

## 診察室から

## コロナ、熱中症、脳梗塞

院長 福田 雄高

今年も非常に暑い夏を迎えています。蒸し暑く、例年以上の暑さを体感します。更に暑さだけでなく、コロナ感染症の勢いもとまりません。コロナウィルス感染による影響なのか、それとも暑さに伴う熱中症なのか、あるいは脳梗塞の前触れなのか紛らわしい状況に遭遇します。

- ① **新型コロナウイルス** 発熱、発汗に加え、倦怠感、味覚障害、嗅覚障害、呼吸器症状（のどの痛み、息苦しさ、咳）など
- ② **熱中症** 発熱、大量の発汗も呼吸器症状に乏しい。倦怠感、めまい、脱力、しびれ、頭痛などの多彩な症状
- ③ **脳梗塞の前触れ** 倦怠感・めまいだけでなく、血圧高く、脱力、しびれ、呂律不良、言葉が出にくい、歩行困難、特に片方の手や足に力が入らないなど

改めて

### 夏の脳梗塞対策

- I. こまめな水分補給 就寝前にコップ1杯の水を飲む
- II. お酒飲みすぎは禁物 お酒には利尿作用あり特に夜の大量飲酒は避ける
- III. 冷房は適温を保つ

不思議なことですが、こんなにも天災、感染症など、どうにもならないことが続くなか、なぜか元気な方々があります。もちろんその時の状況、環境に対して、上手く敏感に対応、体調を整えていくことが重要であるのに加え、忍耐力や時に鈍感力、あるいはネガティブケイパビリティといい「どうにも答えの出ない、対処できない事態に耐える力」（ジョン・キーツ）なども、もはや大事なのかもしれません。



鹿児島駅付近より眺める桜島 噴火もどうにもならないことの一つかもしれません

*“Lo que no se puede remediar, se ha de aguantar”*

「どうにもならないことには、我慢が大事。」