医療法人 厚生堂
長崎病院
広報誌
2023.5 vol.128

むつみ

当院の理念 私たちは良質で安心な医療の提供により、患者様や家族の皆様との信頼を築き、常に「思いやりの医療」を念頭に、地域社会に貢献します。

目次

熱中症……1
長崎病院のユニフォームを紹介します……2・3
お知らせ……4

熱中症

医師　大谷 美奈子

熱中症は、暑い環境や過度の運動などにより熱の産生と放散のバランスがくずれ体温の調節ができなくなった状態です。

症状によって熱痙攣、熱疲労、熱射病に分類されます。

熱痙攣:激しい運動を行った後に起こる強い痛みを伴った筋肉の痙攣です。汗をかいて塩分を失うと起こります。筋肉痛、筋肉の硬直（こむら返り）等が起こりますが死亡することはありません。

熱疲労:大量の発汗により水分だけでなく塩分も失ったことにより起こる全身の不調です。激しい肉体労働やスポーツをして大量に汗をかき、水分のみを補給し塩分の補給をしなかった場合に起こります。乳幼児や衰弱した高齢者は、室内でも起こることがあります。

疲労感、虚脱感、めまい、吐き気などの自覚症状、血圧低下、脈拍数の増加、皮膚の蒼白、大量の発汗、集中力や判断力の低下などが起こります。十分な水分と塩分を投与しなければ死亡することもあります。

熱射病:著しい脱水と体温中枢の機能調節が破綻するために、発汗は止まり体温が著しく上昇します。発汗停止、皮膚の乾燥、40℃以上の高体温、意識障害（おかしな言動、意識消失）呼吸数の増加、血圧低下などを生じ死亡する危険性が高くなります。直ちに救急車を要請し、救命救急センターに搬送することが重要です。

応急手当:現場でするべきことは、「熱を下げる」ことと「水分と塩分の補給」をすることです。まず涼しい場所に移し、衣服を緩めて頸部や腋の下、鼠径部（脚のつけ根）を氷やアイスノンなどで冷やし、水分と塩分を補給します。熱中症に解熱薬は効かないので冷却するしかありません。水分と塩分の補給にはスポーツドリンクより経口補水液（OS-1）が望ましいでしょう。スポーツドリンクは塩分が非常に少なく、ぶどう糖が多く含まれており、飲みやすい飲料水ですが、熱中症の人に飲ますには最適な飲み物ではありません。

熱中症にならないための対策

1. 扇風機や空調を使用するなど生活環境を整え、外出は日中の暑い時間帯を避け、外出しても日陰を歩き、直射日光は帽子や傘で防ぎ暑さを避けます。
2. 服装は軽装とし吸湿性・通気性のよい素材にします。ネクタイや襟で首を絞めると胸の熱気や汗が出ていきにくくなるので、クールビズの実行がお勧めです。
3. 汗は皮膚表面から蒸発して気化熱を奪うのでしっかり汗をかくことが大切です。汗で失った水分と塩分を適切に補給するためには市販されている経口補水液がお勧めです。軽い脱水状態のときには喉の渇きを感じにくいので、暑いところへ出る前から水分を補給しましょう。
4. 熱中症は例年、梅雨明けの七月下旬から八月上旬に多く生じる傾向にあります。上手に発汗できるようになるには暑さへの慣れが必要なので、体がまだ暑さに慣れていないこの時期は特に注意が必要です。
5. 日頃から運動をすることにより、体を暑さに慣らすことができます。運動の強さ・時間・頻度や環境条件にも影響されますが、運動を開始してから2週間程度で体が暑さに慣れるという研究結果があるので、日頃からウオーキングなどで汗をかく習慣を身につけて、体を慣らしておくと夏の暑さにも対抗しやすくなり、熱中症にもなりにくくなります。
6. 熱中症の発生には、その日の体調が影響するので、脱水状態や食事抜きなどの状態で暑い場所にいると熱中症になる危険性が高くなります。風邪で発熱している人、下痢で脱水状態の人、肥満の人、小児や高齢の人、心臓や腎臓の機能が低下している人なども熱中症になりやすいので、暑い場所での運動や作業を減らし、活動後には体温を下げるために涼しい環境で安静に過ごすことが大切です。

