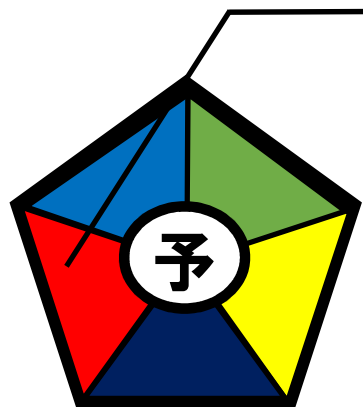
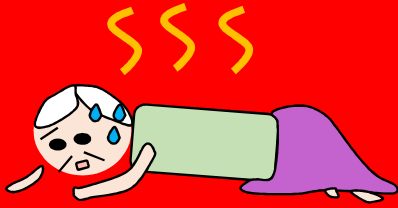


熱中症



予防救急
東大阪市消防局



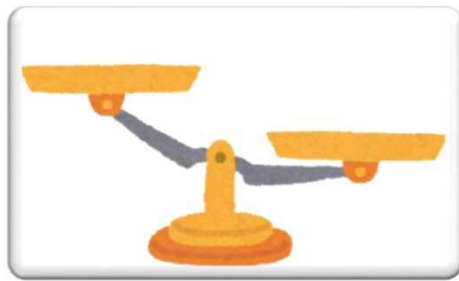
熱中症とは

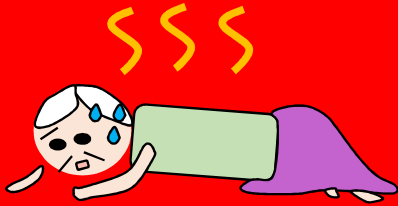
(屋内・屋外)



屋内外問わず発生します！

- ・暑熱環境での運動などにより熱産生と熱放射のバランスが崩れて深部体温が上昇することにより発症する
- ・つまり「暑い」と感じる環境で体調不良を起こしたら他に明らかな原因がなければ「熱中症」と考える



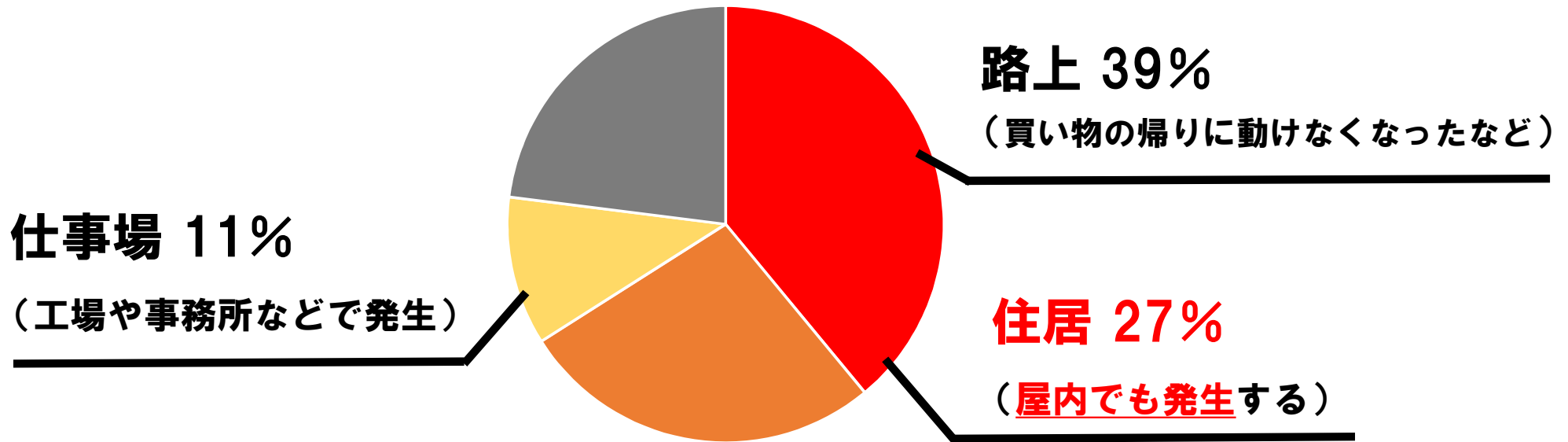


熱中症

(屋内・屋外)



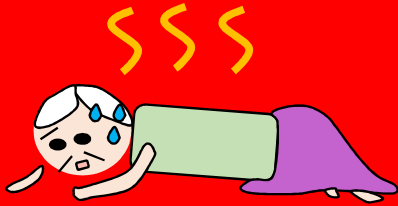
東大阪市内での発生場所



令和5年搬送者数 **345人** (東大阪市)

(令和5年中データ)

！
屋内外問わず発生します！



症 状

(屋内・屋外)

I 度 現場での応急処置で対応できる症状

めまい、立ちくらみ、筋肉のこむら返りなど

II 度 病院への搬送を必要とする症状

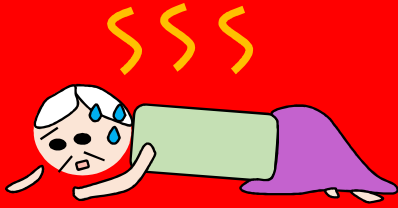
頭痛、嘔気、嘔吐、倦怠感など

III 度 入院して集中治療の必要性のある症状

意識がない、体がひきつる（けいれん）、呼びかけに対し返事がおかしい、歩けないなど

!

