



◆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が、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。

●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、頭痛や疲労感を主とすることから、俗に「暑気あたり」といわれる状態や、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。集中治療室に收容し、(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(きんしかんやく)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 基本は以下の3つです。

- ①休憩・・・体を冷却しやすいようにし、安静にします。
- ②冷却・・・涼しい場所で休ませます。風通しのよい日陰、クーラーの効いた部屋に移動します。
- 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。



【回答】穴埋め漢字・①成 ②変 ③試 ④菜 ⑤賞 クロスワード・ヤマビラキ

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 121 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

平
↓
完 → □ → 功
↓
長

④

野
↓
白 → □ → 園
↓
食

②

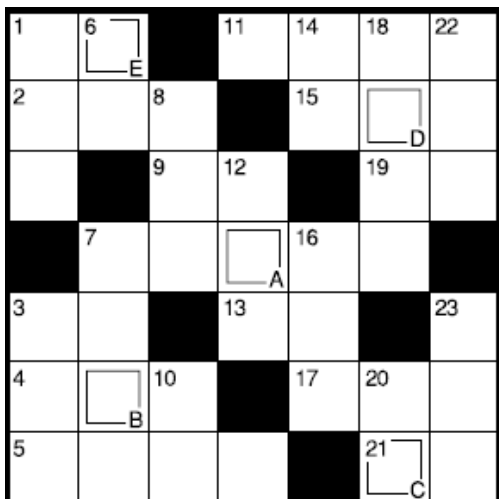
大
↓
急 → □ → 身
↓
化

③

入
↓
追 → □ → 食
↓
合

⑤

受
↓
入 → □ → 金
↓
品



■クロスワードパズル



★タテのカギ

- 日本では水洗化が進んでいます。
- 袋に付いている金具。
- 方位磁針のN極が指す方角。
- はっきりしない～模糊(もこ)とした状態。
- ～海流とも呼ばれる親潮。
- 6月の第3日曜日は～の日です。
- 漢字で書くと軍鶏。ニワトリの一種です。
- すずりですります。
- アンデルセンやグリム兄弟が著したもの。
- ごまなど油をひかずに加熱すること。
- 梅雨時は食物や浴室に生えやすくなります。
- レイシともいわれる果物。
- ワタの種子から取った繊維。あるいはそれで織った布。

★ヨコのカギ

- 6月10日は～の記念日。
- によろりと長い胴を持つ小動物。
- 男女が出会った途端に落ちることも。
- 関東では養殖のブリ、関西では若いブリをこう呼びます。
- 易者が占いに使う細い棒。
- 傘を忘れたので軒先を借りて……。
- ライオンのことです。
- まつげに塗る化粧品。
- 割、分、厘のさらに下。
- 現在を挟んで過去とは反対側。
- みそ汁によく入れられる海藻。
- ～に就いて、用意、ドン!
- ～詰め、ガラス～、ビール～。



A B C D E

□ □ □ □ □