

愛敬苑だより

特別養護老人ホーム 愛敬苑

〒166-0012 東京都杉並区和田 1-3-7

Tel 03-6304-8746

Fax 03-5342-2835



発行日：令和元年6月10日

作成：広報委員会

6月に入り、沖縄・九州地方では梅雨入りが発表されましたね！5月の末から夏のような気候で熱中症のニュースもちらほら聞かれるようになってきました。そこで、今回は、熱中症について掲載してきたいと思っております！！

熱中症とはどういうもの？

熱中症とは、体温が上がり、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温調節機能が働かなくなったりして、体温上昇やめまい、けいれん、頭痛などの様々な症状を起こす病気のこと。

熱中症が起こりやすい場所

熱中症といえば、炎天下に長時間いた、真夏の暑い中運動をしていたといったケースを想像するかもしれませんが。しかし、実際はこうした典型的な場面ばかりではありません！実は、梅雨の合間に突然気温が上がったなど、身体が暑さに慣れていない時期に掛かりやすい病気でもあります。

・気温が高い、湿度が高い ・風が弱い、日差しが強い ・照り返しが強い ・急に暑くなった

意外なところでは、気温が低い日でも湿度が高いと熱中症にかかりやすくなります。

また、家の中でじっとしていても室温や湿度の高さから熱中症にかかる事もあり、救急要請時の発生場所では、住宅等居住施設が全体の37%を占め最も多く、次いで道路・交通施設が25%を占めています。最近では、このような室内型熱中症が目立っています。

熱中症の応急処置

もし、あなたのまわりの人が熱中症になってしまったら……
落ち着いて、状況を確かめて対処しましょう。最初の措置が肝心です。

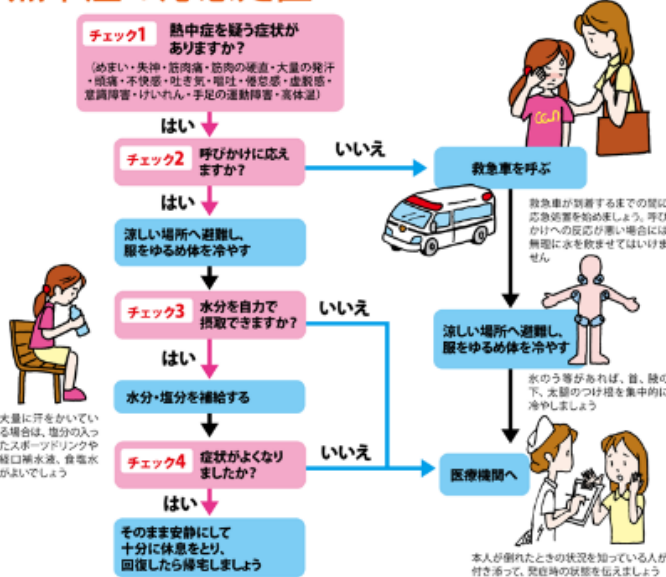


図2-7 熱中症を疑ったときには何をすべきか

出典：環境省「船舶中環境保健マニュアル2018」p.24

5月5日は端午の節句でしたね(^O^)

愛敬苑ではみなさんに菖蒲湯に入って頂きました(^O^)

皆さんとても喜んでいらっしゃいました♪



熱中症の応急処置方法が分かりやすく掲載されています。

ぜひ参考に見てみてください！！