紹介元　あたほ環境機構(株)　古田周

| | | | |
|---|---|---|---|
| 会社名 | 大同精機(株)　日立営業所 | ホームページ | http://www.daido-s.co.jp/ |
| KES.NO. | KES2SR-14-0007 | 連絡先 | 所長　菊池　健二<br>住所:〒 316-0004<br>茨城県日立市東多賀町5−12−4 |
| 登録範囲 | 機械部品等の販売および産業機械の設計・製作・販売 | | |

ホームページ

日立営業所の現場審査
5Sをはじめ しっかりと
KESステップ2SR活動を
展開していました

暑い日でした。
こんなカタログもあり、
扱っています

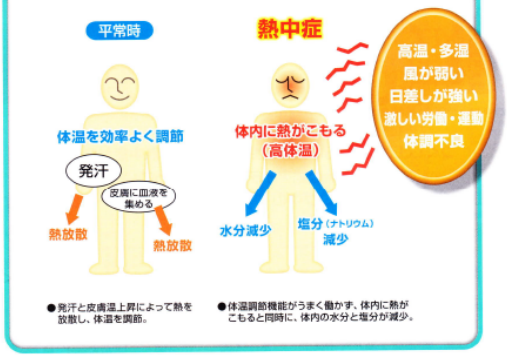
# 熱中症とは・・・

**体 温調節機能が壊れた状態。**

私たち人間は、たとえどんな環境下でも常に36～37℃の範囲で体温を維持できるすぐれた体温調節機能を持っています。そのため、気温の上昇や運動で体温が上昇しても、末梢血管を拡張させて体表から体温を放熱したり、汗をかいて「汗の蒸発」にともなう気化熱を放散したりして、上手に体温を下げることができます。

熱中症とは、**高温・多湿の環境下で体内の水分と塩分（ナトリウム）が過度に失われ、体温調節機能がうまく働かなくなって起きるさまざまな障害の総称です。**

## 熱中症になるメカニズム




## 熱中症の症状

| 分類 | 症状 |
|---|---|
| Ⅰ度（軽症） | 大量の汗、めまい、立ちくらみ、こむら返り など ※従来の定義では、熱けいれん |
| Ⅱ度（中等症） | 強い疲労感、倦怠感、虚脱感、頭痛、吐き気、嘔吐、下痢、体温の上昇など ※従来の定義では、熱疲労 |
| Ⅲ度（重症） | 脳神経症状（意識の消失、けいれん、まっすぐ歩けない など 手足の運動障害）＋高体温 ※従来の定義では、熱射病 |

## 熱中症発生時の対応方法

### Ⅰ度（軽症）

意識はハッキリしているが、めまい、立ちくらみ、こむら返り（筋肉のけいれん）、大量の発汗などがみられる場合。

涼しい環境へ避難 → 脱衣と冷却 → 水分・塩分の補給 → 安静にさせる

### Ⅱ度（中等症） Ⅲ度（重症）

**下記の項目に当てはまる症状がひとつでもあれば迷わず、すぐに医療機関に通報、搬送しましょう。**

- □自分で水分を摂取できない。
- □強い疲労感、倦怠感がある。
- □頭痛、吐き気がある。
- □嘔吐、下痢の症状がある。
- □体温が上昇している。
- □まっすぐ歩けない。
- □呼びかけや刺激に対する反応がおかしい
- □意識がない。

▲上記項目は あくまでも目安です。少しでも「おかしい」と思ったら、すぐに医療機関に通報・搬送しましょう。

### 救急車が来るまでの対処ポイント

**Ⅱ度（中等症）の場合**

**ポイント1**
頭より少し足を高くして寝かせ、安静にさせ、身体の中心に向かって手足の部分をマッサージしましょう。

**ポイント2**
「吐き気を訴える」あるいは「吐く」という症状がある場合、すでに胃腸の動きが鈍っている証拠です。この場合、経口で水分を与えるのは禁物。すぐに医療機関へ搬送しましょう。

**Ⅲ度（重症）の場合**

**ポイント1**
救急車などが到着するまでの間は横に近い状態にして寝かせ、体を冷却するなど、応急処置を直ぐにおこなってください。

**ポイント2**
意識がない場合、誤って水分が気道に流れ込む可能性があるので、無理に水分を与えるのは禁物です。水分補給より、医療機関への搬送が緊急課題です！

参考 文献：日刊建設工業新聞社『熱中症 予防・対策マニュアル』2012.3（第4刷）

中身のページ
ex