

# あすなる薬局だより



## 熱中症の分類と対応について 2015.7

「熱中症」とは暑い環境で生じる健康障害の総称で、次のように分類されています。

分類	状態	身体的症状	対応
<b>熱失神</b>	<b>皮膚血管の拡張によって血圧が低下</b> 、脳血流が減少して起こります。脈は速くて弱くなります。	<b>めまい</b> 一時的な失神 <b>顔面蒼白</b>	<b>涼しい場所に運び、衣服をゆるめて寝かせ、水分を補給</b> すれば通常は回復します。
<b>熱けいれん</b>	大量に汗をかき、 <b>水だけを補給して血液の塩分(ナトリウム)濃度が低下した時</b> に、足、腕、腹部の筋肉に痛みを伴ったけいれんが起こります。	<b>筋肉痛</b> <b>手足がつる</b> 筋肉がけいれんする	<b>生理食塩水(0.9%の食塩水)を補給</b> すれば通常は回復します。 
<b>熱疲労</b>	大量に汗をかき、 <b>水分の補給が追いつかない</b> と、身体が <b>脱水状態</b> になり熱疲労の症状がみられます。	全身倦怠感 <b>悪心・嘔吐</b> <b>頭痛</b> 集中力や判断力の低下	<b>涼しい場所に運び、衣服をゆるめて寝かせ、水分を補給</b> すれば通常は回復します。
<b>熱射病</b>	<b>体温の上昇のため中枢機能に異常をきたした状態</b> です。意識障害（応答が鈍い、言動がおかしい、意識がない）がみられたり、ショック状態になる場合もあります。	<b>体温が高い</b> <b>意識障害</b> 呼びかけや刺激への反応がにぶい 言動が不自然 ふらつく	熱射病が疑われる場合には、直ちに <b>全身に水をかけたり、濡れタオルを当てて身体を冷やします</b> 。また、首すじ、脇の下、大腿部の付け根などの大きい血管を水やアイスパックで冷やす方法も効果的です。 <b>水分補給ができない場合には病院に運び、点滴を受ける必要があります</b> 。

**夏本番となります。屋内・野外に関わらず水分・塩分の補給は忘れないでください。**

お近くのあすなる薬局にご相談ください。

どの病院・診療所の処方せんにも対応できます。（お薬によっては時間がかかることがあります）  
薬・健康食品・サプリメント等についてのご相談を受け付けています。

(甲府)055-228-4024 (巨摩)055-283-3050 (石和)055-263-1568 (武川)0551-26-3800 (大月)0554-20-1301