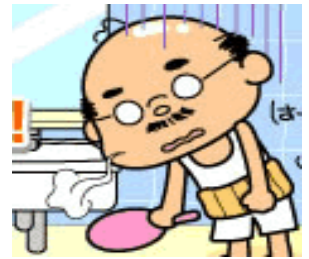


ひまわり薬局ニュース

2009年8月号 No. 2 鶴岡ひまわり薬局 鶴岡市文園町9-1 Tel 0235-28-3500

夏は要注意

熱中症の対策



これから暑い季節になると熱中症に注意が必要です。熱中症と聞くと、屋外での激しい運動や、作業中にかかるというイメージがありますが、高齢者の方の場合は、自宅で過ごしているときにも熱中症に注意することが大切です。高齢者の方は、体温を調節する機能が低下しているため汗をかきにくくなっています。また暑さを感じにくくなっているため、閉めきった部屋でエアコンも使わずに過ごしてしまいがちです。しかも、のどの渇きをあまり感じにくくなっているため、室内の温度が上がっても、水分を十分にとらない傾向があります。



経口補水療法

対処法の1つに水分、塩分の補給がありますが、軽度から中等度の脱水状態の方に、経口補水液をおすすめします。スポーツドリンクより塩分が多く、糖分が少ないのが特徴です。経口補水液を動物実験で小腸から吸収される水分量を調べたところ、普通のスポーツドリンクの約5倍の水分量が吸収されることがわかりました。また、子どもは突然吐いたり、下痢したりする急性胃腸炎で脱水症状を起こしやすいです。最近では、経口補水療法をするという考えが広まりつつあります。経口補水療法とは、経口補水液を少量ずつ(1回5~15ml)を5分おきに飲ませる方法です。

*経口補水液についてのお問い合わせは鶴岡ひまわり薬局までお願いします。

薬剤師 佐藤祥子

熱中症の症状と対処法

● 症 状 ●	● 対 処 法 ●	
I度 めまい、筋肉痛 筋肉のこわばりなど	意識障害 ない場合	意識障害 ある場合
	① 涼しい場所に移動	① 直ちに救急車を呼び
	② 体を冷やす ★	② 涼しい場所に移動
	③ 水分、塩分を補給	③ 体を冷やす ★
II度 頭痛、吐き気 体のだるさなど	④ 改善しなければ受診	
III度 意識障害 手足の運動障害など		

★体を冷やすとは？

- ・ 衣服を脱がせてベルトを緩める。無理に脱がせなくてもかまわない。
- ・ 首、わきの下、太ももの付け根に氷や保冷剤を当てる。これらの部位には太い血管が通っており、そこを流れる血液を冷やすことで、効率的に全身の体温を下げるができる。



薬剤師・奨学生

募集のお知らせです!!

薬剤師を目指すあなたへ ～奨学生大募集～

大学へご入学された方、在学中の方、ご家族の方、ひまわり薬局へご連絡ください。担当者があなたの相談にのります。ぜひ、ご連絡をお待ちしております。

- 奨学金は1ヶ月5万円。奨学金を使用された年数分を勤務されますと返済の必要はなくなります。くわしいことはひまわり薬局までご連絡をお願いいたします。

スキルアップを目指す薬剤師の方へ ～薬剤師大募集～

新卒の方、現在は他の病院、調剤薬局、ドラッグストア等でお仕事をされている薬剤師の方、ぜひ1度ひまわり薬局へ見学に来てみませんか。年齢や経験は問いません。

やる気のある方、スキルアップを目指したい方、ひまわり薬局はそんなあなたをサポートいたします。ぜひ、ご連絡をお待ちしております。

ご紹介ください ～薬剤師・奨学生のご紹介～

ご家族やお知り合いに薬剤師で転職などを考えている方や薬学部へ進学された方がおりましたら、ひまわり薬局までご紹介ください。担当者がうかがわせていただきます。ぜひ、ひまわり薬局までご連絡をお待ちしております。

薬剤師・奨学生募集連絡先 ⇒ 鶴岡ひまわり薬局 担当：鈴木敬子・小野勝博



鶴岡ひまわり薬局
鶴岡市文園町 9-1
TEL : 0235-28-3500
FAX : 0235-28-3501

大山ひまわり薬局
鶴岡市大山2丁目 25-35
TEL : 0235-38-1315
FAX : 0235-38-1316

ホームページアドレス ⇒ <http://www.himawari-y.co.jp/>

