

山本医院かわらばん

R1年 8月号

～休日案内～

8月11日(日)～8月15日(木)お盆休み

ようやく梅雨も明けましたね。いよいよ夏本番の暑さとなり、さらに、さらに熱中症に気を付けていきましょう！！

(熱中症予防には)

- ・涼しい服装を！！
- ・日陰を利用しよう！
- ・屋外へ出る際は、日傘、帽子を着用しましょう！
- ・水分、塩分補給をこまめに！！
- ・気温、室温に気を付ける！



(熱中症への対応)

- ・症状(大量の発汗、めまい、失神、筋肉痛、筋肉の硬直、頭痛、吐き気、嘔吐、倦怠感、虚脱感、意識障害、けいれん、高体温等)があり、呼びかけに応じない時は、すぐに救急車を呼んでください！

呼びかけに応じる方は、涼しい場所で体を冷やし、水分摂取をして下さい。
呼びかけに応じるも、水分を自力でとれないときは、医療機関を受診して下さい！(しばらく安静にして、良くならなかった時も)



～豆知識～

お盆のマスコットキャラクターと言えば、「キュウリの馬」「ナスの牛」。
お盆と言えば当たり前のように飾っていましたが、
そもそも何のためにあるのでしょうか？

「キュウリの馬」は「ご先祖様が早く現世へ帰って来れるように」
「ナスの牛」は「ご先祖様が牛に乗ってゆっくりあの世に帰られますように」
という意味が込められているようですよ。

