

新ひだか町立病院コラム Vol. 15

ホームページをリニューアルしました

4月に入り、新たな気持ちで新年度を迎える方も多いのではないのでしょうか。新ひだか町立病院では、これまでと同様の診療を行っていますが、新たなスタートとして、この度HPのリニューアルを行いました。

これまでもHPは公開していましたが、患者さまと話す中で「このホームページは見づらいね」と聞いたことや「健康診断やワクチンの料金が掲載されていれば良いのにね」といったアドバイスがきっかけとなり、新年度に合わせて、リニューアルを行いました。

より見やすく、より多くの情報を、より使いやすいHPとするため、「病院の診察情報」や「小児ワクチンのWEB予約サービス」を前面に掲載しています。また、近年普及している携帯電話での検索も可能とし、屋外での閲覧も容易となりました。

今後もこのホームページを通じて、多くの方に多くの情報を伝えていきたいと思っておりますので、新ひだか町立病院をよろしくお願いいたします。

【今回のホームページリニューアルによって新設した項目】

- ❖ トップ画面に診療科や問合せ先を表示
- ❖ 医師紹介・募集ページの新設
- ❖ 小児予防接種 WEB 予約サービスの表示
- ❖ 健康診断料・予防接種料の表示
- ❖ 静内は桜を。三石は海をイメージ。



町立静内 HP



三石国保 HP

院長のつぶやき

院長の小松です。冬から春へ季節の変わり目を迎えましたね。さて、皆さん「気象病」ってご存じですか。

雨の日や雨が降る前に、頭痛やめまい、耳鳴りや肩凝りなど、様々な症状が出ることもあり、以前は「気のせい」や「心の病」などと言われていましたが、その後研究が進み、今ではこのような症状や状態を「気象病」または「天気痛」と呼んでいます。

ではなぜこのような症状が起きるのかというと、天候が崩れると気圧が徐々に下がります。耳の奥には内耳という器官があって、ここで気圧の変化を察知しています。その気圧の変動が内耳を通して脳に伝わり、ストレスがかかることにより自律神経が乱れ、頭痛やめまいなどを引き起こすと言われております。症状を抑えるために、まずは痛みやめまいの原因となる病気があればきちんと治療しましょう。その上で痛みには鎮痛薬を、めまいにはめまいの薬や乗り物酔い止めの薬を使用することもあります。気象病の症状を予防するには、生活習慣の改善なども大切です。

日頃から耳をマッサージして、耳の血行を良くしておくのが良いと言われております。また首や肩の筋肉をほぐすなど、普段から全身を動かすことで、全身の血行改善だけでなく、気分転換にもなり、自律神経を整えるのにも有効です。

皆さん、「気象病」などで悩むことなく、新年度を元気いっぱいにご過ごしてください。

作成：新ひだか町立病院

❖ 町立静内病院 0146-42-0181 (代表)

新ひだか町静内緑町4丁目5番1号

❖ 三石国保病院 0146-33-2231 (代表)

新ひだか町三石本町214番地