

アウトドア 虫刺されにご用心!!

野山の緑が一段と濃くなり、自然に触れる機会が多くなる季節です。しかし、屋外では蜂やマダニ、蚊などの虫刺されに注意が必要です。刺された時の対処法を紹介しましょう。

【蜂】 屋外で蜂を見つけたら、その場から離れることが第一です。近年、アシナガバチやスズメバチは凶暴化しているとも言われています。もし刺されてしまったら、刺された患部を流水で洗い流

し、患部を流水で洗い流

します。体内に毒物が入ると、ヒスタミン物質が放出され、激しい痛みと腫れが生じます。症状が心配な場合は皮膚科を受診してください。息苦しさや痺れを伴う場合や意識を失う場合もあります。これは「アナフィラキシー」と言い、致死的なアレルギー状態ですので、躊躇せず、すぐに救急車を呼ぶ必要があります。

【マダニ】 マダニはいくつかのダニの総称で、体調3〜8

程度と目に見える大きさです。山林だけでなく、民家の周囲でも草むらがある所には生息している可能性があります。山林や草むらに入る時は、ズボンをはくなど、肌が出ないようにしましょう。

マダニに刺されていることに気づいたら、急いで医療機関で診てもらってください。マダニを無理に引きはがすと、口の部位が皮膚内に残ってしまふ危険性があります。マダニは動物の血を吸うので、山林や草むらにペットと出かけた時は、ペットの身体もよく確認しましょう。

【蚊】 蚊に刺されて腫れやかゆみが起こるのは、蚊の口から注入された唾液の成分によって、私たちの身体が毒物の侵入に対して過剰なアレルギー反応を起こすためです。

刺された直後にかゆみが出たら抗ヒスタミン効果のある薬、時間がたつてかゆくなったらステロイドを含んだ薬を使うのが効果的です。患部を掻き壊したり、薬を何度か使用しても腫れやかゆみがおさまらなかつたりした場合は皮膚科を受診しましょう。

パニックの健康

強い不安や動悸・息苦しさに突然襲われ、その後も同様の不安の発作に悩まされている方は意外に多いと思います。ある研究結果では、生涯のうちこのような発作が起きる可能性は全人口の1〜4%となっています。この突然襲ってくる不安の発作を「パニック発作」と言います。「このまま死んでしまうのではないか」と思ってしまふような強い不安・恐怖感、呼吸できないような息苦しき、動悸、手足のふるえやしびれ、発汗、嘔気、めまい感などが

立て続けに出現し、ひどい場合は失神や過呼吸が起きま

【マダニ】 マダニはいくつかのダニの総称で、体調3〜8

パニック障害

突然襲ってくる不安発作

パニック障害はSSRIという抗うつ薬や抗不安薬を服用することで治すことができます。このような不安をお持ちの方は、躊躇せず精神科に相談してください。

予約可能な診療時間

南東北医療クリニック

脳外科	月曜日 木曜日	13:00~15:00 12:30~14:00
小児科	月~土曜日	9:00~11:00 14:00~16:00
内科	月・火・木・金曜日	9:00~10:30
泌尿器科	水・木曜日	13:00~15:00
皮膚科	土曜日	9:00~10:30

南東北眼科クリニック

眼科	月~土曜日	9:00~11:00
----	-------	------------

ネットで初診予約受け付けています

南東北医療クリニックと南東北眼科クリニックは、インターネットで初診予約を受け付けています。診療科は脳外科、眼科、小児科、内科、泌尿器科、皮膚科です。予約する場合は①総合南東北病院の初診予約専用ページから受診する診療科をクリック②診察日時を選び必要情報を入力③送信で完了です。

予約可能な診察時間は表の通りです。申し込み当日の予約はできません。電話での予約・問い合わせは、これまで通りフリーダイヤル0120-14-5420へ。

活が制限されてしまうことが多いのです。いつパニック発作が起こるか分からない不安・恐怖から、1人で外出すること、特に緊急の時にすぐに助けが求められない場所(飛行機、高速道路、人混みなど)に行けなくなってしまう。ひどい場合は、家から一歩も出られなくなることもあります。