

みやはら耳鼻科通信

発行/ 医療法人 南輝 〒702-8034 岡山市南区福浜西町6番17号 ☎086-237-4133

木曜日の診療開始！
診療時間 8:00～12:30

LINEでお得なクーポン
配信！登録はコチラ⇒



コロナの予防接種は結局重症化を防ぐ効果があるのにとどまる可能性が高くなりました。そうするとマスク生活は当分続きそうなことが確定しましたが、困るのがこの暑さです。ただでさえ暑いのにそのうえで先でもマスクしないといけないとなると、暑さに対する体の反応を見逃す可能性もあり、例年以上に熱中症が心配です。今回のテーマはこの**熱中症**です。

【熱中症とは】

熱中症は高い温度や湿度によって体温が調節できなくなる状態です。症状としては、頭痛、めまい、吐き気、高い熱、大量の汗、筋肉痛、全身のだるい感じなどがあります。

ひどい場合には意識がなくなったり体が麻痺したりします。死亡することもあり得ます。

梅雨のような高い湿度の時でも起こることがあり、注意が必要です。

【熱中症の予防は？】

暑い時は外で長時間活動したり激しい運動をすることが避けましょう。また直射日光を避けるために日傘や帽子を使うことが大切です。それと合わせてこまめな水分補給も重要です。知らないうちに体から水分とそれに伴い体の中の塩分もとられていくのでスポーツドリンクなどで塩分も取るようにしましょう。

気をつけたいのは道路などの照り返し影響は大人よりもお子さんの方が受けやすい点です。何か反応が悪いな～とか少しでも異変を感じたら以下の対策を立てましょう。

睡眠時無呼吸症候群

この病気のコワイところ

寝不足からの病気（高血圧や心臓病）
注意力低下による交通事故を
起こしやすいです。

当院の検査や治療のメリット

- 自宅で検査や治療が可能です。
- 病院へ通院する必要はありません。
- 治療開始後、**すぐに**病気の改善が可能！



【熱中症の対策】

まず涼しいところへ移動します。できれば冷房が効いている室内が望ましいです。そして水分や塩分を補給します。

この時点で呼びかけにも反応がいまひとつであればすぐに救急車を呼びましょう。救急車が来るまではさらに体温を下げるために以下の対策をします。

まず服をゆるめて、体の近くに風が通って汗が蒸発して体温を下がりやすくするようにします。そしてクーリングを行います。この場合、まず冷やすのは熱のダメージに弱い脳ですので、頭、具体的にはおでこや後頭部を冷やしましょう。

さらに大きい血管を冷やす方が効率的ですので、首筋や脇の下や太もものつけ根に冷えたペットボトルや氷を当てるのがおすすめです。

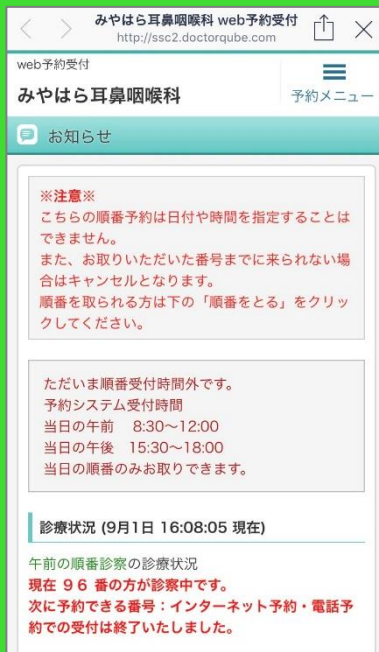
【熱中症と新型コロナウイルス感染症（以下新コロと略）の違い】

熱が出るのは新コロも熱中症も同じですが、症状の出方に違いがあります。新コロは息の通り道（呼吸器）に住み着くので、発熱以外に咳、鼻水、鼻づまりといった症状があります。対して熱中症はいろんな症状がおこります。頭痛、めまい、吐き気。さらには体のだるさ、高い熱、大量の汗、筋肉痛。新コロよりも全身の症状が強めです。

