

# ほっとサロンだより

暑い毎日ですね。これから先が思いやられるような暑さが続いています。

先月末、私事ですが、熱中症にかかってしまいました。

一週間経ちますが、未だに疲労感、倦怠感から抜け出すことができません。

静脈注射点滴を受け、漢方薬、ビタミン剤が処方されました。

血圧が下がっていたのには驚きました。だから、眩暈や足下がふらついていたのでしょいか。どこで熱中症になったのか！？

炎天下作業した覚えもないのですが…。



水分補給、塩分補給には気をつけていたんですけどね。

おかしい！？と思った夜は眠れないほどでした。今やっと少し食欲が出てきましたが、全く食べたいという気持ちが湧いてきませんでした。体が楽になりたいと横になり、ゴロゴロしていました。熱中症も怖いですね。

100%回復するにはもう少しかかりそうです。

皆様もコロナ対策、熱中症対策、他人事とは思わずに、しっかりとお願いします。

## ※新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため 7月のほっとサロンはお休みします。

### くらぶ げらげら公楽歩

場所: 3階  
中止します

お問合せ: 小林 090-5370-4689

### 日曜ほっとサロン スマイル

「スマイル」は、20~40代の  
女性がん患者、難病  
サロンです。

中止します

※初めての方も大歓迎です。

お問合せ: 小林 090-5370-4689

ほっとサロンは、外来中央診療棟3階で、毎週月曜日10時から15時までオープン  
しています。患者と患者家族の癒しの部屋（空間）です。

無料ですので一度寄ってみてください。お待ちしております。

7月はお休みします

お問い合わせ先：0853-20-2545（がん患者・家族サポートセンター）