

「予防救急」から見る熱中症対策と 「応急手当」 ～高齢者編～

令和4年6月 大阪府暑さ対策セミナー
大阪市消防局 救急部 救急課
栗山 雄典

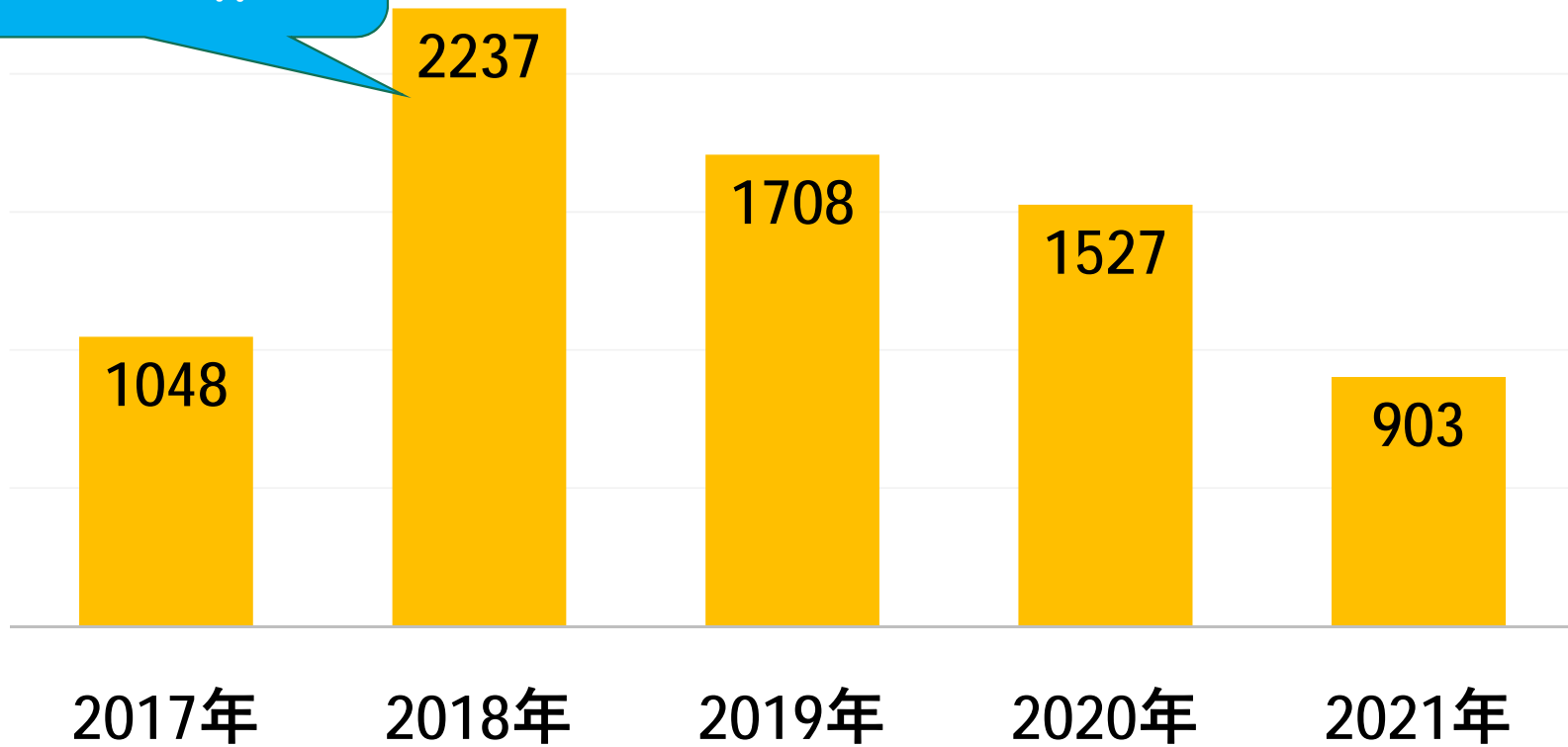
本日のお話

- Ø 熱中症傷病者の救急搬送状況
- Ø 「予防救急」から見る熱中症対策
- Ø 熱中症に対する「応急手当」

熱中症傷病者の救急搬送状況


大阪市の救急搬送状況 (5月～9月)

