

お知らせ

- 子宮頸がん予防接種の予約が始まりました(完全予約制)。予防接種の対象となる方は淡路市・洲本市・南あわじ市にお住まいの中学1年生～高校1年生です。但し、高校2年生の方で高校1年生の時に公費対象となっている市区町村において1回目の接種ができなかった方も対象となります。

接種時間：月～金 14時～17時、土 9時～11時

- ★予防接種は、お電話にてご予約をお願いします。

TEL：(0799)72-3636(平日9時～17時、土曜9時～11時)

医師担当表 2011年8月

●午前診療●

(祝・日休診)

診療科	月	火	水	木	金	土
内科	佐藤 (予約制)	荒木	佐藤 (予約制)	佐藤 (予約制)	佐藤 (予約制)	交代制
総合診療科	長田	—	黒田	依藤	黒田	
外科	黒田	大森	長田	長田(11・25日) 黒田(4・18日)	大森	
整形外科	吉原	— (手術日)	吉原	吉原	吉原	

●午後診療●

婦人科 (予約制)	依藤	—	依藤	—	依藤	—
--------------	----	---	----	---	----	---

■土曜日は内科、総合診療科、外科、整形外科の医師が交代で診察いたします。担当医については、お電話でお問い合わせください。

■内視鏡検査は、火曜日と木曜日に行っています。

■8/10(水)の総合診療科は休診です。

■8/15(月)・17(水)の婦人科は休診です。

■下記日程については、医師担当表の内容から担当医が変更となります。

※8/1(月)総合診療科担当医 白石。8/3(水)外科担当医 白石。

8/12(金)総合診療科担当医 長田。8/19(金)外科担当医 長田。

外来受付時間：午前 7:30～11:30 診察は 9:00～(祝日休診)

午後13:30～15:30 診察は14:00～(予約制)

☆急病患者様は、お電話にてご連絡ください。Tel.(0799)72-3636

入院面会時間：20:00まで

ドクターおのころの
ちよこつばなし

日焼けにご注意

今年もいよいよ夏本番となりました。7月がかなり暑かったので8月も猛暑日が続くと思われます。猛暑日が続くと特に熱中症に注意が必要ですが、夏の日焼けにも注意をしましょう。

日焼けは皮膚が紫外線をあびて赤く炎症を起こすことと、メラニン色素が皮膚に沈着することです。紫外線にあたった後、2～6時間で皮膚が赤くなり、6～48時間で痛みが強くなります(sunburn)。また24～72時間で皮膚に色素沈着が進行します(suntan)。また日焼けは深度Ⅰ～Ⅱ度の熱傷であり、部位によって痛み、発赤、浮腫、搔痒感、皮膚剥離などを引き起こしたり、全身的には発熱や嘔気などを生じることがあります。だいたい日焼けの面積は広いため、熱傷深度のわりに症状が強いこともあり、極端に日焼けすると身体が衰弱し入院が必要になります。

よく指摘される日焼けの危険性として皮膚癌のリスクの増加があげられます。これは紫外線が直接DNAを損傷することによります。この損傷は通常ほとんど修復されますが、色素性乾皮症などの特殊な病気で修復機能が欠損する場合には極めて皮膚癌になりやすいといわれています。またある種の抗生物質や精神安定剤は服用者を紫外線に対し過敏にすることも知られています。さらに、紫外線にさらされると表皮にシミやソバカスなどの色素沈着が助長されます。

上手な日焼けと対策は皮膚のダメージを極力抑えることです。つまり皮膚に炎症を起こさないように日焼け止めを塗り、日中の太陽光線の強い時間帯を避け、日焼け時間も1日3時間以内とし、日焼け直後は乳液などで保湿に努め、赤みを感じる時は冷やしタオルで冷やしたり消炎ローションを塗ったりしましょう。日焼けがひどくなって水ぶくれができたり全身症状が出たりした時は医療機関で診てもらいましょう。

(副院長 黒田 勝哉)

