


## ■熱中症患者発生時の対応について

・みなとまつり当日晴天であれば 30℃を超える気温となります。イベント全体を通して屋外での活動、参加が主です。30℃を超える気温のなか屋外で長時間いることは熱中症患者をうみだす要因となります。

下記に熱中症患者への対応を詳細に記したマニュアルを添付することと致しました。

### 1. 熱中症の症状と重症度分類

表2-1 熱中症の症状と重症度分類

分類	症状	重症度
I 度	めまい・失神 { 「立ちくらみ」という状態で、脳への血流が瞬間的に不十分になったことを示し、「熱失神」と呼ぶこともあります。 筋肉痛・筋肉の硬直 { 筋肉の「こむら返り」のことで、その部分の痛みを伴います。発汗に伴う塩分(ナトリウムなど)の欠乏により生じます。これを「熱痙攣」と呼ぶこともあります。 大量の発汗	
II 度	頭痛・気分の不快・吐き気・嘔吐・倦怠感・虚脱感 { 体がぐったりする、力が入らないなどがあり、従来から「熱疲労」「熱疲労」と言われていた状態です。	
III 度	意識障害・痙攣・手足の運動障害 { 呼びかけや刺激への反応がおかしい、体にガクガクとひきつけがある、真直ぐ走れない・歩けないなど。 高体温 { 体に触ると熱いという感触です。従来から「熱射病」や「重度の日射病」と言われていたものがこれに相当します。	

## 2. どんな時に熱中症を疑うか

### 環境因子

- ・ 気温が高い、湿度が高い
- ・ 風が弱い、日差しが強い
- ・ 照り返しが強い、輻射熱<sup>\*</sup>が強い
- ・ 急に暑くなった

## 3. 熱中症の危険信号

### 熱中症の危険信号

- ・ 高い体温
- ・ 赤い・熱い・乾いた皮膚  
(全く汗をかかない、触るととても熱い)
- ・ ズキンズキンとする頭痛
- ・ めまい、吐き気
- ・ 意識の障害  
(応答が異常である、呼びかけに反応がないなど)

#### 4. 熱中症を疑ったときには何をすべきか

##### 現場での応急措置

###### ① 涼しい環境への避難

風通しのよい日陰や、できればクーラーが効いている室内などに避難させましょう。

###### ② 脱衣と冷却

- ・ 衣服を脱がせて、体から熱の放散を助けます。
- ・ 露出させた皮膚に水をかけて、うちわや扇風機などで扇ぐことにより体を冷やします。
- ・ 氷嚢などがあれば、それを頸部、腋窩部（脇の下）、鼠径部（大腿の付け根、股関節部）に当てて皮膚の直下を流れている血液を冷やすことも有効です。
- ・ 深部体温で40℃を超えると全身痙攣（全身をひきつける）、血液凝固障害（血液が固まらない）などの症状も現れます。
- ・ 体温の冷却はできるだけ早く行う必要があります。重症者を救命できるかどうかは、いかに早く体温を下げるかにかかっています。
- ・ 救急隊を要請したとしても、救急隊の到着前から冷却を開始することが求められます。

### ③ 水分・塩分の補給

- ・冷たい水を与えます。

冷たい飲み物は胃の表面で熱を奪います。大量の発汗があった場合には汗で失われた塩分も適切に補える経口補水液やスポーツドリンクなどが最適です。食塩水(1ℓに1～2gの食塩)も有効です。

