

### 熱中症

室内での熱中症を予防

室温 28℃以上は危険



### 高齢者が熱中症になやすい3つの理由

- ・体温調節能力が低下
- ・気温に対して鈍感になる
- ・体内の水分量が少ない



- ・部屋の温度&湿度をチェック
- ・曇さをさける
- ・水分補給を忘すに



### 熱中症の分類

分類	症状	重症度	治療
I度	めまい、大量の発汗、失神、筋肉痛、筋内の硬直（こむら返り）	重症度を示す下向き矢印	通常は入院を必要としない 安静、経口的に水分とナトリウムの補助
II度	頭痛、嘔吐、倦怠感、虚脱感、集中力や判断力の低下		入院治療が必要 体温管理、安静、十分な水分とナトリウムの補給（経口摂取が困難なときは点滴で）
III度 (重症)	深部体温39℃以上の高熱と下の症状のうち、いずれかひとつ ①中枢神経症状（意識障害、小脳症状、けいれん発作） ②肝・腎機能障害 ③血液凝固異常		集中治療が必要 体温管理（体表冷却、体内冷却）、呼吸、循環管理

出典：日本神経救急学会



H28.6.21 当院売店前で熱中症対策の試飲会を実施しました。キッセイ薬品、(株) ユースより協賛して頂きました。外来患者さんやスタッフに熱中症対策としてのみや水を試飲してもらい感想を頂きました。ネーミングどりのみや水は甘くておいしい、外出する時の水筒代わりに使えそう等感想を頂きました。今後"のみや水"を売店で購入できるようになります。価格は1本110円です。