



田園調布醫院だよ！



～感染症はコロナだけじゃない！～



国内に限れば新型コロナウイルスの流行も小康状態ではあるものの、ウイルスが活性化する秋冬には第二波、第三波が懸念されています。ワクチンや治療薬が確立されていない新型だけに注目されるのは当然ですが、感染症はそれだけではありません。

【主に夏に流行る感染症】

- 咽頭結膜炎（プール熱）
（症状）発熱・咽頭痛・眼の充血 （潜伏）5～7日
- 手足口病
（症状）手のひら、足の裏、口腔内に水疱・発熱 （潜伏）3～5日
- ヘルパンギーナ
（症状）発熱・口腔内に水疱 （潜伏）2～4日



※どれも子供がかかることの多い感染症ではありますが、もちろん大人も感染します。

【感染症のグローバル化】

現在、流行対策としてお互いの往来を制限している国が多いですが、遠い外国へも「格安航空券で一っ飛び！」が当たり前になった今、蔓延のスピードは昔とは比べ物になりません。「持ち込む」「持ち帰る」はもはや日常であり、特に日本はここ10年くらい観光立国を謳い政府主導で力を入れてきた分、訪日外国人は2014年を境に出国日本人と逆転し、2019年にはその倍に迫る勢いでした。どこの国が悪い！と責めても感染症が待ってくれるはずもなく、世界が近くなった分だけ「今までとは違う形」の様々な感染症流行がある可能性を忘れてはなりません。

【感染対策は？ ～継続は力なり～】

やはりどの感染症にも共通する「手洗いうがい・咳エチケット・密回避」の徹底が有効です。怪我の功名ではないですが、現に国内のインフルエンザ流行は今季、新型コロナウイルス流行によって皆がその意識を持ち実行することで、例年よりぐんと抑え込まれました。今回の新型コロナウイルスが当たり前になっても、また必ず新たな感染症が出てきます。撲滅することがほぼ不可能な分、正しく恐れ、出来ることをし、上手に共存する。その為にも毎日毎度の対策を心掛けましょう！



～熱中症にご用心！～

熱中症は高温多湿の環境に身体がついていけないことで生じる、様々な症状の総称です。昭和の頃と比べると今は夏は一カ月前倒しで、終わりも一カ月延長ともいえる昨今。侮れば命にかかわることもあるのでしっかりと注意しましょう！

【主な症状】

- 熱失神・・・皮膚血管の拡張によって血圧が低下し、脳への血流が弱くなり起こる。
⇒めまい・顔面蒼白・脈が速く弱くなる
- 熱痙攣・・・大量の汗をいたときなどに水分だけを補給した場合、血中の塩分濃度が低下し、足・腕・腹部の筋肉に痛みを伴う痙攣が起こる。⇒手足がつる・筋肉痛
- 熱疲労・・・大量に汗をかき、水分の補給が追い付かないと脱水状態になり起こる。
⇒全身の強い倦怠感・悪心嘔吐・頭痛・集中力低下
- 熱射病・・・体温上昇のために身体の中枢機能に異常をきたした状態。意識の低下やショック状態になる場合もある。⇒高体温・ふらつき・呼びかけに反応が鈍い

【対策は？】

室内外を問わずこまめな水分補給（水や利尿作用のある緑茶などは避け、塩分やミネラルも一緒に補給できる、スポーツドリンク、経口補水液が効果的）を心掛け、特に室内では部屋の風通しを良くする。冷房機器が嫌いというお声もよく聞きますが、今の暑さは昔とは比べ物にならない暑さですから、扇風機やエアコンがある場合は積極的に活用しましょう（目安：室温28℃/湿度70%以下）。



編集後記：総務課 青木

夏といえば海。安直過ぎるだろ！の声は置いて、数年前、一家で海に出かけたとき、当時幼稚園の娘が足を3か所赤クラゲ（痛さランク上・下）に刺され大泣きし、地元の診療所に駆け込むハメに。以来、娘は「海NG」で、クラゲに至っては写真を見るだけでもキーッ！となり、そのあとに行った水族館では、幻想的な水クラゲの水槽を遠巻きに親の仇を見るような目で睨んでました。まあ、傷跡も一年くらい消えなかったし、相当痛かったんでしょうけど…。将来娘の彼氏（このどこぞの馬の骨が！）になる方、デートに水族館は避けてください。

【地域体操教室に関して】

5月26日に予定され、9月へと順延になりました「田園調布病院 第11回 地域体操教室」ですが、9月におきましても新型コロナウイルスの流行状況を鑑みての開催となります。詳細は決定し次第、院内外に掲示いたしますので、宜しくお願い致します。



＜田園調布病院だより 令和2年夏号＞

発行：医療法人社団 伍光会 田園調布病院
〒145-0076 東京都大田区田園調布南22-10 光機会ビル1F
[TEL]03-5732-1955 [FAX]03-5732-1956
<http://www.denenchoufuiin.net/>

