

熱中症対応フロー

熱中症を疑う症状

- ★ 四肢や腹筋のけいれん(つる)と筋肉痛が起こる。
- ★ 全身倦怠感、脱力感、めまい、吐き気、嘔吐、頭痛などが起こる。
- ★ 頻脈、顔面蒼白となる。
- ★ 足がもつれる・ふらつく・転倒する、突然座り込む・立ち上がれない 等

熱中症を疑う症状

意識障害の有無

なし

質問をして応答をみる

- ここはどこ？
- 名前は？
- 今何をしてる？

- ★ 応答が鈍い。
- ★ 言動がおかしい。
- ★ 意識がない。
- ★ ペットボトルの蓋を開けることができない 等

あり
(疑いも含む)

救急隊を要請



すぐに救急車を要請し、同時に
体を冷やす等の応急手当を行う。

涼しい室内への避難

涼しい場所に運び、衣服をゆるめて寝かせる。

水分摂取ができるか

できない

できる

水分塩分を補給する

- 0.1~0.2%食塩水
あるいは
スポーツドリンク
- 熱けいれんの場合は
生理食塩水(0.9%)
などの濃いめの食塩水
を補給する。



症状改善の有無

改善しない

症状改善

経過観察

病院へ！

体を冷やしながらか、設備や
治療スタッフが整った集中
治療のできる病院へ一刻も
早く搬送しましょう!!



身体冷却

救急車到着までの間、
積極的に体を冷やす。

効果的な冷却方法

- ① 氷水に全身をつける。
- ② ホースで水をかける。
- ③ むれタオルを体にあて
扇風機で冷やす。

※ 迅速に体温を下げることであれば、救命率が上がります!!