前年度比で
2倍以上の増加



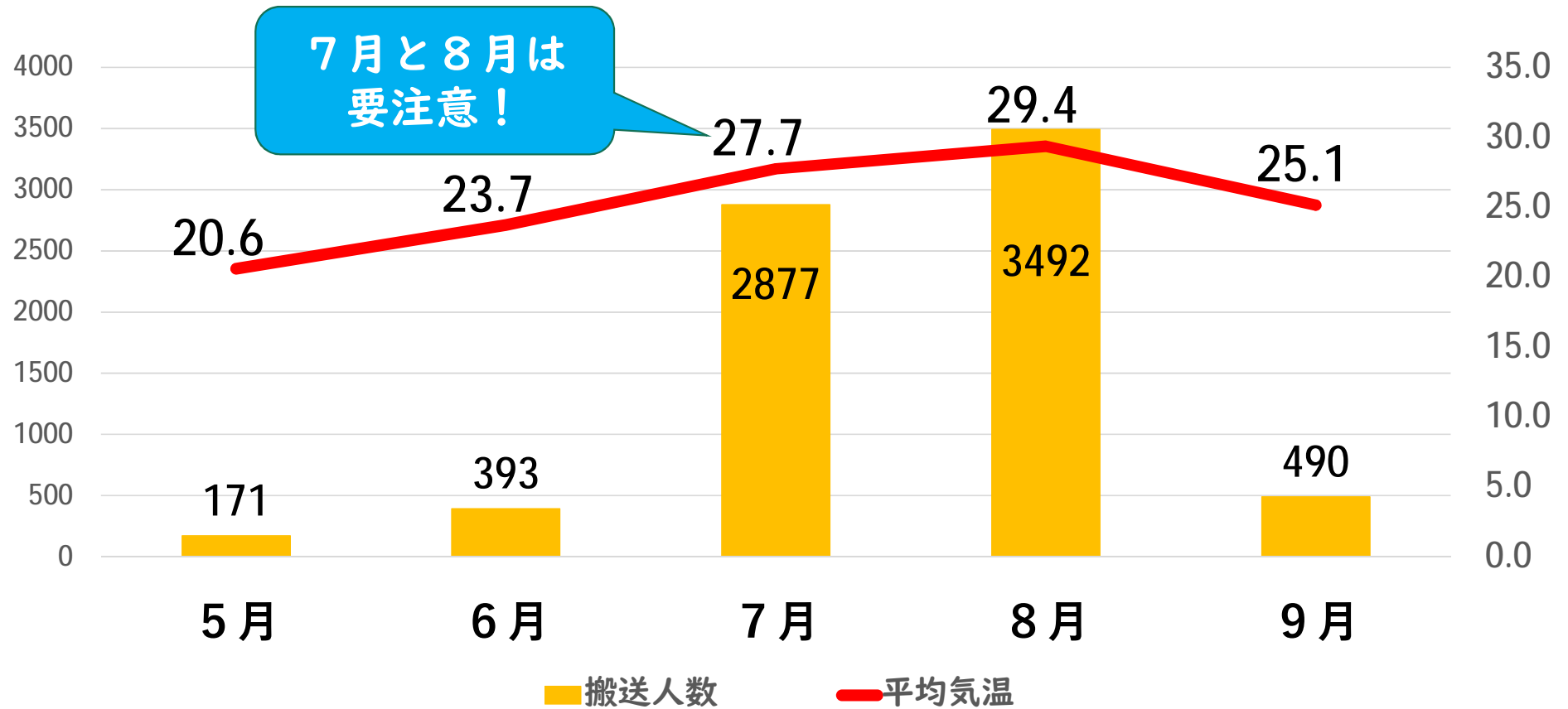
減少傾向でも今年は要注意！

- ü 強い外出規制がかかっていない
- ü マスクの着用が当たり前になり、外すことに戸惑いを感じる人がいる

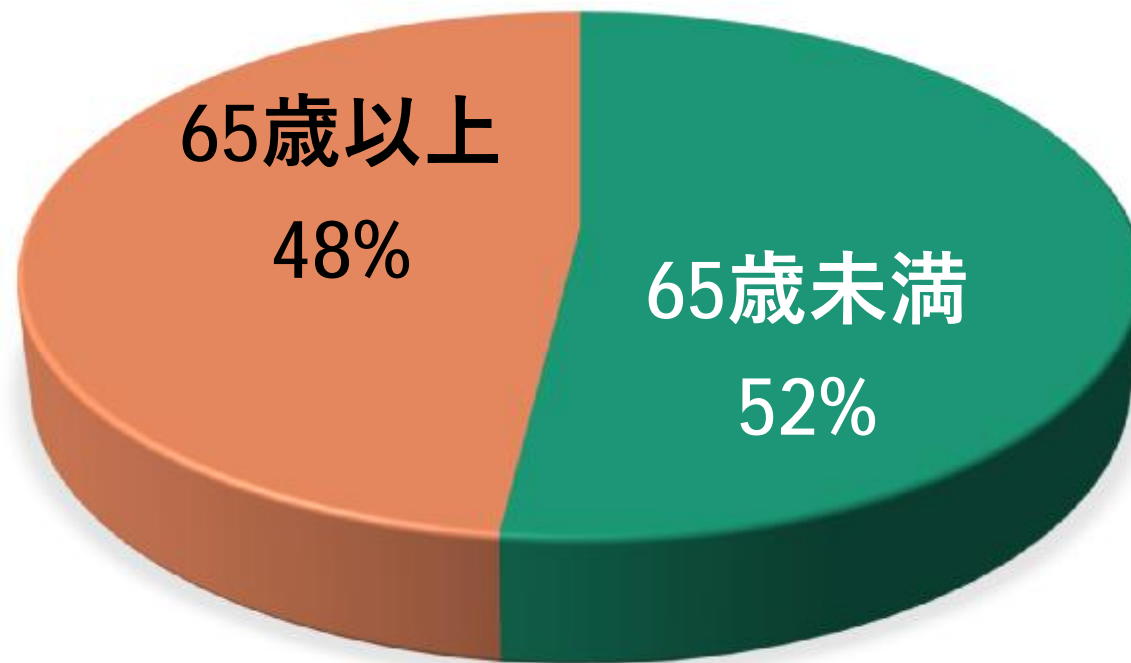