長崎病院のユニフォーム

看護師

患者さんお一人おひとりの心身の状態に寄り添い、良質な看護を提供します。

医　師

「おもいやりの医療」を心がけています。

診療放射線技師

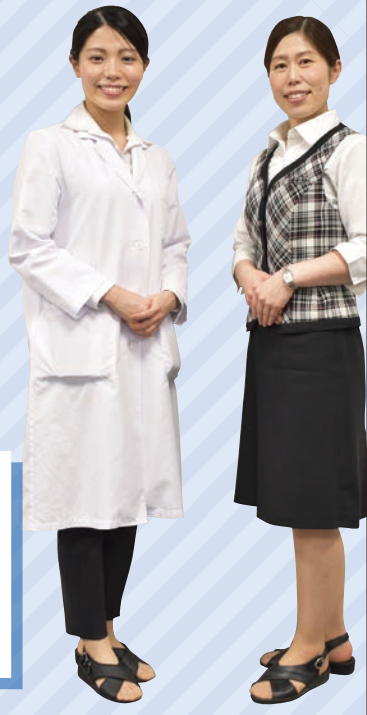
患者さんの苦痛が少ない丁寧で迅速な検査を心がけています。

薬剤師

お薬について、いつでもご相談ください。

管理栄養士

食事・栄養面で気になることは、ぜひお気軽にご相談ください。



医療事務員

医療費・入院費などについてお気軽にお問合せ下さい。

新しい医師の紹介

山下（やました） 真未（まみ） 医師

4月より長崎病院に赴任しました。専門である糖尿病を中心に内科治療全般を担当します。患者さん一人一人に寄り添った治療を心がけます。よろしくお願いいたします。

専門領域：糖尿病
資格等：糖尿病専門医、総合内科専門医

社会福祉士

退院後の生活や福祉制度などの相談に対応しています。

事務員

病院の裏方として、患者さんと職員を、しっかりサポートいたします。

ムを紹介します

看護補助

他の職種にはない「魅力」や「やりがい」を感じて患者さんのお世話をさせてもらっています。

臨床検査技師

血液検査や心電図検査など様々な検査を担当しています。お気軽にお声掛けください。

理学療法士・作業療法士・言語療法士

患者さんや利用者さんに良質なリハビリを提供します。一緒に頑張りましょう!

新しい医師の紹介

鍋島（なべしま） 裕紀子（ゆきこ） 医師

4月よりこちらの病院へ皮膚科の非常勤医師として赴任いたしました。熱傷をはじめとして皮膚科全般に広く対応し、患者さま一人ひとりに寄り添った治療をめざしてまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

専門領域：皮膚科一般・熱傷
資格等：皮膚科専門医

お知らせ

新型コロナウィルス感染拡大防止のために

皆様へのお願い

- せきや熱などのかぜ症状のある方は、必ずご来院前に電話でご連絡をお願いします。
- 受付時、発熱・風邪症状がある場合、または4日以内に37.5度以上の発熱が1回でもあった場合には診療時間を限らせていただく場合がございます。
- 来院される患者さん・他全ての皆さま、マスクの着用をお願いします。
- 入院患者さんとの面会及びビデオ面会は予約制となっています。ご希望の方は事前にご連絡下さい。

