



おおば脳神経外科・頭痛クリニック

Ooba Clinic Neurosurgery & Headache

✉ ニュースレター ✉

2015年8月号



今月の1枚 あざらし

“うみたまご”のあざらし。
もう、すっかり夏です。



クリニックから皆様へ

8月は、夏本番です。海に山に楽しいイベントが目白押しです。先日、私は大分川での親子カヌー教室に参加しました。子供たちには、良い夏休みの思い出を作ってほしいものです。

しかし、夏は楽しいことばかりではありません。熱中症など、注意が必要な季節でもあります。次ページには、熱中症の予防と対策をのせていますのでご参照ください。

夏期休診のお知らせ

8月は夏期休診があります。8月13日(木)から16日(日)までが休診です。よろしくお祈りします。なお、院内ポスターやホームページ上でもお知らせをしています。

Kids in Oitaのお知らせ

8月30日(日)に第2回目の職業体験プログラム「Kids in Oita」をおこないます。対象は小学4/5/6年生で、縫合練習などをします。初めての方も、2回目の方も、お気軽にご参加ください。

参加ご希望の方は、クリニックの申込み用紙にご記入をお願いします。



院長

第2回 みんな、夏休みの宿題は終わったかな？

あつまれ！未来のドクター Kids in Oita

小学校4年生・5年生・6年生
参加者募集！

8月30日(日)午前10時から正午まで

プログラム

- ①縫合練習「糸結びをマスターする」
- ②脳の紙模型作成「脳には小人がいる」
- ③MRI実習「いろいろな物を見よう」

募集人数20名、学知費：1家庭500円
参加費・学知費は、申込が締切後に記入ください。
(応募者多数の場合は抽選となります。)
抽選結果は8月中旬にお知らせいたします。

おおば脳神経外科・頭痛クリニック

脳卒中が脳卒中・まひ・しびれ・めまい・意識障害・失音・失語・めまい・吐き気・嘔吐・MRI・CT

おおば脳神経外科・頭痛クリニック

第7回健康講座

「脳卒中の 予防と治療」

脳卒中の治療ガイドラインが
実に6年ぶりに改定となります。
新しい治療ガイドラインから、
お役に立つ情報をお伝えします。

【2015脳卒中治療ガイドライン】が出版された次第、健康講座の日時をお知らせいたします。
今のところ、10月頃を予定しています。

健康講座は10月頃に予定しています。
日時などが決まり次第、ニュースレター
や院内掲示でお知らせいたします。

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>



◆8月の夏期休診のおしらせ◆

8月13日(木)から16日(日)は休診です
よろしくお祈りします

～熱中症について～

熱中症は「暑いところにて起こった体調不良」のことで、めまい、立ちくらみ、生あくび、筋肉痛などの症状があらわれます。このような症状がみられたら、涼しい場所で安静にして、体表を冷やして、水分と塩分を補給してください。この時「OS-1」という経口補水液(左上)が良いといわれています。この初期治療でも改善がなかったり、嘔吐がみられたり、意識がぼんやりする場合には医療機関を受診するようにしましょう。

そして、熱中症の治療と同じくらい予防が大切です。熱中症は低い気温でも起こりますが、おおむね気温が31度を超えると急増します。このような気温では、スポーツなどの運動は控え、こまめに水分と塩分を補給しましょう。この際には、スポーツドリンク(左下)が有用です。なお、お茶や麦茶などで水分補給をされる方は、塩分が不足しやすいので、梅干しや塩飴、おせんべいなどで補うとよいです。

熱中症に注意して、暑い夏を元気に乗りきりましょう。



「片頭痛についてもアドバイス」

梅雨の時期には曇りや雨などの低気圧が片頭痛を誘発していました。梅雨があけて夏になると、強い日差しが片頭痛を誘発するようになります。

夏は、ツバの広い帽子やサングラスなど使って、強い日差しを防ぐようにしてください。



上:OS-1
下:スポーツ
ドリンク



〒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

8 AUG 2015							7	8	9	10																	
sunday	monday	tuesday	wednesday	thursday	friday	saturday	S	m	t	w	t	f	S	S	m	t	w	t	f	S							
						1	5	6	7	8	9	10	11	6	7	8	9	10	11	12	4	5	6	7	8	9	10
2	3	4	5	6	7	8	12	13	14	15	16	17	18	13	14	15	16	17	18	19	11	12	13	14	15	16	17
9	10	11	12	13	14	15	19	20	21	22	23	24	25	20	21	22	23	24	25	26	18	19	20	21	22	23	24
16	17	18	19	20	21	22	26	27	28	29	30	31		27	28	29	30				25	26	27	28	29	30	31
23	24	25	26	27	28	29																					
30	31																										

夏期休診 (indicated by a blue arrow pointing from Friday, August 14th to Saturday, August 15th)