屋内外問わず発生します！



対策

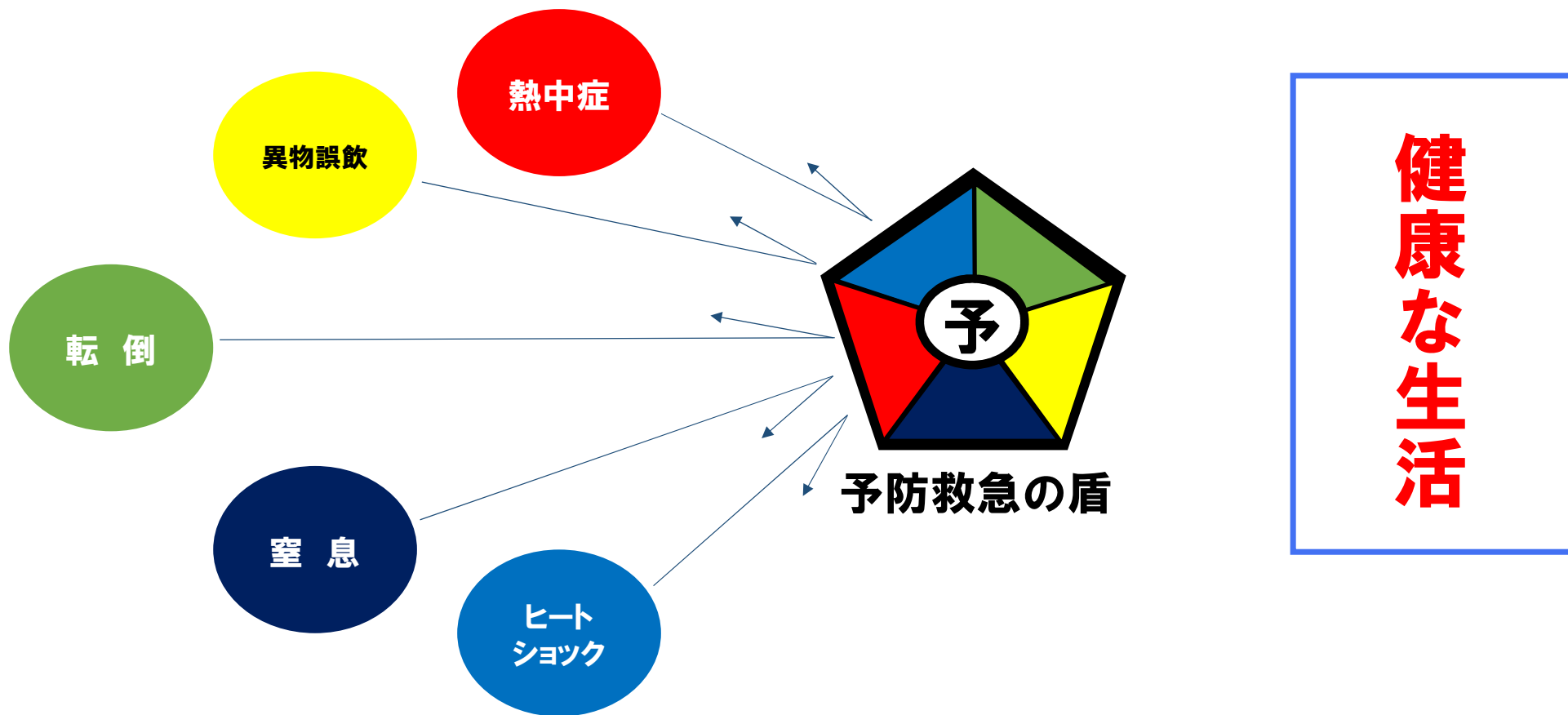
(屋内・屋外)

- のどが渇く前に**こまめに水分補給**をする
- **室内**や日常生活でも熱中症になる危険があるため
部屋の換気や**エアコン**、扇風機などの利用
- 外出時は天気予報や「暑さ指数 (WBGT)」を参考に、
暑い日や時間帯を避け、**無理のない範囲で行動**する
- 涼しい服装を心がけ、外に出る際は**日傘**や**帽子**を活用する

!

屋内外問わず発生します！

思いがけない事故は、意図せず発生します



日頃からの心がけや環境づくりが**健康な生活**を守るための盾となります

最後に・・・

事故が発生すれば、迷わず119番をしましょう！

