

みんなであつち 熱中症

その症状は熱中症かも!?

熱中症の症状と重症度分類

重症度	症状	手当
I度 熱失神 熱けいれん	顔面蒼白、脱水、吐き気、めまい、立ちくらみ、急性の筋肉痛、こむら返り	119番→応急手当 <現場での対処> 冷所で安静 身体を冷やす 水分と塩分の補給 見守り
II度 熱疲労	口の渇き、めまい、頭痛、イライラする、倦怠感	医療機関での 診療が必要
III度 熱射病	意識がない、けいれん発作、身体が熱い	入院治療が必要

出典：厚生労働省「働く人の今すぐ使える熱中症ガイド」

予防

定期的な休憩



水分・塩分の補給



監督者は現場パトロール



日常的な健康管理



予防対策グッズの使用



応急手当

熱中症が疑われる場合は直ちに作業を中止し、

すぐに119番

救急車が到着するまで、作業着を脱がせて水をかけ全身を急速冷却しましょう!

詳しい内容はこちらをご覧ください

厚生労働省
職場における熱中症予防情報
<https://neccyusho.mhlw.go.jp>

