【熱中症警戒アラート】

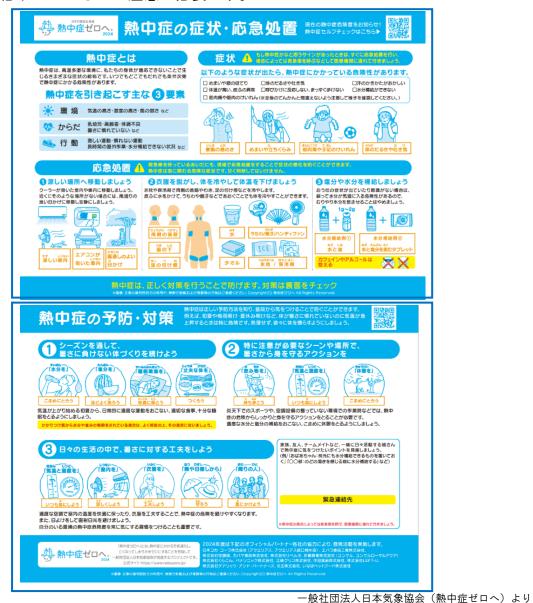
梅雨明け後、連日のように環境省・気象庁から『熱中症警戒アラート』が発表され、熱中症の危険性が高まっている状況です。

熱中症とは、体温が上がり、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温の 調節機能が働かくなったりして、体温の上昇やめまい、けいれん、頭痛などのさ まざまな症状を起こす病気です。

重症化すると、意識障害・けいれん・手足の運動障害や、高体温(体に触ると 熱い。いわゆる熱射病・重度の日射病)など、入院して集中的な治療も必要とな る病気です。

熱中症対策のためにも、室内でも、屋外でも、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分・塩分、スポーツドリンクなどを補給しましょう。

また、特に注意したい方々として、お子様は、体温の調節能力が十分に発達していないので、気を配る必要があります。その他、熱中症患者のおよそ半数は 65歳以上の高齢者です。高齢者は暑さや水分不足に対する感覚機能やからだの調整機能も低下しているので注意が必要です。



2024.7.29