

予防救急だより

夏秋号(第1号)
平成29年8月
発行: 消防救急課
(51-3101)



毎年14,000件以上の現場へ出場する救急隊員の声!

- ◆ 普段からのちょっとした工夫で予防できることも…
- ◆ ケガや熱中症などの傷病を正しく理解してもらいたい
- ◆ 救急事故が発生する原因を知って欲しい

予防救急に対する意識が一層高まることを願っています!

《実際にあった救急事例を参考に対策を!》

【転倒防止】

事例: 段差につまずき転倒、股関節を骨折

- ・ 室内の段差をなくす。
- ・ 手すりを設置する。
- ・ 部屋の整理・整頓をする。



【入浴時の事故防止】

事例: 浴槽に顔が浸かった状態で発見

- ・ 入浴する時は家族に声掛けする。
- ・ 事前に浴室を温める。
- ・ 入浴中は家族が時々声を掛ける。



【窒息・誤嚥防止】

事例: 食べ物(もち・ゼリーなど)がのどにつまった

- ・ たくさんの量を口に入れない。
- ・ ゆっくりよく噛んで食べる。



【火傷防止】 着衣着火

事例: 調理中に衣服が燃えて大やけど

- ・ 火を使うときは袖や裾が広がっている服は避ける。
- ・ 火のついたコンロ越しの作業は行わない。



まだまだ、熱中症への注意が必要です！

毎年多くの方が、熱中症により救急車で病院へ搬送されています。昨年豊橋市では114の方が救急搬送されていますが、今年はすでに7月末時点で125人が救急搬送されており、残暑厳しい8月9月も引き続き注意が必要です。

搬送された方の約半数は60歳以上

【救急隊コメント】高齢の方では熱中症に至る直前まで暑い・だるいなど、体の異常に気付かないケースも。(周りの方の配慮も重要です)



搬送された方の半数以上は屋内発生

【救急隊コメント】屋内発症の救急事案では窓を閉め、エアコンを付けていないケースが多い。



熱中症にかからないために

- ★こまめに水分を補給しましょう！
- ★食事(栄養)はしっかりとりましょう！
- ★睡眠は十分にとりましょう！
- ★エアコンや扇風機を使うなど、快適な環境を整えましょう！

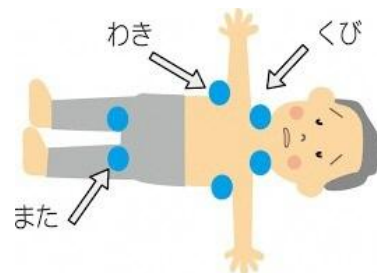
熱中症を疑ったら…

- ★涼しい場所に移し、服を緩め、体を冷やす！
- ★水分・塩分を補給する！



自分で水が飲めない、症状が改善しない場合は医療機関へ

冷やすポイント



こんな時はすぐに119番！！

×意識がない ×けいれん ×高体温 ×呼びかけに対し返事がおかしい

【参考】環境省 熱中症予防情報サイト <http://www.wbgt.env.go.jp>

