

製鉄記念室蘭病院の \\ 知っ得! 納得!! \\

インフォメーション Vol.98

予防が大事!

熱中症にご用心!!

ここ最近、ニュースや新聞などでよく見聞きするようになった熱中症。熱中症は、夏の強い日差しの下で激しい運動や作業をする時だけでなく、身体が暑さに慣れない初夏の時期にも起こります。また屋外だけでなく、高温多湿の室内で過ごしている時にもみられます。

症状が深刻なときは**命に関わる**こともあります。正しい知識があれば予防することができます。

熱中症を知り、自分でできる熱中症対策を心がけましょう。



第39回 **がんセミナー** ★予約不要・参加無料

肺がんの外科的治療

はせ りゅうのすけ

講師:長谷 龍之介 医師

と き:平成29年8月22日(火) 15時~(開場14時半)

場 所:当院がん診療センター3階大講堂

【お問い合わせ】経営企画課 ☎0143-47-4404



予防するためには

水分を取りましょう

暑さを避けましょう

気温と湿度を気にしよう

喉が渇いていなくても、こまめに水分をとり、直射日光を避けたりし、なるべく日かげを選んで活動するようにしましょう。室内の気温や湿度の状況を知ることも大切です。

熱中症かなと思ったら、まずは冷所で安静を図り、衣服を緩めた上で体の表面を冷やしたり、水分や塩分を補給しましょう。症状が改善しない場合、最寄りの医療機関を受診して下さい。

社会医療法人
製鉄記念室蘭病院

〒050-0076 室蘭市知利別町1丁目45番地

☎0143-44-4650(代)

救急専用0143-47-0990 (24時間受付)

<http://www.nshp-muroran.or.jp/>

受付時間	午前 8:30~11:00 午後 1:00~ 4:00 各科受付、診療時間が異なります。 事前にご確認の上、ご来院下さい。
休診日	土曜日・日曜日・祝日 12月30日~1月3日