 夏の気温次第では、急増する可能性がある

月別搬送状況

～搬送人数（5年累計）と平均気温～



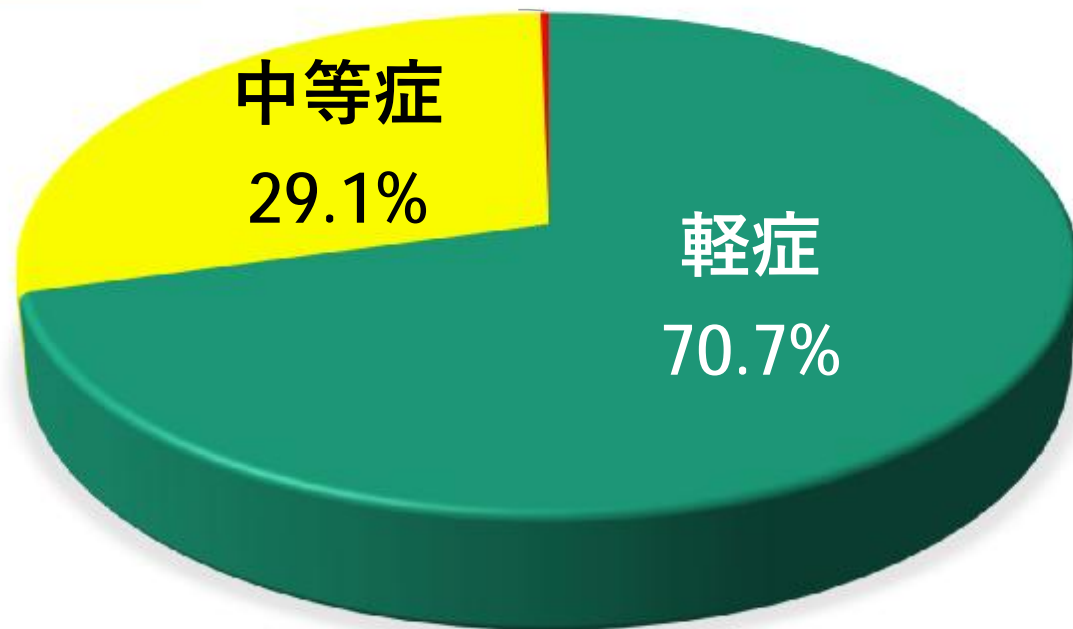
高齢者の割合 (2017~2021)



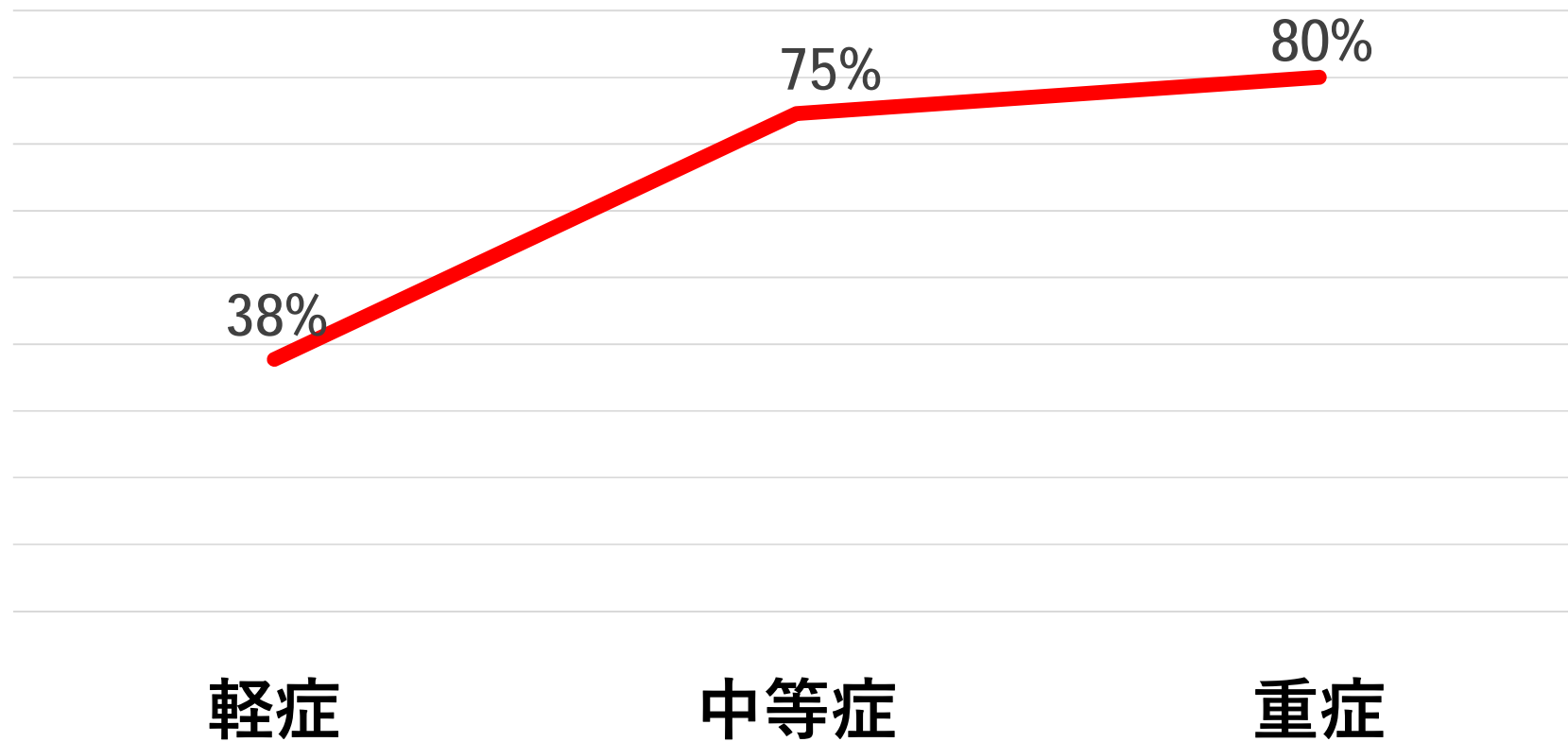
傷病程度の割合 (2017~2021)

