



Letter

vol.28
2024 **7**

医療連携支援センター 地域連携室 TEL:03-3387-5444
編集・発行/総合東京病院 印刷/石井電算印刷株式会社



夏の富士山 by きなこ

特集

この時期は熱中症に注意しましょう

気温が高い時期は熱中症による救急搬送が急増します。発症してしまうと命に関わることもあるので予防するのが第一になります。

◆熱中症とは？

熱中症の分類

分類	症状	重症度	治療
I度	めまい、大量の発汗、失神、筋肉痛、筋肉の硬直（こむら返り）	↓	通常は入院を必要としない 安静、経口的に水分とナトリウムの補助
II度	頭痛、嘔吐、倦怠感、虚脱感、集中力や判断力の低下		入院治療が必要 体温管理、安静、十分な水分とナトリウムの補給（経口摂取が困難なときは点滴で）
III度 (重症)	深部体温39℃以上の高熱と下の症状のうち、いずれかひとつ ①中枢神経症状（意識障害、小脳症状、けいれん発作） ②肝・腎機能障害		集中治療が必要 体温管理（体表冷却、体内冷却）、呼吸、循環管理

出典：日本神経救急学会

熱中症の分類は上記になります。

人間は気温が高いと汗を大量にかいて気化熱で体温を下げようとします。

しかし汗による水分と電解質の喪失で脱水になります。この段階が1度熱中症になります。さらに進行すると体温調節機構が破綻し体温が上昇し始めます。これが2度熱中症です。これを放っておくと汗も出なくなり皮膚が乾燥し体温の上昇が顕著になります。この3度熱中症になってしまうと様々な臓器の機能が破綻し、死に至ってしまうことも少なくありません。

◆診断方法や治療方法

冒頭でも書いたとおり、自分自身で熱中症にならな

いように予防するのが大事です。頭痛、めまい、吐き気、何かおかしい?と思ったら日陰に移動して水分補給を行いましょう。水分としては電解質を補充するためにお茶やお水より、ポカリスエット・アクエリアス・OS-1などを飲むのが望ましいです。もし手元になければ何でも構いません。2度熱中症まで進行してしまうと、体動困難になり病院での治療が必要になります。何より暑い場所



救急科 科長
三浪 陽介

での作業はこまめに休憩をとり、水分補給をすることが重要です。

■チェックリスト

- ✓暑い中での長時間作業
- ✓頭痛、めまい、吐き気、脱力、そのほか自分でおかしいと感じる症状

上記に当てはまる方は一度ご相談ください。

救急科のHPIはこちら→



- ▶一般の方：0570-00-3387（予約・相談ダイヤル）
- ▶医療機関の方：03-3387-5444（地域連携室）



栄養管理科 管理栄養士
奥間 由衣

◆今月のキラリストッフ紹介◆

初めまして。今年の1月に入职しました管理栄養士の奥間と申します。

管理栄養士の主な業務は、入院・外来の患者さんに対する栄養指導と入院中の患者さんの栄養管理を行っています。栄養は治療の根幹であり、栄養状態によっては回復を早めることや効率よく治療を行い効果を高めることもできます。一人一人に合った栄養量や栄養状態のアセスメントを行う事で栄養障害の患者さんが減るようサポートしています。

食事は生きる上で欠かせない物ですし、生きる楽しみにもなるものです。食事の制限だけでなく、適正な量の提示や代替えなどを提案し、食事を楽しみながら食事療法を行い、患者さんに寄り添ったサポートができるよう努力していきます。



栄養指導をする様子

イ・チ・オ・シ
街のドクター

はたクリニック



医療法人社団順政会
はたクリニック 院長
秦 政輝 先生

当院は、内科・消化器内科・外科・肛門外科担当の私と眼科医の姉と脳神経外科医の父と3人で診療にあたっています。標榜科目が多いため、お互いが連携し協力することにより、幅広い疾患に対応が可能です。

さらに、一般のクリニックではあまり常備されていないCT診断装置や、各種内視鏡を導入しており、胃がん・大腸がん・肺がんなどの悪性新生物や、その他の疾患の早期発見、早期治療が可能です。

また、生活習慣病の予防を並行しておこなうことで、心臓疾患や脳血管疾患などの発症を予防し、地域のかかりつけ医として皆様の健康な体を維持するためのお手伝いをしていきたいと思えます。何か気になる症状がございましたら、お気軽にご相談ください。



