

救急センター便り

市立島田市民病院救急科
Vol.4



熱中症ってどんな症状？

暑い気温や室温の中で、「筋肉のこむら返り」や「立ちくらみ」「一瞬気が遠のいた」症状があれば、**熱中症**の初期段階の可能性あります。

そのうち、徐々に「体がだるく」なってきます。「頭痛」や「吐き気、嘔吐」がみられるようになります。これらの症状がみられた

場合には、熱中症はある程度進行しています。

さらに進むと、意識がもうろうとしてきたり返事をしなくなります。おかしい行動なども含まれます。これはとても重症の状態であり、死に至ることがあります。**すぐに救急車を呼んでください。**



現場での症状の程度と分類

分類	症状
Ⅰ度 (軽度)	(大量の汗をかいています。) 「立ちくらみ」「めまい・失神」 立ちくらみがする状態です。座り込んだり横になったりすると楽になります。一瞬気が遠のく感じがあるかもしれません。 「筋肉痛・筋肉の痙攣」 こむら返りの状態です。筋肉痛があったり、筋肉がピクピクと小さくけいれんしたりします。意識がなくなることはありません。
Ⅱ度 (中等度)	(体が熱くなり、体温は38度を超えてきます。) 「倦怠感・虚脱感」「頭痛・頭重感」「吐き気・嘔吐」 体がだるくなり、グッタリとしてきます。 顔色や唇が青白くなっていれば、血液の循環が悪い証拠です。
Ⅲ度 (重度)	(体はかなり熱く、40度を超えます。汗が止まっていることもあります。) 「意識が悪い」「全身のけいれん」 呼びかけても返答が鈍かったり、目がうつろだったりします。返事がなくヨロヨロ歩いているのはこの状態です。

熱中症は、いきなり重症で起こることはありません。必ず、Ⅰ度(軽度)→Ⅱ度(中等度)→Ⅲ度(重度)と進行します。熱中症になったとしても、早期に気づき治療を開始すれば、軽症で済みます。

次回は「熱中症になってしまったら？」です。