軽症・・・入院の必要なし
中等症・・・1日以上3週間未満の入院
重症・・・3週間以上の入院

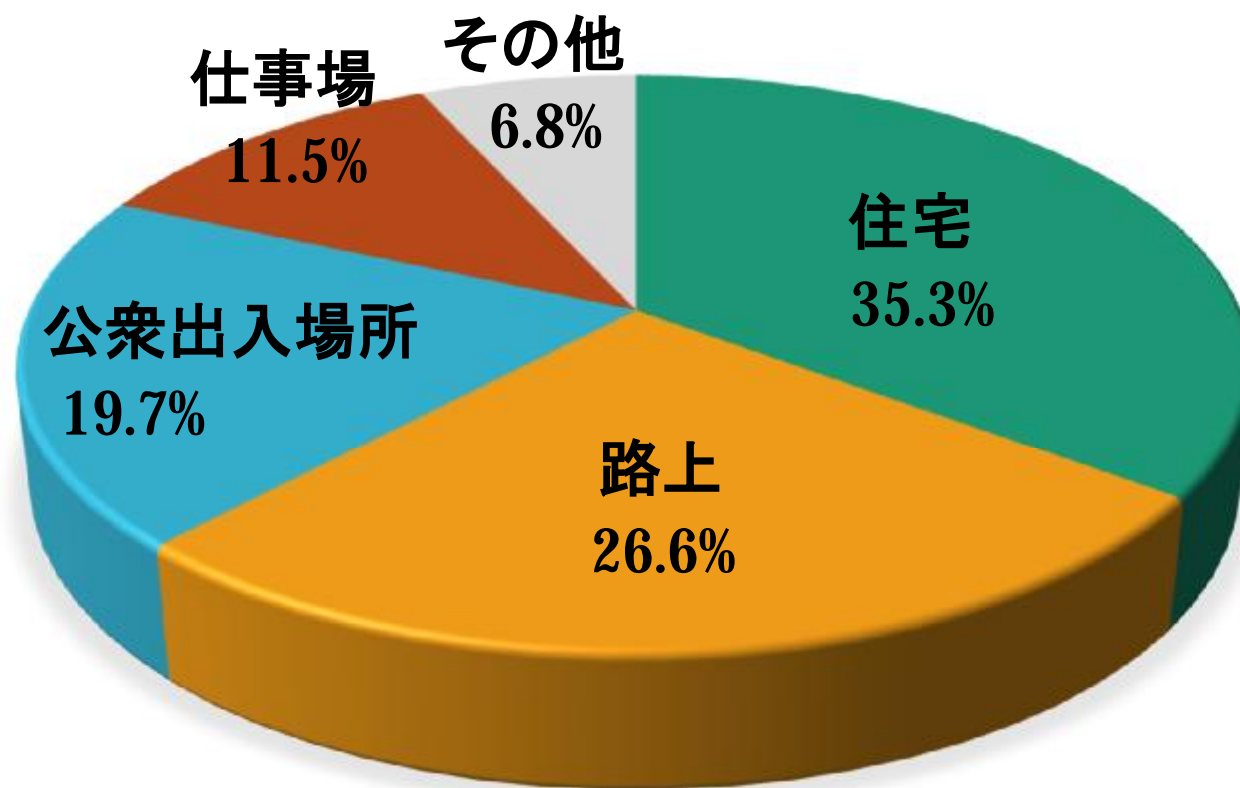
重症
0.3%



傷病程度別に見る高齢者の割合 (2017～2021)

