

熱中症の発生状況

松浦地区消防組合消防本部管内（松浦市・江迎町・鹿町町）での熱中症による搬送人員は、平成19年7月～9月の期間で8人。平成20年7月～9月の期間では10人となっています。また、平成21年7月（1日～15日）には5人が熱中症により搬送されています。

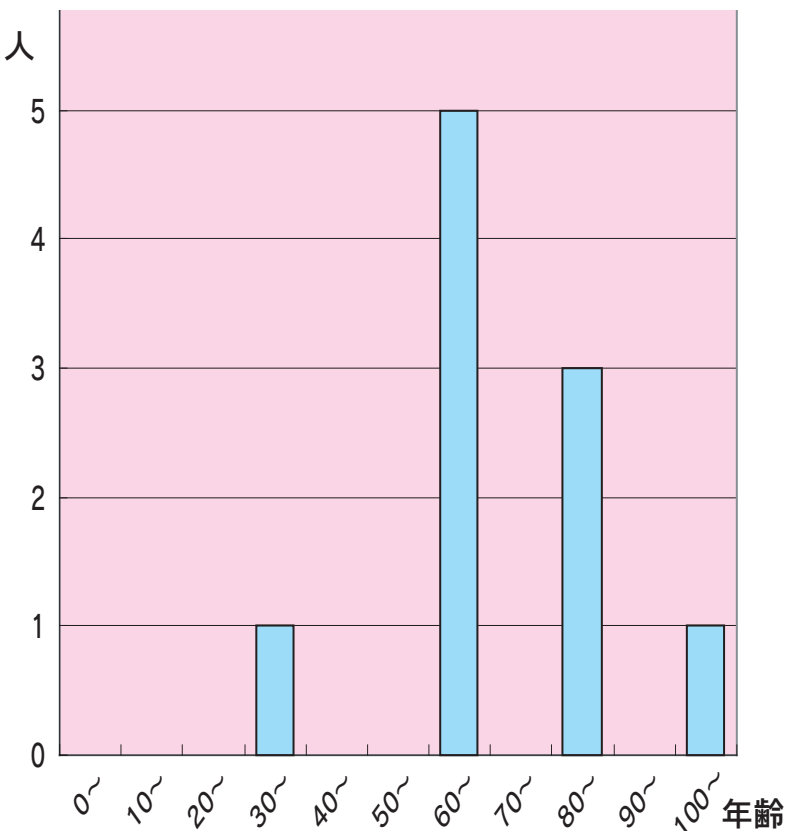
平成20年中の熱中症搬送者の年齢を見てみると、60歳以上の人が多いことが分かります。

また、熱中症搬送者の発生状況は、スポーツ時に搬送された人は見られないものの、高齢者の屋外での作業中の発生が多く見られます。さらには屋内での日常生活での発生が多いことにも注目すべきです。このことは、屋外で作業や運動をしていなくても熱中症にかかる可能性があり、屋内だからといって油断できないということです。

搬送された日の気象状況を調べてみると、1日の最高気温が33度を超えている日の発生が多いことも分かりました。



松浦地区消防組合消防本部管内
平成20年中熱中症搬送者年齢



松浦地区消防組合消防本部管内
熱中症搬送人員

【平成19年】

	総搬送人員 (人)	うち熱中症搬送人員 (人)	
		うち熱中症搬送人員 (人)	熱中症の割合 (%)
7月	93	1	1.1
8月	108	5	4.6
9月	91	2	2.2
合計	292	8	2.7

【平成20年】

	総搬送人員 (人)	うち熱中症搬送人員 (人)	
		うち熱中症搬送人員 (人)	熱中症の割合 (%)
7月	107	6	5.6
8月	128	4	3.1
9月	127	0	0
合計	362	10	2.8



熱中症になったとき

熱中症の疑いがあるとき、どうすればよいのでしょうか。まず死に直面した緊急事態の場合もあることを認識しなければいけません。重症の場合は救急隊を呼ぶことはもとより、現場ですぐに体を冷やすことが必要です。重症者を救命できるかどうかは、いかに早く体温を下げることでできるかにかかっています。

- ・ 風通しのよい日陰やクーラーの効いた室内などに移動します。

- ・ 衣服をゆるめ、熱の放散を促します。

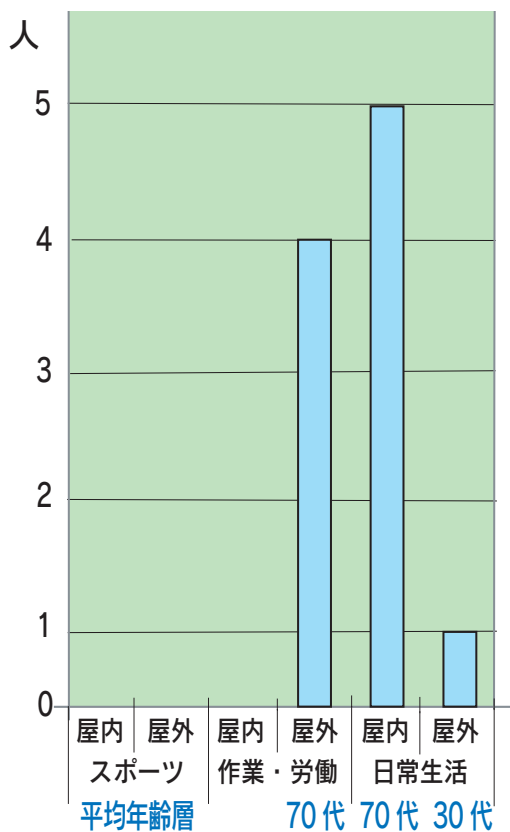
- ・ 体に水をかけたり、うちわや扇風機などで風を送り体を冷やします。

- ・ 首、脇の下、足の付け根など太い血管のある部分に氷などを当てて冷やすことも効果的です。

- ・ 冷たい水を与えます。大量の汗をかいたときは、汗で失われた塩分も補えるスポーツドリンクなどが最適です。食塩水（１リットルに１～２gの食塩）も有効です。

- ・ 意識障害がある場合には、誤って水分が気道に流れ込む可能性があるため、経口で水分を取るのには禁物です。

松浦地区消防組合消防本部管内
平成 20 年中熱中症搬送者発生状況



- ・ 自力で水分が取れないときは、急いで医療機関に搬送することが最優先の対処法です。

日常生活で 気をつけたいこと

熱中症は生命にかかわる病気ですが、予防法を知っていれば防ぐことができます。日ごろから次のことに注意しましょう。

- ・ 暑さを避ける。
- ・ 服装を工夫する。
- ・ こまめに水分を補給する。
- ・ 急に暑くなる日に注意する。
- ・ 暑さに備えた体づくりをする。
- ・ 個人の条件を考慮する。
- ・ 集団活動の場ではお互いに配慮する。

松浦地区消防組合消防本部管内での状況を見ても分かるように、特に高齢者は直接日射の当たらない家の中でも熱中症になる場合があります。高齢者の発汗反応は遅れがちとなり、若い人に比べて身体蓄熱がおこりやすく、いったん、体温が上昇し始めるとその度合いが大きくなります。また高齢者は脱水状態が進みやすい反面、のどが渇く感覚が鈍くなるので、時間を決めて水分をこまめに取るなどして体調管理に心掛けましょう。

全国では中高生のスポーツ中や成人の作業中での熱中症も発生しています。高温下での作業現場や炎天下でのクラブ活動などでは、管理、監督者は、熱中症の予防に気を配ることが大切です。

問合せ先

健康ほけん課健康推進係