さというのは基本は 、対岸の 合は、 中症予防に努めることが 摂取を促したりして、 大切です。 さ、傾眠傾向を認めた場 、アイスノンなどで