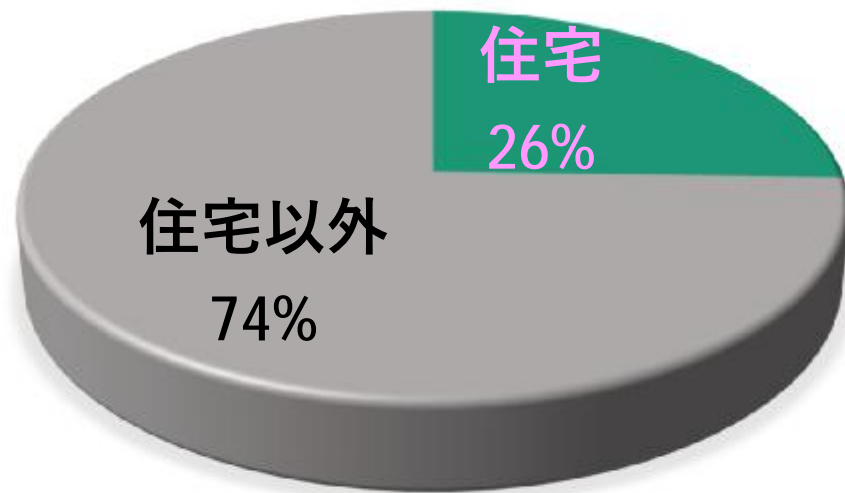


発生場所について（2021年中）

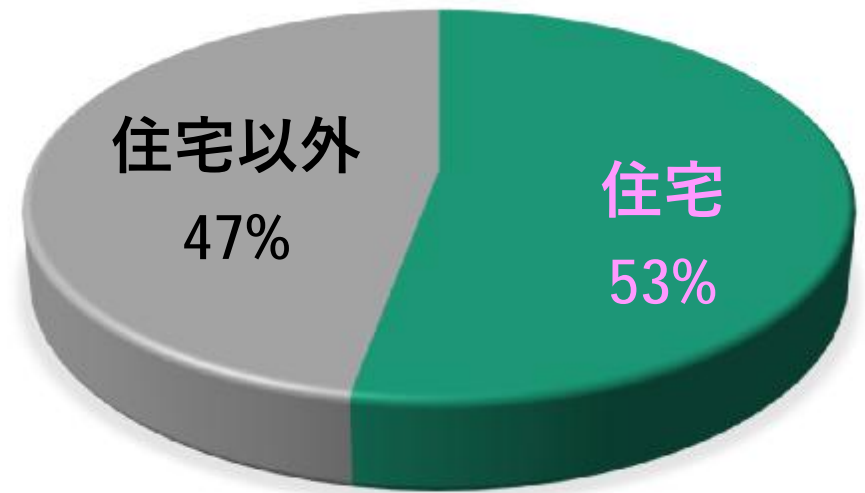


住宅での発生率（2021年中）

65歳未満



65歳以上



まとめると・・・

ü 7月から8月に急増する熱中症

ü 熱中症で救急搬送された方の半分近くが高齢者

ü 高齢者は他の世代に比べて重症化しやすい

