



## Dr. 佐々尾の健康カルテ

体温が高いということ(高温と呼びます)は誰しもが経験し、おそらく最もかかったことのある人が多い症状かもしれません。しかし、その分多くの人に誤解を受けているように思います。

高温は「発熱」と「うつ熱」に分けることができ、感染症などの病気のときの高温を「発熱」と呼び、暑いところに長時間いたりすることによる高温は「うつ熱」と呼ばれます。

発熱で一番多いのは感染症によるものです。細菌やウイルスなどの侵入を受けた時に、身体の防御反応として熱が上がります。熱を上げることにより、細菌やウイルスの増殖を抑えることができます。つまり、かぜをひいたりして熱が出た時は、できれば熱を下げない方がよいのです。

熱が上がるときに、寒気がしたり、筋肉が震えるようなことを経験したことがある方もいる

### 「発熱」と「うつ熱」のお話し

かもしれないですが、それは熱を産生するために必要なものなのです。これらを経験したことのある方が、熱が上がると前に解熱剤をのむことがあります。やめておいた方がよいでしょう。どうしても解熱剤を飲ませなければならぬ場合は、ぐったりして辛いときだけです。解熱剤の効果も期待する方もいますが、それ自体で病気をよくすることはありません。熱が出ていることが脳にダメージを与える誤解される方もいますが、そのようなことはありません。

「うつ熱」の時は体に熱がこもってしまっている状態です。服を脱がせるなど身体の外に熱を逃がしてやるのが対処法です。乳幼児で体温が高い時は、「うつ熱」であることも多いですし、冷静に対応できるようにする必要があります。

(北海道立羽幌病院 副院長 佐々尾 航 医師)

## 北海道立羽幌病院からのお知らせ【平成29年7月分外来診療体制】

		月	火	水	木	金	応援医師等	受付時間	
午前	予約優先	内科第1診療室	○	○		消	消は消化器 佐々尾医師	8:00~11:00	
					循*		循は循環器(*第4水曜日 26日) 留萌市立病院 高橋医師		
	内科第2診療室	○	○	○	○	呼	呼は呼吸器 重原医師		
	予約外	内科・外科・整形外科 (総合診療医)	○	○	○	○			8:00~11:00
予約制	整形専門外来	○				引野医師(3日) 留萌市立病院より(6日・20日)	※完全予約制		
午後	予約外	内科(総合診療医)	○	○				13:30~15:00	
		外科・整形外科 (総合診療医)	(整形専門外来のない日)						13:30~15:00
	予約制	整形専門外来		○			渡部整形外科より(11日・25日) 留萌市立病院より(6日・20日)	※完全予約制	
小児科		○	○	○	○	○	旭川医大 井上講師 月2~3回 月曜日(10日・24日)	8:00~11:00	
婦人科(毎週火曜日)			○				金野医師	8:00~11:00 13:30~15:00	
眼科(毎週火曜日及び第1・3水曜日*)			○	○*			旭川医大より	※完全予約制	
泌尿器科(毎週木曜日)					○		札幌医大より	8:00~10:30 ※予約制	
耳鼻咽喉科(第1・3・5水曜日)				○			札幌医大より(5日・19日)	8:00~11:00 ※予約制	
皮膚科(毎週月曜日)		○					札幌医大より	8:00~11:00	
精神科		月1回(紹介患者のみ)						札幌医大より	※完全予約制
巡回診療	上築集会所: 第1火曜日(4日) / 中央老人寿の家: 第1木曜日(6日)							14:30~15:30	
人間ドック・特定健診	人間ドック: 毎週水・金曜日 / 特定健診: 月~金曜日							※予約制	

注1 外科と整形外科の外来は、午前は緊急性のある方のみ受付となり、定期受診や関節注射は午後となります。

注2 内科と外科・整形外科を同日受診希望の方は、同日の内科の午後外来を予約できます。