

WITH YOU

保険情報ペーパー「ウィズ・ユー」

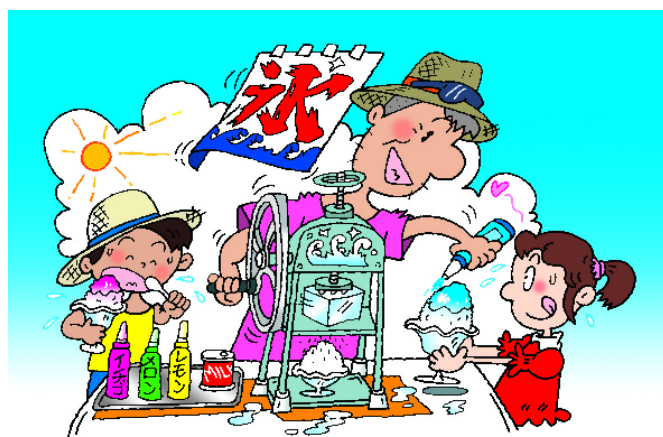
「熱中症」を予防して楽しい夏を!

全国で4万人超が救急搬送 水分補給と暑さ対策を

夏と聞いて思い浮かぶのは、海水浴、花火、お祭り、カキ氷、スイカなど、その多くが楽しいものですが、最近は、夏といえば「熱中症」というのがすっかり定着しています。

総務省消防庁の資料では、平成24年7～9月の3か月間（夏期）に熱中症で救急搬送された人は全国で4万3,864人もあり、そのうち65歳以上が約45%、乳幼児を含む18歳未満が約15%となっています。症状別では、めまい・失神などの軽症が最も多く2万8,146人、吐き気・おう吐、体がぐったりするなどの中等症が1万4,248人、けいれんや意識がなくなるなど入院・集中治療が必要な重症が940人、死亡が73人となっています。ちなみに平成20年の調査開始以来、最も多かった平成22年は5万3,843人が救急搬送され、167人が亡くなりました。

私たちの体は、血管を広げて外気に体内の熱を放射したり、汗をかいて蒸発させたりして体温の急激な上昇を防いでいますが、気温が高いと体内の熱は放散されず、湿度が高いと汗は蒸発しません。熱中症は、周りの温度に体が対応できず、体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温の調節機能がうまく働かないなどが原因で起こります。最高気温が30度を超えるあたりから熱中症で亡くな



る人が増えはじめます。

高温が予想されるときは気象庁から「高温注意情報」が発表されますので、その予想気温や環境省が発表している「暑さ指数」の情報などを参考に、事前の対策をしっかりとってください。よくいわれることですが、熱中症予防で大切なのは「水分補給」と「暑さを避けること」です。また、屋外で活動しているときだけでなく、就寝中など室内で熱中症になるケースも多く、とくに小さいお子さんや高齢者、病人がいるご家庭では、冷房の使用を我慢しすぎないで、適切にエアコンを利用するようにしましょう。

2013年7月作成



フォーユーシステム株式会社

〒989-6135 宮城県大崎市古川稲葉字浦田32-1
古川の通報は大場いい

TEL 0229-24-0855 FAX 0229-24-0855

http://www.foryousystem.co.jp