ü 高齢者の熱中症は半分以上が住宅内で発生している

「予防救急」から見る熱中症対策

「予防救急」とは・・・

「救急車を呼ばなければならないような
ケガや病気をしないように、
日頃から注意し、心がける意識や行動」

救急車＝緊急事態



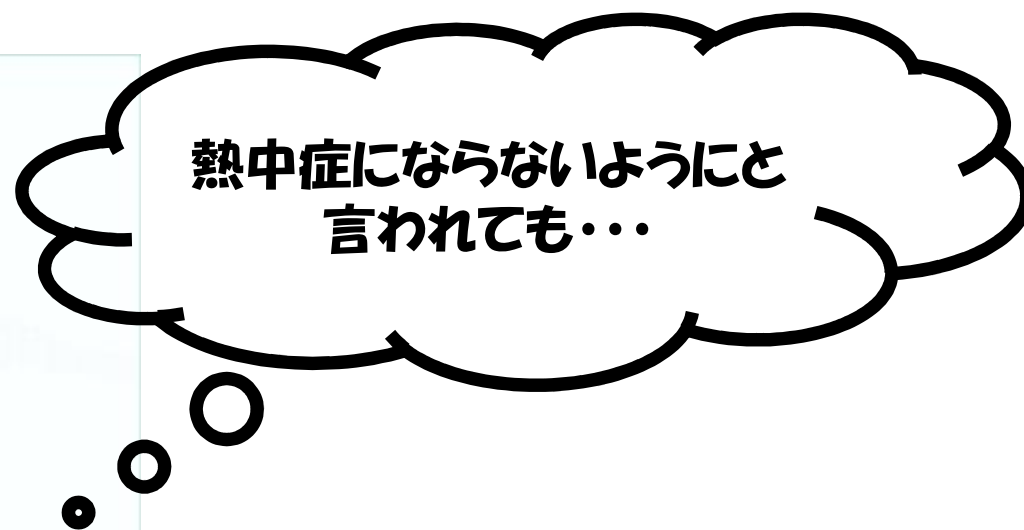
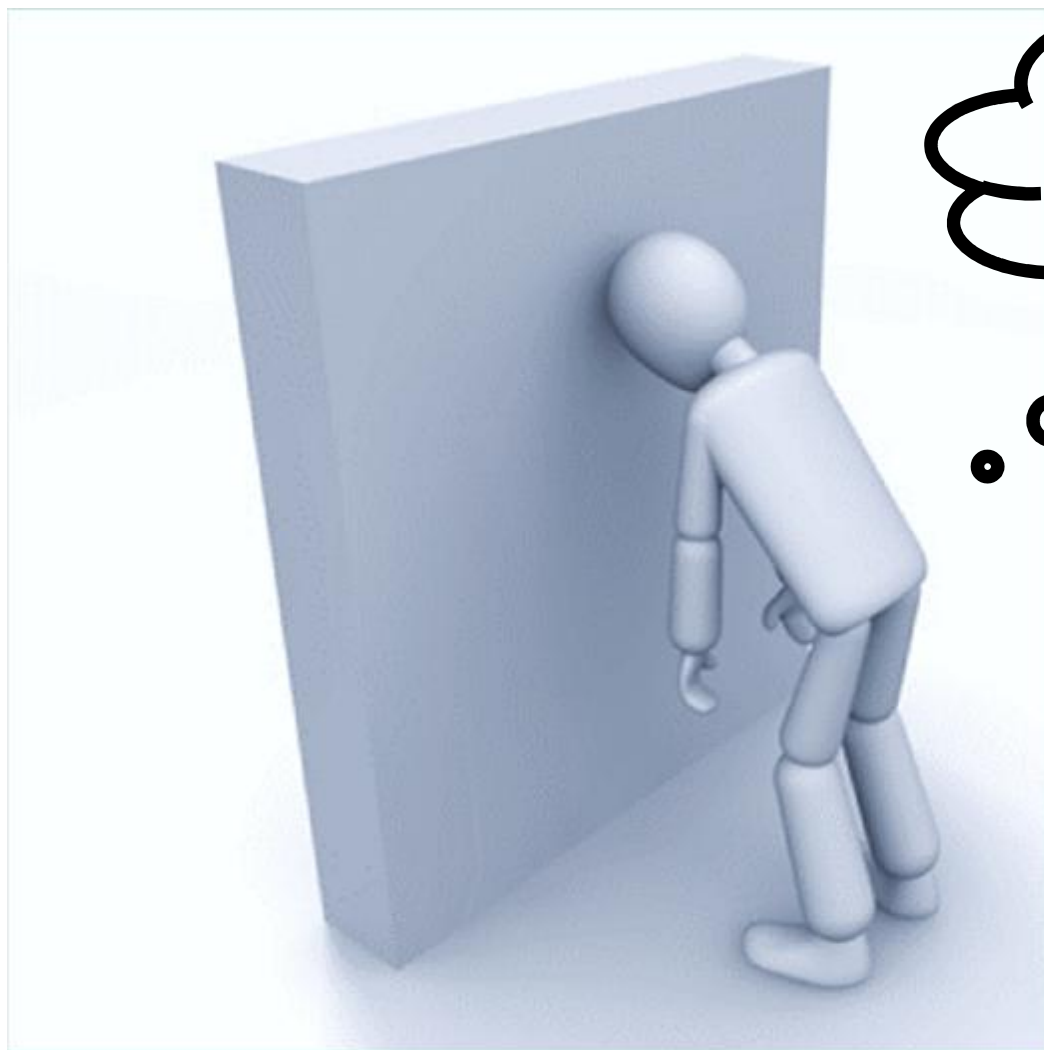
「軽症」でも「入院」と紙一重かも・・・

