



松原 清二医師

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
・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

熱中症患者さんへの
周りの関わり方



最近では急激に暑くなり
ました。それに伴い、日
焼け止めやらネッククー
ラー、山登り用の帽子や
し、ご自身の環境は熱中

症のリスクが高いことを
お伝えし、場合によつて
は効きの問題などで冷房
を買い換えるようアドバ
イスします。

暑さというのは基本は
自分で感じる感覚、つま
り「主感」です。いくら
周りが暑い暑いと伝えて
も、暑さを感じない患者
さんからしたら、対岸の
火事の話です。

そこで客観的指数であ
る熱中症指数をお見せし
て、そこから室温や湿度
をどうするかを考えてい
きます。冷房の風を極端
に寒がられる方には冷房

[まつばらホームクリニック]
☎042-439-1250
matsubarahomeclinic@gmail.com
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
まつばらホームクリニック 検索

暑い最中での頭痛、たる
さ、傾眠傾向を認めた場
合は、アイスノンなどで
頭部を冷やしたり、水分
摂取を促したりして、熱
中症予防に努めることが
大切です。