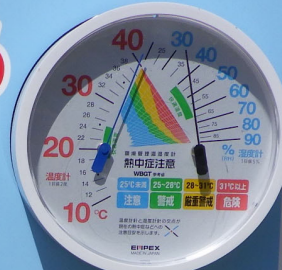


熱中症を 防ごう

- ▶ 温度28℃以上
- ▶ 湿度75%以上
- ▶ 厳重警戒！



*直射日光下での使用は温度が正しく計れませんので避けて下さい

熱中症の症状と救急措置

熱けいれん

症状 暑い環境の作業で大量の汗をかくと、体液の塩分が急激に失われて発する。筋肉に痛みを伴うけいれんや頭痛、めまい、吐き気を生じ、脈拍も増えるが体温の上昇はない。



措置 涼しい場所に移動させ安静にする。塩分が失われるとけいれんの症状が出やすいので、水分とともに塩分の補給をする。

熱失神(熱虚脱)

症状 顔面蒼白、めまい、立ちくらみ、全身脱力感、血圧低下、大量発汗、進行により失神する事もある。



措置 涼しい場所に移動させ、足を肩より高くして寝かせ、手足を身体の中心に向かってマッサージする。自力で水分・塩分を取れるなら飲ませる。

熱疲労(熱疲はい)

症状 脱水症状により体温調節不能となり、頭痛、めまい、吐き気、体温上昇、意識障害などが起こる。



措置 涼しい場所に移動させ、足を頭より高くして寝かせ、手足を身体の中心に向かってマッサージする。自力で水分・塩分を取れない場合は、救急車を呼び、一刻も早く病院に搬送する。

熱射病(日射病)

症状 体温の異常上昇、意識障害、血圧低下、けいれん、めまいなどの症状が現れ、昏睡、死に至ることもある。



措置 涼しい場所に移動させ、水をかけるなどして体温を急いで下げることが先決。救急車を呼び、一刻も早く病院に搬送する。