【最後に：この夏を元気に乗り切るために】

暑い時にマスクをつけると、体に負担がかかりやすいです。また、水分摂取がおっくうになりやすいのでのどが渴いていなくてもこまめに水分補給をしたり、周囲の人と十分に距離をとれる場所でマスクを外して休憩するのもいいでしょう。外出はできるだけ暑い日や暑い時間帯を避けるようにしましょう。

LINEで診療の順番予約が取れるようになりました！



とっても便利ですよ～



アレルギー検査のご案内

保険
適用

30分で41項目の アレルギーの原因がわかります！



注射器を使わずに指先からの少量の血液で検査ができます！
1歳のお子様でも簡単に検査可能です！

30分で41種類わかるアレルギー検査
「ドロップスクリーン」のメリット



 **スギ花粉やダニはもちろん、岡山でも飛散の多い
ヒノキや食物アレルギーを調べたい人にお勧めです！**

ヒノキがすぐわかるのはこの検査しかありません！

また食物アレルギーも22種類わかります。

特に特定原材料であるソバ、ピーナッツ、エビ、カニがすぐわかるのはこの検査だけ(もちろん、鶏卵、牛乳、小麦もわかります)！

またトマト、キウイ、桃、バナナ、リンゴがすぐわかるのもこの検査だけです。

ヒノキ花粉症や、お子さんのアレルギーが気になったりする方はぜひご検討ください！

■検査費用 健康保険が適用されます！

3割負担の方で、4,290円となります。(その日に結果がわかるので再診は不要です！) ※その他、診察代や処方があった場合には処方箋料などが別途かかります。

※この検査は結果が出て結果説明や会計が終わるのに30分以上時間がかかります。この検査をご希望の方は午前は12時、午後は6時までにご受診してください。いちどに大勢の方が検査を希望された場合検査結果をお知らせするのが30分後ではなくもっと後になる時があります。

医療法人 南輝

みやはら耳鼻咽喉科 岡山市南区福浜西町6番17号

お問い合わせ TEL:086-237-4133

予約専用 TEL:050-5577-4605

WEBで順番予約を
とることができます



今年花粉症で辛かった方へ

スギ舌下免疫療法

という選択をご存知ですか？



 **このような方にオススメな治療です！**

- スギ花粉症を**根本的に治療**していきたい方
- 受験や就職**に備えて、花粉症の症状を**軽減**させていきたい方
- 春の時期に**花見やレジャー**を楽しみたい方



■ 舌下免疫療法とは？

定期通院はオンライン診療でも可能です！

数年間毎日、錠剤を舌の下に少量投与することでアレルギーの原因物質を体内に吸収させ、だんだんと身体に慣れさせることでスギ花粉症の根本治療を目指す治療です。スギ花粉以外には、ダニによる通年性アレルギー性鼻炎の舌下免疫療法もございます。



1 **根治**が期待できる！

2 症状の改善によるアレルギー治療薬の減量

3 **5才から**治療可能！

※舌下免疫療法による治療効果は個人差があります

■ 料金（保険診療3割負担の場合） **健康保険が適用されます！**

1回目はスギ花粉症か確認をするためにその検査費用や初診料や処方せん料や調剤薬局での薬代を含め5000円ほどかかります。

2回目以降は再診料や処方せん料や調剤薬局での薬代を含め2000円ほどかかります。2回目以降は毎月1回通院いただきます。

治療開始できる期間は6月から11月末までとなります

「舌下免疫療法を受けたい」と受付でお声かけください

いびきや睡眠時の無呼吸に注意

睡眠時無呼吸症候群のクワイところ

寝不足からの病気（高血圧や心臓病）や、**注意力低下による交通事故**を起こしやすいです。

当院の検査や治療のメリット

- ・ **自宅で検査や治療が可能です。**病院へ通院する必要はありません。
- ・ 治療開始後、**すぐに**病気の改善が可能！

