



おおば脳神経外科・頭痛クリニック

Ooba Clinic Neurosurgery & Headache



ニューズレター



2019年6月号



今月の1枚

ラニカフェプレイスの「抹茶パンケーキ」

当院来院の患者さま

- 片頭痛 2051名
- 緊張型頭痛 1632名
- 群発頭痛 74名
- 薬剤の使用過多による頭痛 187名
- 三叉神経痛等の神経痛 438名
- 可逆性脳血管攣縮症候群 38名
- 脳卒中
 - 脳動脈瘤 99名
 - 虚血性疾患(脳梗塞など) 529名
 - 出血性疾患(脳出血など) 58名
 - 脳動脈解離 28名
- 脳腫瘍 51名
- パーキンソン病・振戦 142名
- 顔面けいれんなど 52名
- 頭部外傷 417名
- めまい 818名
- 認知症 152名
- 痙縮・痙性斜頸 16名

2017.11.1~2018.10.31の期間

おおば脳神経外科・頭痛クリニック

院長:大場 寛

〒870-0831 大分市要町 8-16

電話: (097) 578-8333

FAX: (097) 578-8318

E-Mail: clinic@oobanougeka.com

URL: <http://oobanougeka.com>



クリニックから皆さまへ



6月になりました。梅雨の季節ですので、しばらくはジメジメした天気とお付き合いです。

先月は、由布院で食べ歩きをしました。少し食べ過ぎたので、節制しようと思ったのですが、なかなかやめられず商店街で食べ歩きをしています。最近、抹茶が流行していますね。そんな訳で、今月の一枚はラニカフェプレイスの「抹茶パンケーキ」にしました。

食べ過ぎには注意です。来月は節制します(笑)。

脳神経外科学会へ出席しました

5月18日19日に、脳神経外科の学会に出席しました。今回のテーマは、「脳神経外科の可能性」でした。脳血管障害、脳腫瘍、神経外傷、細胞移植などの疾患について、今後の治療の可能性の講義がありました。また治療だけではなく、医療連携やワークライフ・バランスなどの社会情勢までお話がありました。

新しい知見も念頭におきつつ、そして社会情勢も鑑みながら、日々の診療を行いたいと思います。

院長



「6月・7月臨時休診のお知らせ」

6月15日(土)と7月20日(土)は臨時休診いたします。
皆さまへはご迷惑をおかけしますが、よろしくお願いいたします。

「夏季休診のお知らせ」

8月11日(日)~15日(木)は夏季休診いたします。よろしくお願い致します。

そろそろ「熱中症」に注意しましょう！



「スポーツ飲料」



「経口補水液」

最近、熱中症のニュースをみるようになりました。
熱中症は、高温多湿な環境で起こる体調不良です。
めまい、立ちくらみ、頭痛、筋肉痛、気分不良などの
症状がみられます。

熱中症が疑われる場合は、涼しい場所での安静と
水分補給が必要です。水分と塩分を補給しましょう。
経口補水液やスポーツ飲料もお勧めです。

症状の改善がなく、意識がぼんやりしたり、嘔吐など
みられる場合は、生命に関わることもありますので、
医療機関を受診しましょう。

そして何より予防が大事です。日中は涼しいところで
過ごして、水分をこまめに補給しましょう。

受付に、厚生労働省のリーフレットがあります。是非、
ご参照ください。

熱中症予防のために

暑さを避ける

室内では・・・

- ▶ 扇風機やエアコンで温度を調節
- ▶ 遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用
- ▶ 室温をこまめに確認
- ▶ WBGT値*も参考に

外出時には・・・

- ▶ 日傘や帽子の着用
- ▶ 日陰の利用、こまめな休憩
- ▶ 天気の良い日は、日中の外出を
できるだけ控える

からだの蓄熱を避けるために

- ▶ 通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する
- ▶ 保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす

*WBGT値：気温、湿度、放射（直射）熱から算出される暑さの指標
運動や作業の適合性に応じた基準値が定められています。
気象庁のホームページ「熱中症予防情報サイト」に、観測値と予測値が掲載されています。

こまめに水分を補給する

室内でも、外出時でも、のどの渇きを感じなくても、
こまめに水分・塩分、経口補水液*などを補給する

* 水に食塩とブドウ糖を添加したもの



「熱中症」は、高温多湿な環境に長くいることで、徐々に体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態を指します。屋外だけでなく室内でも起こり得るため、いつでも発症し、救急搬送されたり、場合によっては死亡することもあります。

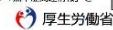
熱中症について正しい知識を身につけ、体調の変化に気をつけるとともに、周囲にも気を配り、熱中症による健康被害を防止しましょう。

熱中症の症状

- めまい、立ちくらみ、手足のしびれ、筋肉のこむら返り、気分が悪い
- 頭痛、吐き気、嘔吐、倦怠感、虚脱感、いつもと様子が変わる

重症になると、
○返事がおかしい、意識消失、けいれん、からだが熱い

詳しくは、厚生労働省ホームページ「熱中症関連情報」を
ご覧ください。



「熱中症予防のために」

厚生労働省リーフレット

〒870-0831
大分市要町8-16



おおば
脳神経外科・頭痛
クリニック
Neurosurgery & Headache

電話：097-578-8333
FAX：097-578-8318

6 JUN 2019

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|---|----|----|----|----|----|----|----|---|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 5 | S | m | t | w | t | f | S | 7 | S | m | t | w | t | f | S | 8 | S | m | t | w | t | f | S |
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | | 8 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | | 28 | 29 | 30 | 31 | | | | | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | |

| sunday | monday | tuesday | wednesday | thursday | friday | saturday |
|--------|--------|---------|-----------|----------|--------|-------------|
| | | | | | | 1 |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 臨時休診日 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| 30 | | | | | | |