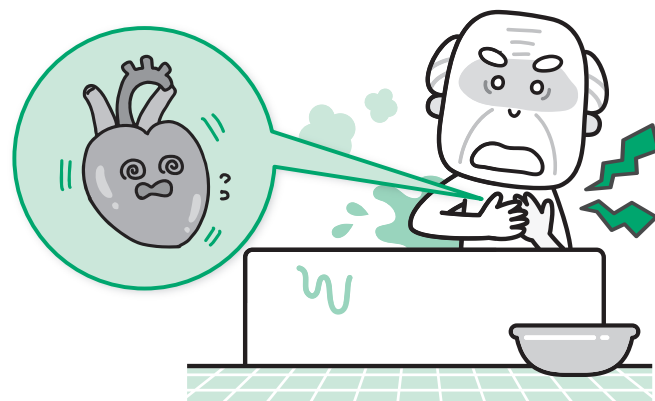


冬の寒暖差に注意！

暖かい部屋から寒い部屋へ移動したり、湯船につかるなど、急激な温度変化によって、血圧が急に上昇したり下降したりして身体がダメージを受けます。これが『**ヒートショック**』です。高齢者の入浴中の急死は交通事故の約2倍*という統計もあり、注意が必要です。



※消費者庁「無理せず対策 高齢者の不慮の事故」(令和4年12月)

冬は心筋梗塞に注意!!

心筋梗塞は発症すると約40%が死に至る怖い病気です。そのため、発症前に前兆を認識し、早い段階で受診と治療をすれば命を救うことができます。

前兆を見逃さないのが大切!

急性心筋梗塞の前兆の特徴

- ◆胸の痛み・圧迫感
- ◆締め付けられるような感覚
- ◆胸やけ・鳩尾（みぞおち）の圧迫感
- ◆腕や左肩の痛み（放散痛）
- ◆背中に違和感
- ◆歯の痛みやあごの痛み



STOP MI
(心筋梗塞)
キャンペーンの
HPはコチラ
<https://stop-mi.com>



午後11時以降も
対応しています!

こども夜間ケアダイヤル

受付時間／午後11時～翌朝8時
電話番号はどちらの時間帯も同じです



循環器内科へ!

- 入院した人の院内死亡率は10%以下で、予後も良好です。死亡の多くは入院前に起こります。
- 受診の際は、まず医療機関に電話で症状を伝え、指示を仰ぎましょう。心筋梗塞の可能性が高い場合は、救急車で受診の方が良い場合もあるからです。

ご要望は何なりとご遠慮なくお寄せください

岩手県医師会

「お元気ですか」次回の掲載は12/23(土)です。



〒020-8584 盛岡市菜園2丁目8-20 TEL.019-651-1455 FAX.019-654-3589

協賛／岩手県医師信用組合・岩手県予防医学協会・JA岩手県厚生連



こども救急相談電話

受付時間／午後7時～午後11時

☎019-605-9000

または ☎#8000 ※PHS・ダイヤル回線・IP電話の方は上記の番号をご利用ください。