

熱中症を疑う症状

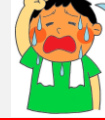
めまい



筋肉の硬直



大量発汗



頭痛



嘔吐



意識障害



重症からチェックし、判断に迷ったら119番!!救急車をよぶ!!

重症(Ⅲ度熱中症)

中等症(Ⅱ度熱中症)

軽症(Ⅰ度熱中症)

意識状態	<input type="checkbox"/> 会話不能 <input type="checkbox"/> 会話が成立しない <input type="checkbox"/> 意味不明な言葉 <input type="checkbox"/> けいれんしている	<input type="checkbox"/> 会話可能だがいまひとつはっきりしない <input type="checkbox"/> 頭痛	<input type="checkbox"/> 会話可能(普通) <input type="checkbox"/> 生あくび
呼吸状態	<input type="checkbox"/> 異常に速い <input type="checkbox"/> 異常に遅い <input type="checkbox"/> 不規則なリズムの呼吸		<input type="checkbox"/> 普段通りの呼吸
顔色	<input type="checkbox"/> 青紫色 <input type="checkbox"/> 青白い	<input type="checkbox"/> 真赤	<input type="checkbox"/> 正常(赤い)
皮膚	<input type="checkbox"/> 汗が乾いて、身体が熱い	<input type="checkbox"/> 大量に汗をかいて、身体が熱い	<input type="checkbox"/> 大量に汗をかいている
自力歩行	<input type="checkbox"/> 歩けない <input type="checkbox"/> 動かない	<input type="checkbox"/> 体がだるい(倦怠感) <input type="checkbox"/> 介助すれば歩ける	<input type="checkbox"/> 自分で歩ける <input type="checkbox"/> 立ちくらみ <input type="checkbox"/> 筋肉のこむら返り
水分補給		<input type="checkbox"/> 吐き気、嘔吐がある <input type="checkbox"/> 自分で飲めない	<input type="checkbox"/> 自分で飲める

判断	1つでも当てはまる場合	1つでも当てはまる場合	冷却しながら様子を見ます 改善しないなら病院へ行きましょう
	緊急です! 119番!! 救急車をよんでください!	病院へ連れて行きましょう! 無理な場合は救急車をよぶ	

【救急車を要請する時、病院へ連れて行く時にしてもらいたいこと】

- ・必要な応急手当を実施(裏面参照)
- ・保険証、お薬手帳の準備

【感染症の可能性がある場合、救急隊・医療機関に伝えてほしいこと】

- ・ここ数日間の発熱、呼吸器症状、新型コロナウイルス感染症に特徴的な症状の有無
- ・新型コロナワクチン接種の有無
- ・近親者、同僚などの最近の新型コロナ肺炎感染の有無

※ 傷病者を1人にはせず、必ず誰かが横について下さい。

症状に応じた応急手当

※ 熱中症の症状が出たら、風通しの良い日陰、空調設備(冷房)のある部屋へ移動させる。

※ **体温計があれば体温測定をしてください。**

軽症(Ⅰ度) 熱中症チェックシートの緑色

- ・衣服をゆるめ、靴や靴下を脱がせる。
- ・冷たい経口補水液を飲ませる。(自分で飲めない場合、無理やり飲ませてはいけない)
- ・首、わき、足の付け根に冷却材をあてる。

※症状の改善がみられなかった場合は病院へ連れて行くか、救急車をよぶ。

※傷病者が寒さを訴える場合は冷却を止める。

中等症(Ⅱ度) 熱中症チェックシートの黄色

- ・衣服を脱がせ肌を露出させる。(プライバシーの保護が大切)
- ・冷たい経口補水液を飲ませる。(自分で飲めない場合、無理やり飲ませてはいけない)
- ・霧吹きを露出している肌にふきかけて、うちわや扇風機で蒸発させる。
- ・首、わき、足の付け根に冷却材をあてる。

※自分達で病院に連れて行く場合は、行える冷却法をしながら連れて行って下さい。

重症(Ⅲ度) 緊急です!! 直ちに119番!! 救急車をよんでください!!

◎身体がそれほど熱くなく、身体から汗がでてしている場合

- ・直ちに衣服を脱がせ肌を露出させる。
- ・直ちに霧吹きを露出している肌にふきかけて、うちわや扇風機で蒸発させる。
- ・直ちに首、わき、足の付け根に冷却材をあてる。

◎身体が熱かったり、汗もかいていない場合

- ・直ちにバスタオル程度の大きさのタオルをかけ、その上から水道水をかけ続ける。(顔にはかけない)
- ・直ちに首、わき、足の付け根に冷却材をあてる。

※意識、呼吸の状態を観察し続け、呼吸が無くなれば心肺蘇生法を行う。(再度119番通報してください)

○ 横向き(回復体位)

※ 嘔吐しそうな場合は、身体を横に向ける「回復体位」ととってください。



救急車を待っている間

※ 基本は傷病者の楽な体位で救急車が来るまで待機させて下さい。

※ 本人が飲もうとする時は、必ず誰かについて飲ませてあげてください。無理に飲ませようとしないで下さい。

※ **傷病者を1人にはせず、必ず誰かが横についていて下さい。**