糖尿病教室「糖尿病をよく知ろう」

～糖尿病と上手に付き合いながら暮らしていくために～

日時：6月17日（土）　13：30～15：00

場所：長崎病院ヘルスケアセンター1階

演題①「糖尿病合併症とその予防」
講師　長崎病院 糖尿病専門医　原 均

演題②「糖尿病フットケア～自分でできる足の観察～」
講師　長崎病院 看護師　中川 真利

お申込みが必要です。
ご希望の方は長崎病院外来受付まで（TEL：082-208-5801）

外来担当医表

診療時間　午前 8:30～12:00／午後 2:00～5:30

		月	火	水	木	金	土
午前	内科【第1診察室】	住田〈循環器〉	長﨑院長	山下〈糖尿病〉	住田〈循環器〉	長﨑院長	原〈糖尿病〉
	内科【第2診察室】	原〈糖尿病〉	古森〈糖尿病〉	中村〈呼吸器〉	香川〈呼吸器〉	香川〈呼吸器〉	住田（第1・3週）／熊谷（第2・4週）／古森/山下（第5週）
	皮膚科・熱傷【第3診察室】	蓮沼	鍋島	鍋島	鍋島	鍋島	柳田（第1・3・5週）／石田（第2・4週）
午後	内科【第1診察室】	熊谷〈リウマチ〉	中村〈呼吸器〉	古森〈糖尿病〉	熊谷〈リウマチ〉	山下〈糖尿病〉	山本〈循環器〉
	内科【第2診察室】	山本〈神経内科〉				＊箱田〈リウマチ・痛風〉	
	皮膚科・熱傷【第3診察室】	浪花	鍋島	坂本（第1・3・5週）／石田（第2・4週）	鍋島	鍋島	休診

・都合により担当医が変更する場合がございます。　・〈　〉は専門分野です。　・＊診察週が変動しますので事前にお問い合わせください。

2023年5月1日現在

長崎病院のめざす〔地域医療〕〔包括医療〕

長崎病院
- 内科（循環器・呼吸器・糖尿病・リウマチなど）
- 皮膚科・熱傷センター
- リハビリテーション（理学療法・作業療法・言語療法）

☎082-208-5801（代）

長崎病院ヘルスケアセンター
（人間ドック・健診施設機能評価認定優良施設）

☎082-208-5791（代）
- 訪問看護ステーション ながさき

☎082-503-3236（担当：久保田）

みささ文化ビル
- 居宅介護支援センター

☎082-230-8181
（担当：滋野）

ほほえみの郷
- グループホームあいあいホームながさき

☎082-532-6636（担当：荻原）
- デイサービスセンターほほえみながさき

☎082-532-6630（担当：安永）

基本方針

1. 患者さんの生命の尊厳と人権を尊重します
2. 常に新しい医学・医術の研鑽に励み、良質な医療サービスに努めます
3. 明るく清潔で快適な医療施設を整えます
4. 思いやりの医療・看護・介護を目指します
5. 健全な経営を基盤とし、患者さんや家族の皆様及び職員に満足される医療機関となるよう努めます
6. 可能な限り患者さんのライフスタイルにあった自立した生活ができるよう努めます

患者さんの権利

医療法人厚生堂は患者の権利に関する「リスボン宣言」にのっとり、信頼される医療の提供を目指します。

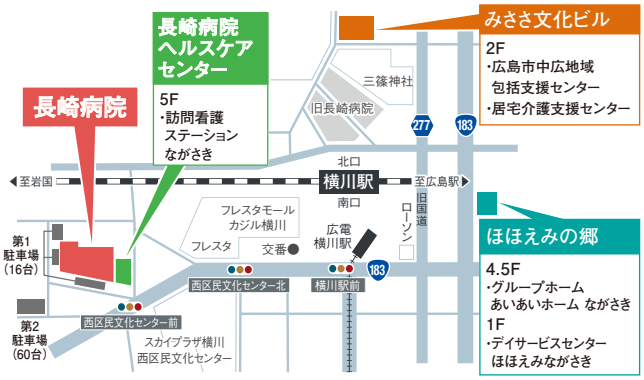
1. 個人の尊厳を守るための支援を受ける権利
2. 良質で安全な医療を平等に受ける権利
3. 病状や治療について十分な説明を受ける権利
4. 検査・治療の選択について自らが決定する権利
5. 診療に関わる個人情報の保護を受ける権利
6. 診断や治療について、他の医師の意見を求める権利（セカンドオピニオン）
7. 健康増進・疾病予防を行うための健康教育を受ける権利

医療法人 厚生堂
長崎病院

〒733-0013 広島市西区横川新町3番11号
［ JR横川駅 南口より西へ300m、西区民文化センター向い ］

駐車場完備

TEL 082-208-5801（代）
FAX 082-208-5821

診療時間　午前8時30分～12時/午後2時～5時30分　　休診日　日曜日・祝祭日

http://www.nagasaki-hp.jp　長崎病院 広島　検索