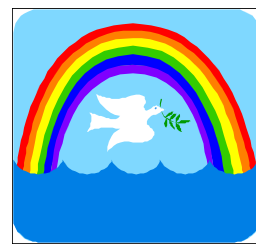


よろず相談・汐入診療所待合室だより

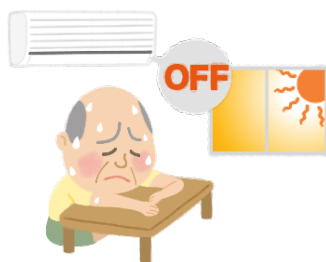
よ・ろ・し・お

2021年8月号 (Vol. 20)



発行：汐入診療所 荒川区南千住南千住8-10-3-101 TEL 03-3807-2302

熱中症対策を！



熱中症が心配となる季節となりました。高齡

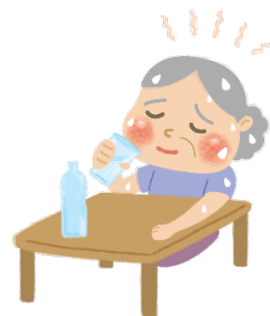
者の熱中症は半数以上が自宅で発生していま

す。自宅の温度管理はなにより大切です。エアコンをつけ、室内の

温度管理を行いましょう。なお新型コロナウイルス対策として、エアコンをつけ

たままこまめに換気をするよう提言されています。扇風機の併用も検討しましよ

う。



熱中症対策として、喉が渴いていなくてもこまめに水分補給をするよう薦めら

れています。1時間にコップ1杯、1日あたり1.2Lが目安とされています。太

量に汗をかいた場合には、塩分も忘れずに摂取しましょう。



環境省・厚生労働省の指針では、屋外で人と2m以上離れている

時には、熱中症対策としてマスクを外すことが推奨されています。

特に高齡の方は熱中症のリスクも高いため、屋外歩行時は無理をせ

ずマスクを外すことも大切です。一方でマスクを外した状態での会話や近距離で

の接触は感染拡大のリスクとなります。マスクを外した状態でお話

をしたり、混雑している場所に行ったりするのは避けるように意識

しましょう。なお、お店や乗り物等の他者のいる屋内ではマスク着



用が望ましいと考えられます。(診療所内でもマスク着用をお願いしています。)

◇インフルエンザワクチン専用の外来を予定(完全事前予約制)◇

インフルエンザワクチンの接種について、今年度も待ち時間短縮のために完全予約制で予防接種専用外来の時間を設ける予定です。



(従来通り、通常の診察時に来院されても予防接種は可能です。)

現在のところ毎週月曜日夕方及び隔週土曜日午後に専用外来を組む体制で10月中旬より開始予定です。詳細は後日改めて連絡させていただきます。

※診療所での新型コロナワクチン接種につきましては、流通が不安定な影響もあり、予約を終了とさせて頂きました。接種を希望される方は、集団接種会場等での接種予約を御検討下さい。



早めの受診を！

7月1日から荒川区の特定健診を開始しています。例年11月の終了直前に受ける方が多いですが、10月以降はインフルエンザワクチン接種も始まり、待合室が混み合うことが多くなります。しっかりと健康状態を確認するためにも、夏のうちに健診を受けることをおすすめします。



～汐入診療所からの受診についてのお願い～

- ・発熱や風邪症状等で来院の方は屋外での診察となります。
事前に電話で連絡の上、屋外で待機できる格好で来院下さい。
- ・新型コロナウイルス PCR 検査は基本的に午前中のみ行っています。
- ・診療所内でのマスク着用、入り口での手洗い・消毒をお願い致します。



※現在院内感染予防のため、発熱等がある方の送迎はお断りさせて頂いております。
診療所での院内感染予防のため、御了承のほどよろしくお願い致します

※月曜日の夜間診療は終了しました。当院の夜間診療は木曜日のみとなります。

よろず相談・汐入診療所待合室だより「よ・ろ・し・お」主なバックナンバー ※希望者は受付まで
2020年1月号「風しん抗体価検査」 9月号「おすすめの予防接種」 10月号「インフルエンザワクチン」
12月号「新型コロナPCR検査を開始」 2021年1月号「子宮頸がんワクチン」 2月号「大腸がん検診」
5月号「骨密度」 6月号「禁煙外来」 7月号「荒川区健康診断」