

すぐに役立つくらしの健康情報

こんにちわ

2026年 5 月号

【発行】 医療法人 社団永楽会

前田病院

理事長・院長 前田 正博

〒737-0051 広島県呉市中央2丁目6-20

TEL. 0823 (25) 2600

http://www.hospital-maeda.jp/

- 診療科目 内科・呼吸器内科・消化器内科・循環器内科
血液内科・放射線診断科・リハビリ科・歯科
- 診療時間 午前9時～12時30分 午後2時～6時
- 休診日 木曜、土曜の午後及び日曜・祝日



QOLを高める!
ホームドクター・アドバイス

**甲状腺疾患と
アレルギーの関係**

メディカル・プロファイリング
緑内障と白内障

■ **介護とリハビリQ&A**
社会復帰に向けて
——医療リハビリ

■ **はつらつ健康ナビ**
ソーシャルジェットラグ

■ **見逃さないで、この症状!**
喉の腫れは命に関わることも
——クインケ浮腫

■ **あなたの知らない感染症の世界**
ヒストプラズマ症

暑熱順化



五月に入り、日差しの強さに初夏の気配を感じる季節となりました。今年は昨年より暑くなると予想されており、体が暑さに慣れる前のこの時期こそ注意が必要です。

最近耳にする「暑熱順化(馴化)」とは、生き物が環境に「馴れる」という意味に由来し、元々は馬を少しずつ馴らす様子を表した字からきています。徐々に暑さに適応していく体の働きを指します。

高齢の方は暑さやのどの渇きを感じにくく、順化が追いつかないと、立ちくらみやだるさ、食欲の低下などの軽い症状が出やすくなります。更に進むと頭痛や吐き気、ぼんやりするなど、熱中症の重い状態につながることもあります。

無理のない範囲で体を動かし、こまめな水分補給を心がけることが大切です。健やかに夏を迎えられるよう、体調に気を配りながらお過ごしください。気になることがございましたら、お気軽にご相談ください。

令和八年五月

副院長 前田 憲志