

熱中症に注意

熱中症とは

室温や気温が高い、日差しが強いなどの環境下で、体内の水分や塩分のバランスが崩れるなどでおこる病気です。

特に、脱水状態の人、高齢者、暑さに慣れていない人、体調の悪い人は、一層の注意が必要です。

症状としては、頭痛、体温上昇、体がだるい、食欲不振、強い口渴などの渇きなど、さまざまですが、意識の異常やけいれんが現れたような時は重症です。



昨年救急車で搬送人員は

総務省消防庁の統計によると、全国で昨夏期は4万人を超える方が熱中症で救急搬送されました。

仙南地域広域行政事務組合消防本部管内でも昨年は92人の方が救急搬送され、この内の約半数近くは65歳以上の高齢者でした。

特に7・8月は熱中症のピークです。屋内においても発症することがありますので、注意が必要です。



熱中症を予防しよう！

- ① 部屋の温度をこまめにチェック！
- ② エアコンや扇風機を上手に使う、室温が28度を超えないように！
- ③ こまめに水分補給を！
- ④ 熱を放出しやすい服装で！
- ⑤ 暑さを避け、休息をとりましょう！
- ⑥ 日ごろから暑さに備えたからだ作り！

応急手当の仕方

熱中症を疑ったら、風通しの良い日陰や涼しい部屋へ移動し休ませ、水やスポーツドリンクなどを補給しましょう。

また、衣服を脱がせ、うちわなどを使って体の熱を逃がし、冷却剤などがあれば、それを首や脇の下、太ももの付け根に当てて体を冷やすのも有効です。

意識がない、全身のけいれんがある、体が熱いなど、重症を疑ったらすぐに救急車を呼んで下さい。



救急講習会のお知らせ

仙南地域広域行政事務組合消防本部では、左記の日程により各種救急講習会を実施します。

受講を希望される方は、最寄りの消防署および出張所までご連絡下さい。

受講料は無料です。

(詳しくはホームページをご覧ください。)

<http://www.az9.or.jp/syoubou/index.php>

○普通救命講習会

日時 毎月第4土曜日
午前9時～正午まで
申込受付期間 講習日3日前まで受付

○上級救命講習会

日時 1回目11月14日(木)
2回目11月15日(金)
両日とも午前9時から午後5時まで
申込受付期間 10月21日(月)～11月1日(金)

○患者等搬送乗務員講習会

日時 10月2日(水)～4日(金)3日間
午前9時から午後5時まで
申込受付期間 9月17日(火)～27日(金)

※会場いずれも仙南広域総合庁舎となります。