

# 熱田小児科クリニック掲示板

## 7月のテーマ 『熱中症』

(医)熱田小児科クリニック「ひまわり」スタッフ

○体から放散する熱よりも高温や高湿の環境にさらされたり、あるいは体内での熱の生産が放散を上回る場合に起こる全身の熱障害を熱中症と言います。

〈熱中症の症状〉

- ①めまい、顔色が悪い、頭痛、腹痛、嘔吐、全身のだるさ
  - ②ふらふらしている、ぼーっとしている
  - ③倒れて意識がない、けいれんをおこす
- 以上の3点があげられます。

〈手当て〉

①の場合

涼しいところへ移動して風邪を送り、OS1 などイオン飲料を飲ませる。  
しばらくたっても回復しなければ病院へ行く。

②の場合

危険信号。病院へすぐに連れて行く。

③の場合

命の危険も迫っているので救急車を呼ぶ。

〈予防がもっとも大切〉

- ①帽子をかぶり、風通しよく涼しい服装を心がける。
- ②炎天下での激しい運動を避ける。
- ③汗で失われた塩分と水分を補給する。