



あくら通信



観測史上最も早く6月27日頃に梅雨があけたとみられるとの発表がありました。これまでの観測史上最速の梅雨明けは昭和53年7月3日、梅雨末期の大規模水害がみられなかったことには**安堵**しましたが、長く厳しい夏の期間、十分な**睡眠と休憩**、**暑さをかわす**服装や空調機器のフル活用、**喉が渇く前**から意識して水分(塩分)補給など、**熱中症対策**が欠かせません。今年から職場での熱中症対策が**義務化**され店頭でも多くのツールを見かける機会が増えましたが、対策ツールの活用に加えて、日頃より職員の**健康状態を把握**し、少しの異変でも**気軽に相談**できる体制・雰囲気づくりや、緊急時の対応を含む熱中症に関する**啓蒙活動**も大切です。お手伝いができる内容がありましたら、お気軽にご相談ください。



岡山市の救急車について特集します



岡山市の救急車が2月より従来の赤と白を基調にした直線的なデザインから、より**走行中に目立つ**よう反射材や**青色**が追加され、AEDの電気ショックをイメージした**稲妻デザイン**の車輻に更新されています。現在 岡山市の救急車は予備車を含め**27台**、特に出動が多い北消防署(北区鹿田町)と北消防署番町分署に2台、その他の4本署・13出張所・1救急ステーションに各1台が配置されています。救急車は**救命救急車両**の略であり、**医師**が同乗し医療機器を搭載して**初期治療**も担当する**ドクターカー**と、医師の指示のもと高度な救急処置を行い搬送を担当する**高規格救急車**に分類されますが、社会問題化している適正利用を考えると、**応急**(一般の方が家庭や職場で怪我や病気の悪化を防ぐ一次的な手当)と間違いやすい**救急**(医療専門職による高度な医療処置)ではなく「**救命車**」と呼称する方が適当かもしれません。ドクターカーは岡山市では**岡山大学病院**が中四国では初のECMO(コロナ初期に注目された体外式膜型人工肺)が搭載できる大型車輻を運用しています。岡山市の令和6年の119番通報は**50,956件(1日平均140件)**、うち64.9%が**携帯電話**からの通報ですが、固定電話や公衆電話は**通報位置が確実に自動特定**できる(携帯電話はGPSを利用して約100m範囲を特定)ため即時出動が可能なメリットがある一方、携帯電話で通報した場合は「**現場映像119**」と呼ばれる指令センターとスマートフォンを専用のテレビ電話で繋いで、より詳細な**情報収集**や**対応の指示**が受けられる場合があります。なお、通報時の住所が不明な場合は、電柱1本1本に対して固有に設定しプレートにて表示がある**電柱番号**を伝えることで、通報位置が特定できる体制が昨年5月に整いました。岡山市の令和6年の出動件数は**38,425件**、1日平均105件で過去最多出動件数は令和6年1月29日の173件、通報が多い季節は7・8月の**夏場**(熱中症)、12・1月の**冬場**(感染症・ヒートショック・餅による窒息)、時間帯は**10-12時**(交通事故は夕方)、曜日は平日(特に月曜)で、高齢化や酷暑により**年々増加傾向**にあります。通報から救急車の到着まで**約9分**、通報が多く重なった場合は10分を超える場合もあり、年々**到着時間が少しずつ遅く**なっています(消防車の到着は**7分**)。岡山市消防局では、意識不明や体格の良い方、救助ルートに難があるなど**人員を増やして**対応した方がよいと判断した場合はハシゴや救助機材が充実した**消防車と2台体制**で向かう場合があります。救急車到着までの**9分間を如何に過ごすか**、心肺蘇生(胸骨圧迫と人工呼吸)・AED・応急処置・情報収集(氏名・年齢・保険情報・連絡先・親族情報・お薬手帳・マイナ保険証・内服薬・かかりつけ医・同乗者)・救急車誘導など**早期に効率的効果的**に行うことで**救命率は大幅にUP**します。**普通救命講習**(成人・小児乳幼児)各3時間、**救命入門コース**45分など学んでみたい方は**消防署**または**当院**までお気軽にご相談ください。

熱中症の主な症状



【軽症】応急処置が必要:

立ちくらみ・生あくび・大量発汗
筋肉の硬直(こむら返り)

→**涼しい場所**に避難して脱衣、霧吹き、送風、首・脇の下・鼠径部を**冷やして**、自力での**スポーツドリンクの補給**を促す。

【中等症】医療機関を受診:

頭痛・気分の不快・吐き気
嘔吐・力が入らない(熱疲労)

【重症】救急搬送・入院治療が必要:意識障害・痙攣・高体温・刺激への反応がおかしい

救急搬送を迷ったら**#7119番へ**

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
9:00 ~ 13:00	●	●	●	●	● / ●
15:30 ~ 18:00	休	●	休	●	● / ●



○内科一般外来と併せて、火曜に**甲状腺専門外来**を、水・木曜午前と金曜に**胃カメラ検査**を、木曜午後に**糖尿病外来**を行っています。また、第3金曜日は女性医師が担当します。

○初診Web予約: <https://www.yawaragi.life/>

○**Instagram**でも情報を発信しています