

健康メモ 第79回

熱中症について

循環器科部長 菊池積徳

熱中症(ねっちゅうしょう)は、暑さに対応できずにおこる障害の総称です。高温や多湿の環境で、室内でも発症するケースが年々増加しています。

症状としては失神、痙攣、ショックが見られ図1のような分類がされています。



	熱失神	熱痙攣	熱疲労	熱射病
意識	消失	正常	正常	高度な障害
体温	正常	正常	~39℃	40℃以上
皮膚	正常	正常	冷たい	高温
発汗	(+)	(+)	(+)	(-)
重症度	I度	I度	II度	III度

図1：熱中症の分類

治療の基本は大量の発汗により失われる水分と塩分の補給ですが、II度では輸液(点滴)が必要で、III度では緊急入院が必要になります。

〈II度 熱疲労について〉

多量の発汗に水分・塩分補給が追いつかず、脱水によるショック症状が様々に見られる。直腸温は39℃程度まで上昇するが、皮膚は冷たく、発汗が見られる。



〈III度 熱射病について〉

温熱中枢が障害されたときに、体温調節機能が失われることにより生じる。興奮、錯乱、痙攣、昏睡などの高度の意識障害が特徴で、体温が40℃以上まで上昇し、発汗は見られず、皮膚は乾燥している。



〈熱中症の手当て〉

- ・風通しが良い日陰や冷房の効いた所に運び、衣類をゆるめて楽にします。
- ・本人が楽な体位にしますが、顔面が蒼白で脈が弱いときには、足を高くした体位にします。
- ・意識があり、吐き気や嘔吐などがなければ、水分補給をさせます。薄い食塩水などを飲ませます。(経口保水液:水1Lに対し砂糖40g、塩3g 常温でも冷却効果があります。)
- ・皮膚の温度が高いときには、冷却して体温を下げます。
- ・症状がおさまらないときは、できるだけ早く医師の診療を受けさせます。
- ・意識障害や熱射病の症状があるときは、急いで(救急車で)医療機関に搬送します。



Information

お盆期間の診療について

当院のお盆期間の診療は右記の通りです。
17日(土)は通常通りの午前診療です。
ご来院の際はお間違えのないようご注意ください。なお、急患はこの限りではありません。詳しくは、お電話にてお問い合わせ下さい。

お盆期間の診療

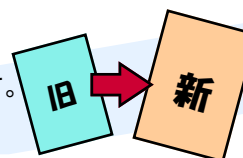
8月12日(月)	通常診療
13日(火)	通常診療
14日(水)	休診
15日(木)	休診
16日(金)	休診
17日(土)	午前診療
18日(日)	休診
19日(月)	通常診療



保険証の更新について

後期高齢者医療被保険者証と国民健康保険証※の有効期限が7月31日までとなっています。8月1日より新しい保険証になりますので、来院時受付窓口に表示下さい。その他の保険証も新しくなった場合には提示をお願い致します。

※市町村により、異なります。石巻市、女川町は9月30日まで。東松島市、松島町、美里町、大崎市は7月31日までとなります。



後期高齢者はオレンジ色の保険証になります。

当院で行っている在宅サービスのごあんない

◆ ケアプランセンターさつき について

真壁病院内に事務所をおいて9月で3年目になりますが、事務所はどこ?と認知度はいまひとつかもしれません。受付に声を掛けていただければ、やさしいスタッフが案内してくれます。またご自宅までお伺いしてお話させていただきますこともできます。

私たち居宅介護支援専門員(ケアマネジャー)は、自宅で生活して介護保険の認定を受けている方が必要な介護サービスを利用できるようにお手伝いをさせていただいています。

介護保険を使って利用できるサービスで、みなさんが良く知っているのはデイサービスかと思いますが、「リハビリがしたい」「おしゃべりがしたい」「趣味の活動がしたい」「外に出かけたい」「お風呂に入りたい」等、意向はさまざま。またこれから介護保険を申請してみたいと思っている方、誰に相談したらいいか悩んでいる方も、ぜひ一度相談にいらして下さい。話をするだけで楽になることもありますよ。

相談は無料です。不安なこと、心配に思っていることを一緒に考えていきましょう。

ケアプランセンターさつき
TEL 82-7313 まで
お気軽にお電話下さい。



高橋 かおる

崎村 香代

■ 新病棟建設工事中の為、ご迷惑をお掛けしております。ご理解・ご協力の程よろしくお願い致します。

■ リウマチ・膠原病外来 担当はNTT東日本東北病院名誉院長 佐々木毅先生。8月の診療は24日(土)です。

■ 看護師採用サイトがオープンしました! 真壁病院 検索 アドレス <http://www.itokukai.or.jp/>