

健康 交差点

知って役立つ「医師会」の情報①⑥ 一熱中症

熱中症は予防が大切!

No.77

熱中症は、
適切な予防法を知っていれば、
防ぐことができるんだ。

①屋外では帽子や日傘を

室内でも熱中症に
なるんだって!
風通しをよくしよう。

②水分をこまめに摂取

③日陰を利用する

※頭痛や吐き気、めまいなど、異変が起きたら、すぐに「かかりつけの先生」に相談しましょう。

日本医師会「健康交差点」

〒113-8621 東京都文京区本駒込 2-28-16
Fax:03-3946-6295 E-Mail:kousaten@po.med.or.jp

健康交差点では、皆さんからの
ご意見・ご要望をお待ちしています。

日本医師会ホームページでもご覧いただけます。 <http://www.med.or.jp/kousaten/>

待合室に掲示してください。