

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



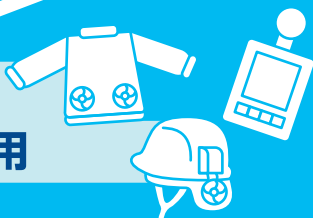
監督者は現場パトロール



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も
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>