医療法人社団順政会 はたクリニック
〒176-0025 東京都練馬区中村南1-15-16

■西武池袋線 練馬駅 北口より
・京王バス「中野」行き→「南蔵院」下車 徒歩 3分
・関東バス「中野」行き→「南蔵院通り」下車 徒歩 1分
TEL: 03-3926-2355

診療科: 消化器内科、眼科、内科、肛門外科、
外科、脳神経外科、神経内科、整形外科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	●	●	/	●	●	●	/
15:00~18:00	●	●	/	●	●	/	/
休診日: 水曜・土曜午後・日曜・祝日							
※脳神経外科、整形外科専門医師の診察は 【月曜日、木曜日、土曜日の午前中のみ】							

イ・チ・オ・シ
街のドクター
歯科編

練馬加藤矯正歯科



練馬加藤矯正歯科 院長
加藤 悠歩 先生

練馬の地を気に入り、この町で地域に根差したクリニックとなることを目標とし、2021年に歯科矯正専門のクリニックを開業しました。

当医院では、患者様の気持ちに寄り添い、歯並びについていつでもご相談いただけるよう努めています。そのうえで、豊富な治療方法からそれぞれ患者様に適した治療計画をご提示しております。

治療が進みきれいな歯並びになっていく中で、患者様の笑顔がより素敵になったり、感謝の言葉をいただいたりした時にやりがいを感じます。

今後も楽しく、安心して通院していただけるよう丁寧で気持ちのよい治療のご提供を目指して参ります。



練馬加藤矯正歯科
〒176-0001 東京都練馬区練馬1丁目5-4 Mビル2F
■都営大江戸線、西武有楽町線「練馬駅」より徒歩1分
■都営バス「練馬駅北口停留所」より徒歩1分
TEL: 03-6915-8895

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
12:00~19:30	●	●	/	●	/	★	★
★…10:00-13:00、14:30-18:00							
休診日: 水曜・金曜・祝日							
【当日予約は2時間前まで可能】							

T O P I C S

■技能実習生2名が「介護技能実習評価試験」に合格しました。

当院の外国人技能実習生2名が「介護技能実習評価試験【初級】」を受験し、全員が合格し、院長より合格証書が授与されました。外国人技能実習生のみならず、おめでとうございます。



技能実習生2名と熊田看護部長

■小児科外来再開のお知らせ

6月24日(月)より尾関恵里奈医師による小児科外来を再開しました。受診される方は、前日までに予約・相談ダイヤル(0570-00-3387)よりご予約ください。

外来日: 月、火、木の午前中



小児科のHP
はこちら→



▶医療機関の方: 03-3387-5444(地域連携室)



市民公開講座

申込不要
参加無料

7月

会場 当院 B棟3F STR東京ホール

※開場は開催時間の30分前です。

- 7月27日(土)
11:00～

どういう時に使えるの? 『はじめての介護保険』

講師 居宅介護支援事業所主任ケアマネージャー 馬場 あずさ
リハビリテーション科主任心得・通所部門ブロック長 阿部 美紗子 作業療法士
リハビリテーション科主任・訪問部門ブロック長 北地 雄 理学療法士
- 7月30日(火)
14:00～

脳卒中後のマヒのリハビリテーション治療 (TMSとボツリヌス療法を中心に)

講師 リハビリテーション科 知野 俊文 医師

8月

- 8月3日(土)
14:00～

ドクター塚原の心臓病ティーサロン
脳梗塞と認知症予防 ～心房細動の早期発見と治療～

講師 循環器内科 谷口 凜太郎 医師
- 8月10日(土)
14:00～

肩と足のスポーツ外傷

講師 整形外科医長 櫻井 好太郎 医師
- 8月14日(水)
14:00～

知って得する眠りの話 ～私の睡眠大丈夫?～

講師 精神科医長 林田 君枝 医師
- 8月30日(金)
14:00～

呼吸リハビリテーションとは

講師 呼吸器内科医長 青山 真弓 医師

都合により講演内容・スケジュールが変更になる場合がありますので予めご了承ください。 お問い合わせ (月～土 9:00～17:00) 080-4464-0398

PET-CTがんドック

- 全身のがんを一度にチェック
- こんな方におすすめです。
 - ・50歳以上の方
 - ・がんの家族歴のある方
 - ・喫煙などのハイリスク因子をお持ちの方



■ご相談・ご予約 予防医学センター PET-CT担当 070-1341-5540



編集後記

今年の夏も酷暑を思わせるほどの暑さが続いています🌻。災害レベルの暑さなんて言葉が普通になりつつありますが暑さ対策を万全に、健康な状態で今年の夏を乗り越えていきましょう🕶️ by きなこ👤