「救急車を必要とするような状態を未然に防止する」



高齡者 = 「熱中症弱者」





熱中症にならないようにと
言われても…

高齢者が熱中症になりやすい理由

- ü 「暑い」と感じにくくなる
- ü のどの渇きを感じにくくなる
- ü 体温調節機能が低下する
- ü 体内の水分量が減少する

必要な対策

ü のどが渇く前に水分補給

すごく意識して取り組まなければならない

ü 1日1回汗をかく運動



暑熱順化



サポートする人のマネジメントが必要



熱中症予防 × コロナ感染防止で

「新しい生活様式」を健康に!

「新しい生活様式」とは、新型コロナウイルス感染防止の3つの基本である ①身体的距離の確保
②マスクの着用 ③手洗いの実施や「3密(密着、密接、密閉)」を避ける、等を取り入れた日常生活のこと。

注意 マスク着用により、熱中症のリスクが高まります

マスクを着けると皮膚からの熱が逃げにくくなり、気づかないうちに脱水になるなど、体温調節がしづらくなってしまいます。暑さを避け、水分を摂るなどの「熱中症予防」と、マスク、換気などの「新しい生活様式」を両立させましょう。



熱中症を防ぐために マスクをはずしましょう

ウイルス
感染対策は
忘れずに!



屋外で
人と2m以上
(十分な距離)
離れている時

《 マスク着用時は 》



激しい運動は避けましょう


のどが潤いていなくても
こまめに水分補給をしましょう



気温・湿度が高い時は
特に注意しましょう

減少傾向でも今年は要注意！

- ü 強い外出規制がかかっていない
- ü マスクの着用が当たり前になり、外すことに戸惑いを感じる人がいる

 夏の気温次第では、急増する可能性がある

熱中症に対する「応急手当」

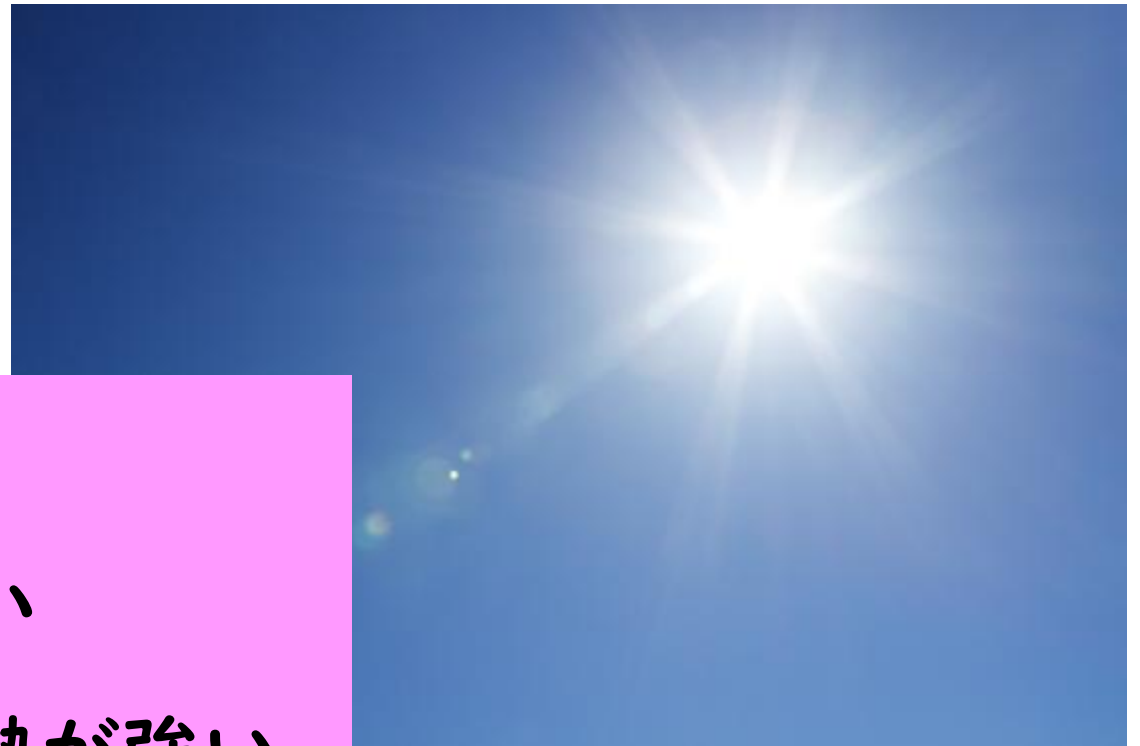
熱中症の危険信号



- ü 高い体温
- ü 熱い、赤い、渴いた皮膚
- ü ズキンズキンとする頭痛
- ü めまい、吐き気
- ü 意識状態が悪い

どういふときに熱中症を疑う？

- ü 気温、湿度、WBGT
- ü 風が弱い、日差しが強い
- ü 照り返しが強い、輻射熱が強い
- ü 急に暑くなった



熱中症を疑ったときの処置

1. 涼しい環境への避難

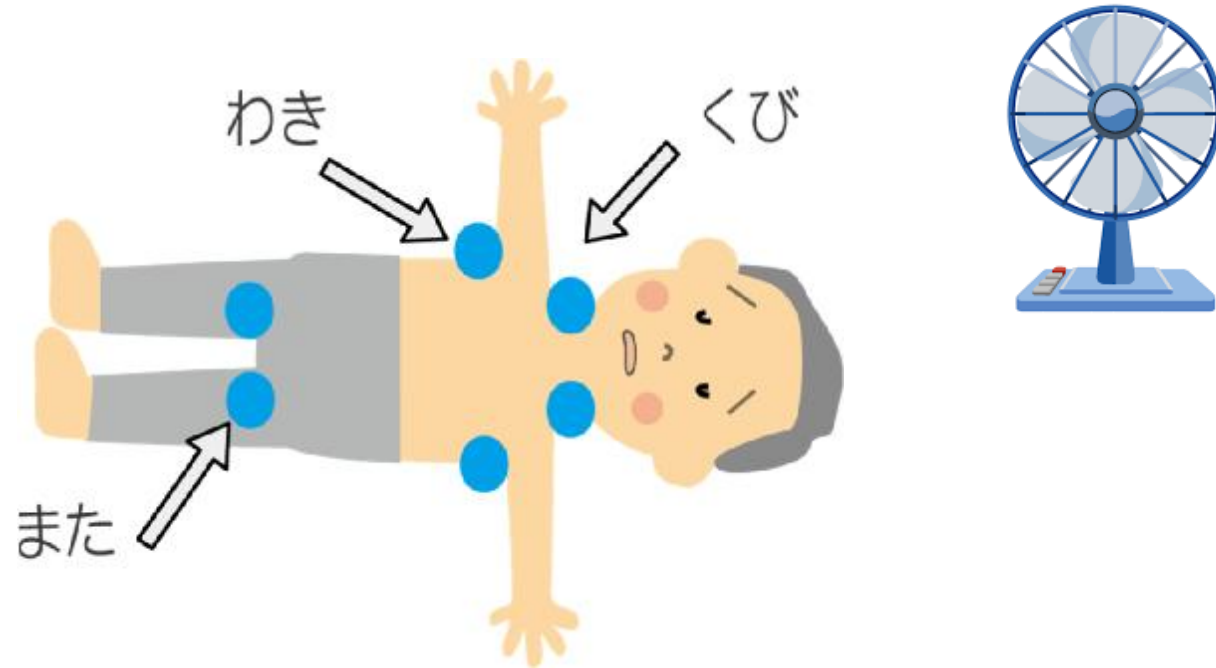
風通しの良い日陰や、クーラーの効いている室内等への避難



熱中症を疑ったときの処置

2 脱衣と冷却

- 衣服を脱がせる、きついベルトやネクタイ、下着などを緩めて風通しを良くする
- 露出させた皮ふに濡らしたタオル等をあて、うちわや扇風機で風を送って体を冷やす
- 氷のう等で首、わきの下、太ももの付け根を集中的に冷やす



