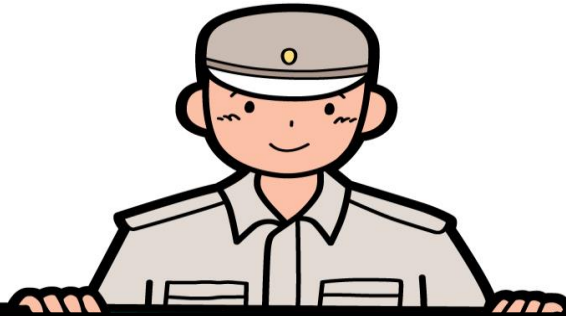


予防救急だより

夏号（第4号）
平成30年6月
発行：消防救急課
(51-3101)



毎年15,000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
- ◆ 今回の特集は……裏面にくわしくご紹介！

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。



～夏号のトピックス～

熱中症にならないために

この季節に気をつけたい熱中症。昨年、豊橋市で熱中症により救急車で病院へ搬送された方は172人で、最も多い7月に101人、次に多い8月には44人でした。熱中症に対する認識が広まり、ポスターやパンフレットなどで予防対策を目にする機会がふえましたが、実際の救急活動を例に注意すべき点を挙げてみました。

★ケース1

夏バテで数日間まともな食事をしておらず、仕事で外回りをしている途中で体調が悪くなり、動けなくなった。

【救急隊コメント】 帽子や日傘で直射日光を避ける、こまめに水分補給をする、休憩をとるなど、熱中症対策はもちろん大切ですが、体が弱っていても効果がありません。食欲がないときでもバランスのよい食事をとるよう心がけましょう。また、水分のとりすぎにも注意が必要です。

寝苦しい夜が続くことから、睡眠不足にも気をつけましょう。



★ケース2

一人で暮らす高齢の父の自宅を訪ねたら、閉めきった部屋の中でぐったりしていた。本人は、特に暑さを感じていなかったため、扇風機やエアコンを使用していなかった。



【救急隊コメント】 高齢になると、暑さや寒さを感じる機能が衰え、自分では気づかないまま熱中症になってしまっていることがあります。部屋に温湿度計を置いて、気温や湿度を目で確認できるようにしましょう。「熱中症」などの文字が表示され、注意を促す機能がついているものが便利です。

家族の方がこまめに声をかけてあげることも、予防につながります。



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

