



◆熱中症の症状や原因

●熱中症とはどんな障害か

熱中症は、運動や暑熱から起こる体の障害の総称です。熱射病や日射病と呼ばれているものは、重症の熱中症のことです。医学的にいう熱射病は、視床下部の体温を正常に保とうとする機能が低下して、汗がとまってしまい、体温が40℃を超えて、そのままでは死に至る極めて緊急性の高い状態を指します。このうち、太陽光がその一因となるものを日射病といいます。

●原因は何か

人間の体は、皮膚からの放熱や発汗によって体温を下げますが、外気が皮膚温以上の時や湿度が非常に高いと、放熱や発汗ができにくくなり、熱中症を引き起こします。基礎疾患のある高齢者や肥満、糖尿病の患者さん、アルコール依存症の患者さんは、熱射病に陥りやすいとされています。異常な熱波に見舞われた年に多くの高齢者に発生したという報告や、泥酔してサウナで昏睡に陥った人、車内に閉じこめられた幼児の報告もあります。通常は灼熱環境下での運動や作業を無理に続けた時に発生します。一方、死に至ることもある最重症の熱射病には、素因が関係するとする考え方があります。

●症状の現れ方

熱中症は、軽症の熱けいれん、中等症の熱疲労、重症の熱射病の3つに分類されます。症状は、頭痛や疲労感から、筋肉がこむら返りを起こす熱けいれん、脱水が主体で頭痛

や吐き気をもよおす熱疲労、体温が40℃を超え、意識がなくなる最重症の熱射病までさまざまです。

●治療の方法

(1) 熱けいれん

大量の発汗に対し、水分のみを補給した際に起こりやすく、相対的な塩分の不足が原因とされています。そのため、生理的食塩水や乳酸加リンゲル液の点滴静注を行います。

(2) 熱疲労

脱水症の一種ですが、体温調節機能が残されているため、発汗は持続し、体温もそれほど上昇していません。生理的食塩水や乳酸加リンゲル液の点滴静注と鎮痛薬の投与で効果がありますが、脱水の補正に時間がかかるため、入院のうえ治療を行います。

(3) 熱射病

視床下部の体温中枢や汗腺の機能が衰退して深部体温は40℃以上になり、緊急性の高い状態です。血液学的には消費性凝固障害(凝固因子が消費され、出血傾向が出現する)を認め、生存例でも高率に急性腎不全に陥ります。集中治療室に収容し、①身体冷却、②体液・電解質の補正、③抗けいれん薬、筋弛緩薬の投与、④消費性凝固障害に対する治療、⑤その他の対症療法が集中的に行われます。

■応急処置はどうか

- (1) 休息・・・体を冷却しやすいように衣服をゆるめ、安静にします。
- (2) 冷却・・・涼しい場所で休ませます。
- (3) 水分補給・・・意識がはっきりしていれば、水分補給を行います。

※意識障害や吐き気がある場合は、医療機関に搬送しましょう。



【回答】穴埋め漢字・①率 ②貧 ③掘 ④童 ⑤員 ロスワード・ホテルガリ

人と、ひとが心から。



さくら・介護ステーションとやま南/富山南鍼灸院

富山市掛尾町249 スペースイン掛尾3F

TEL076-481-6239

FAX076-481-6246

第 133 回 脳のトレーニング

■穴埋め漢字

マスに1字の漢字を入れて、
4つの熟語を完成させます。
※矢印の方向で作ってください。

①

比
↓
直 → □ ← 能
↓
先

④

児
↓
学 → □ → 心
↓
話

②

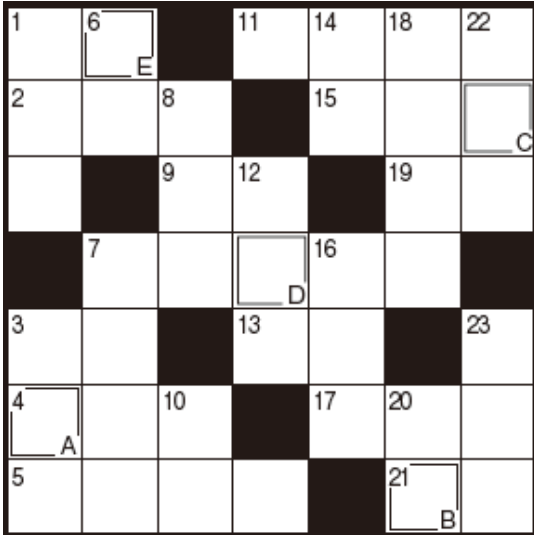
清
↓
富 ← □ → 弱
↓
血

③

採
↓
発 → □ → 削
↓
進

⑤

全
↓
数 ← □ ← 定
↑
満



★ヨコのカギ

- テッポウ、クルマ、ヤマといえば何の花？
- 分数の棒の上部に書きます。
- 1467年に起きた応仁の～。
- 車は車道、人はここを通ります。
- 自宅から職場へ向かうこと。
- スクリーンが複数ある所もあります。
- 雑巾やモップで掃除します。
- 飛行機が離着陸する施設。エアポート。
- 植物が作る甘い液。
- 韓国の首都。
- アイスクリームや果物を盛り付けて作るデザート。
- 1年で一番昼が長い日。
- 漬物や酒を詰めます。



■クロスワードパズル

★タテのカギ

- 風呂場の中の体を沈める所。浴槽ともいいます。
- 東大寺の大仏の頭には492個あったといわれています。
- 仏壇の前で鳴らします。
- グリーンピースは青～のこと。
- ランキングのトップ。
- 釣り糸の途中に付けます。
- 左右反対に映ります。
- 真実ではありません。
- 甲羅があり、キュウリが好きな妖怪。
- キャベツの名産地、孀恋～。
- ジャムの瓶の～が固くて開かない。
- 塗り物に塗ってある物。
- 田んぼでゲコゲコ鳴きます。



A B C D E

□ □ □ □ □

