

すぐに役立つくらしの健康情報

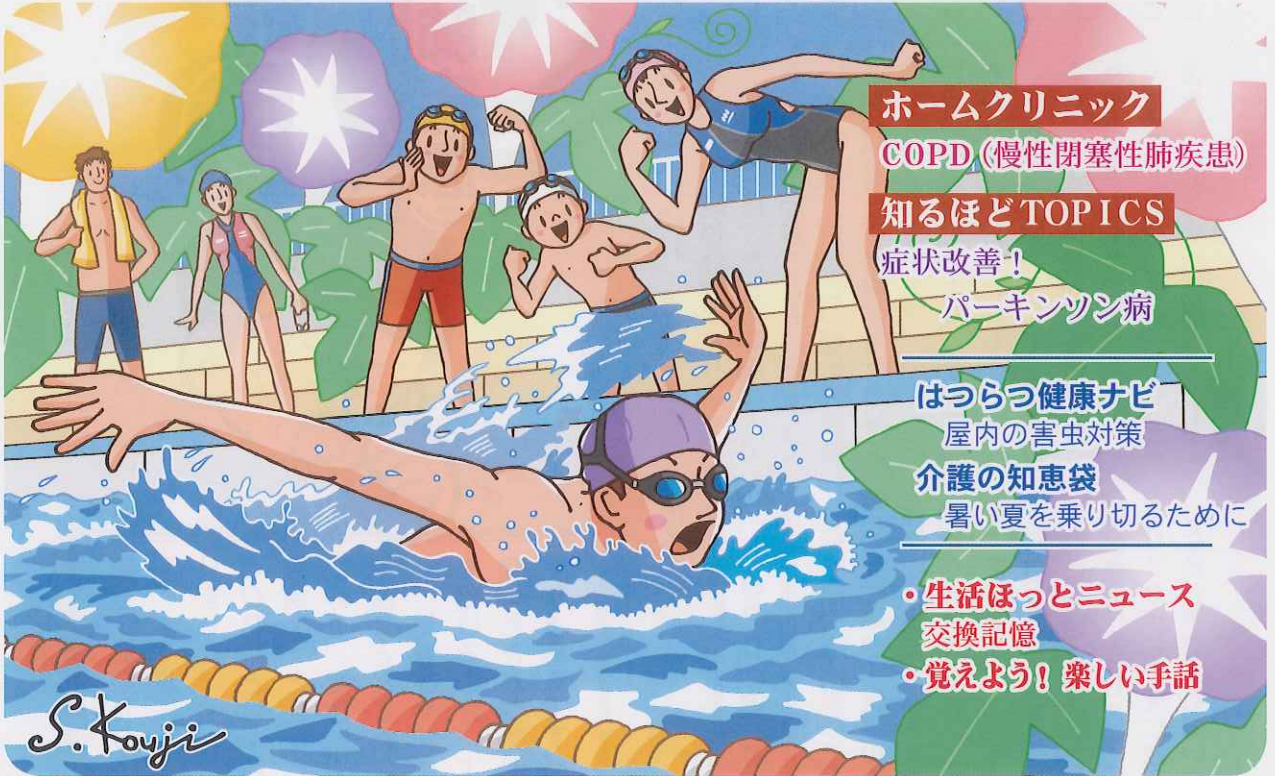
# こんにちわ

## 2012年 7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



### 夏風邪



梅雨の合間に日本列島を縦断した台風は各地に大雨をもたらしましたが皆様におかれましては如何お過ごしでしょうか。

『夏風邪は馬鹿がひく』と言われておりますが、正しくは冬にひいた風邪を夏になってから気付く、馬鹿とはそれほど愚鈍であるという例えです。

夏風邪の主な原因は夏の暑さと湿気を好むウイルスで、アデノ、エンテロ、コクサッキーウイルスなどが代表的です。発熱、咽頭痛、咳の上気道炎だけでなく、下痢、腹痛、口内炎などを起こすこともあります。

夏風邪をひかないようにするには日頃からの規則正しい食事・睡眠はもちろんですが、室内と室外の気温差・湿度差を少なくするため窓を開けて換気する、エアコンで身体を冷やしすぎない、睡眠時には寝衣やタオルケットで腹部を冷やさないようにすることです。また手洗い、うがいをし清潔を心がけましょう。

平成24年7月

院長 医学博士 前田 正博