- ・応答が明瞭で、意識がはっきりしているなら、水分の経口摂取は可能です。

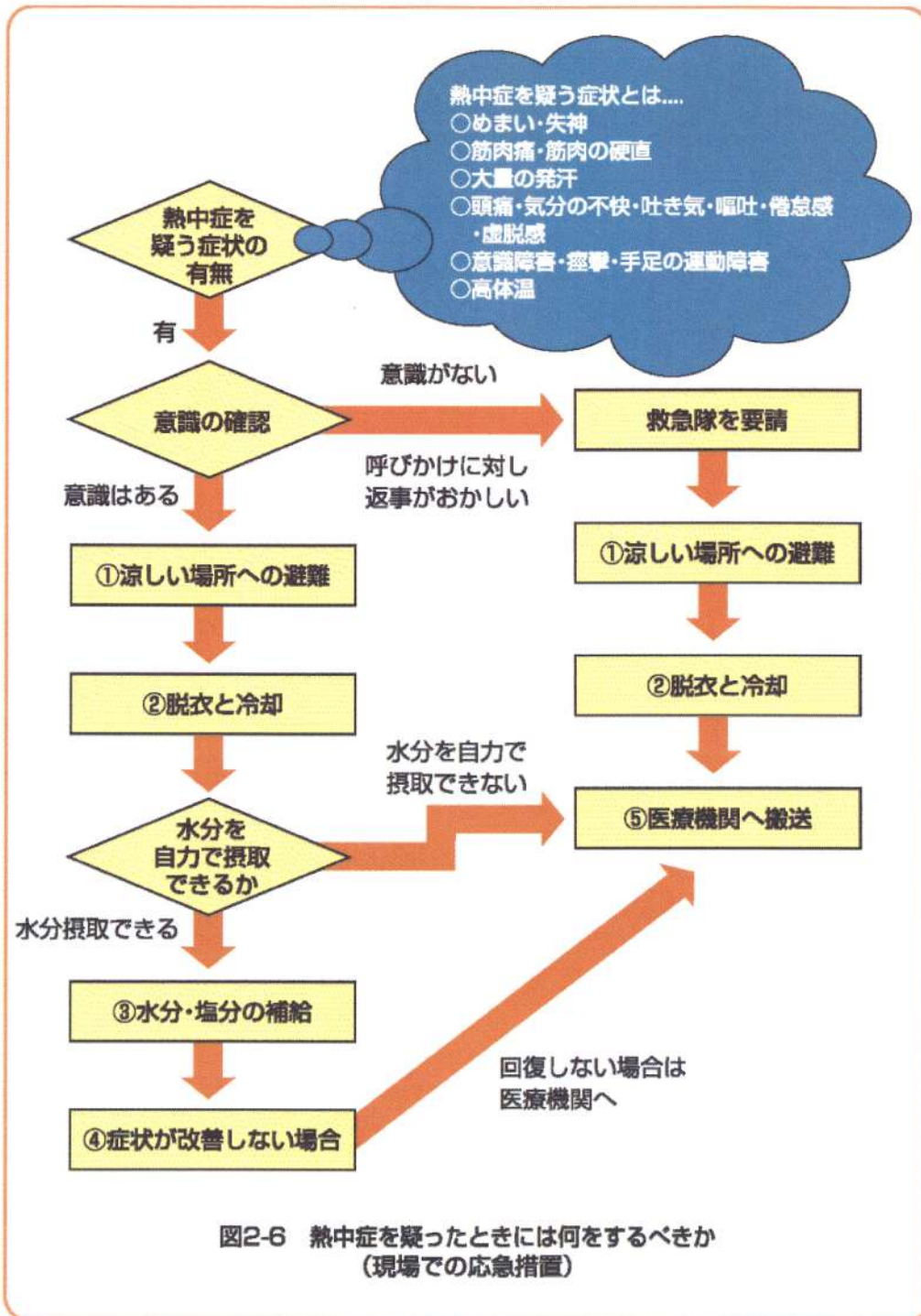
・「呼び掛けや刺激に対する反応がおかしい」、「応えない」(意識障害がある)時には誤って水分が気道に流れ込む可能性があります。また「吐き気を訴える」ないし「吐く」という症状は、すでに胃腸の動きが鈍っている証拠です。

これらの場合には、経口で水分を入れるのは禁物です。

### ④ 医療機関へ運ぶ

- ・自力で水分の摂取ができないときは、緊急で医療機関に搬送することが最優先の対処方法です。

・実際に、熱中症の半数近くがⅢ度ないしⅡ度(図2-1)で、医療機関での輸液(静脈注射による水分の投与)や厳重な管理(血圧や尿量のモニタリングなど)が必要となっています。



## 4. 医療機関に搬送するとき

### (1) 医療機関への情報提供

熱中症は急速に進行し重症化する病態です。熱中症の疑いのある人を医療機関に搬送する際には、医療機関到着時に熱中症を疑っての検査と治療が迅速に開始されるよう、その場に居あわせた最も状況のよくわかる人が医療機関まで付き添って発症時の状態などを伝えるようにしましょう。

特に「暑い環境」で「いままで元気だった人」が突然「倒れた」といったような熱中症を強く疑わせる情報は、医療機関が熱中症の処置を即座に開始するために大事な情報ですので積極的に伝えましょう。

情報が十分伝わらない場合、例えば意識障害のある患者として診断に手間どり、結果として熱中症に対する処置を迅速に行えなくなる恐れもあります。次頁に「医療機関が知りたいこと」を示しています。このような内容をあらかじめ整理して、医療機関へ伝えると良いでしょう。

## 5. 医療機関が必要とする情報

熱中症の疑いがある患者について医療機関が知りたいこと（分かる範囲で記入して下さい）

### ①不具合になるまでの状況

- ・食事や飲水の摂取（十分な水分と塩分補給があったか） 無 有
- ・活動場所 屋内・屋外 日陰・日向
- ・気温（ ）℃ 湿度（ ）% 暑さ指数（ ）℃
- ・何時間その環境にいたか（ ）時間
- ・活動内容（ ）
- ・どんな服装をしていたか（熱がこもりやすいか）（ ）
- 帽子 無 有
- ・一緒に活動・労働していて通常と異なる点として何か気づいたか

### ②不具合になった時の状況

- ・失神・立ちくらみ 無 有
- ・頭痛 無 有
- ・めまい（目が回る） 無 有
- ・のどの渇き（口渇感） 無 有
- ・吐き気・嘔吐 無 有
- ・倦怠感 無 有
- ・四肢や腹筋のこむら返り（痛い） 無 有
- ・体温（ ）℃ [腋下温、その他（ ）]
- ・脈の数 不規則 速い 遅い（ ）回/分
- ・呼吸の数 不規則 速い 遅い（ ）回/分
- ・意識の状態 目を開けている ウウトしがち 刺激で開眼 開眼しない
- ・発汗の程度 極めて多い（だらだら） 多い 少ない ない
- ・行動の異常（訳のわからない発語など） 無 有
- ・現場での緊急措置の有無と方法 無 有（方法： ）

### ③最近の状況

- ・今シーズンいつから活動を始めたか 日前 週間前 ヶ月前
- ・体調（コンディション・疲労） 良好 平常 不良
- ・睡眠が足りているか 充分 不足
- ・風邪を引いていたか 無 有
- ・二日酔い 無 有

### ④その他

- ・身長・体重（ cm, kg）
- ・いままでに熱中症になったことがあるか 無 有
- ・いままでに病気をしたことがあるか【特に糖尿病、高血圧、心臓疾患、その他】（ ）
- ・現在服用中の薬はあるか（ ）
- ・酒やタバコの習慣はあるか（ ）