熱中症を疑ったときの処置

3 水分・塩分の補給

呼びかけに対する応答がしっかりしており、自分で水分を摂れるようであれば、冷やした経口補水液やスポーツドリンク、食塩水等を飲ませる



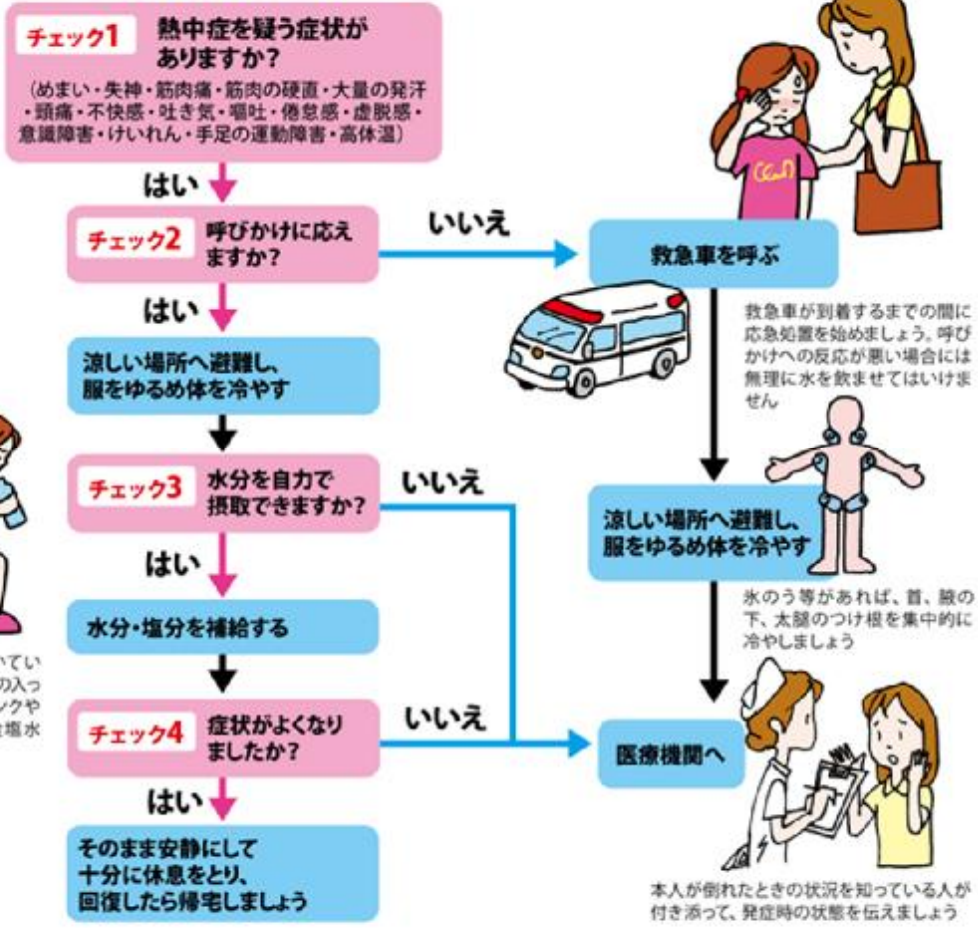
自分で水分を摂れない・・・

応答があいまい・・・



熱中症の応急処置

もし、あなたのまわりの人が熱中症になってしまったら……。落ち着いて、状況確かめて対処しましょう。最初の措置が肝心です。



大量に汗をかいている場合は、塩分が入ったスポーツドリンクや経口補水液、食塩水がよいでしょう

出典：環境省「熱中症環境保健マニュアル2022」

図2-7 熱中症を疑ったときには何をすべきか

判断に迷った場合は . . .

救急車を呼ぶ? 病院へ行く?

突然、ケガ、
どうしよう!!

突然、子どもが
高熱に!

急にめまいが
してきた!!

出血してきたけど
どうしよう!!

こんなときは「救急安心センターおおさか」へ

7 1 1 9

つながらない場合は
こちらへお電話ください ☎06(6582)7119

突然の病気やケガで、
今すぐ救急車を呼ぶか
迷っている方からの
救急苦難相談に対応
※健康相談や軽化かひつて
いる病気の治療方は、医
療費のご負担はご遠慮く
ださい。

24時間
対応

365日
対応

緊急の場合は
迷わず119番へ

ご利用は
無料!

小児
救急
支援
アプリ

子どもの突然の病気やケガの緊急度の
判断、病院情報の検索が、スマートフォンの
アプリでできます。
詳しくは、ホームページをご覧ください。

アプリのダウンロード方法
「小児救急支援」で検索。またはQRコード
を読み取り、ダウンロードしてください。

【大阪府消防庁「小児救急支援アプリ」ホームページ】
<https://www.city.asaka.lg.jp/shobo/page/0000345765.html>

救急安心センターおおさか運営委員会
<https://www.city.asaka.lg.jp/shobo/page/000052526.html>

ホームページへは
こちらのQRコードから
アクセスできます



想定しておくべきシナリオ

心肺停止状態で発見

全国の熱中症による死者数
(2020年中)

1 3 1 6

1 5 2 8

新型コロナ流行期における 心肺蘇生法の留意点

- üすべての人が新型コロナに感染しているものとして対応
- ü自身が正しくマスクを着用できているか確認
- ü窓を開けるなどして、できるだけ部屋を換気
- ü反応の確認、呼吸の確認時に顔を近づけすぎない
- ü胸骨圧迫の際にエアロゾルが発生する可能性があるため、ハンカチやタオルなどで傷病者の鼻と口を覆う
- ü人工呼吸は実施しない

あなたの勇気をサポートします！

救命サポートアプリ

目の前で人が倒れたとき、
一刻一秒を争う命を救うために必要なものは、
専門的な知識や技術ではなく、近くにいる人の**勇気**です。

「救命サポートアプリ」は、
すぐに応急手当のやり方を動画で見ることが出来て、
動画を見ながら応急手当を行うことが可能となります。

あなたの勇気をサポートするために、ぜひダウンロードしてみてください。



意識・呼吸がなければ、胸骨圧迫を！

☑ 119 ☑ AED

OK?

大丈夫！
落ち着いてボタンを押してください。


おとな
成人

こども
小児（1～15歳）

あかちゃん
乳児（1歳未満）

大阪市ホームページ いざという時の応急手当

厚生労働省ホームページ 救急医療

 大阪市消防局



救命サポート



で検索！！

ご静聴ありがとうございました

「救命サポートアプリ」のダウンロードはこちら



「救急安心センターおおさか #7119」
について詳しくはこちら