

# 大切な命を守るために 一秒でも早く!

平成27年中の芳賀地区における救急出動は6,605件、うち救急搬送された40%の人は、入院を必要としない人でした。緊急ではないのに救急車を要請すると、本当に救急車が必要な人たちが利用できなくなります。現場到着の遅れにより、救えるはずの命が救えなくなる恐れがあります。

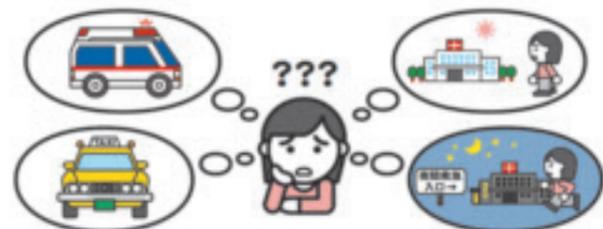


こういう時は救急車を呼ぶ前に別の手段を考えましょう

- 医療機関の診察待ちには時間がかかるから
- 二日酔いのため自力で医療機関に行けない
- 入院予定だから
- 歯が痛い
- 病院がわからないなど

こんな症状なら119番!

- ろれつがまわらない ● めまい
- 呼吸困難、胸が痛い
- 冷汗、顔が青い ● 手足のしびれ
- 突然発症した激しい頭痛
- いつもと違う、様子がおかしいなど



救急車の適正利用にご協力をお願いします。



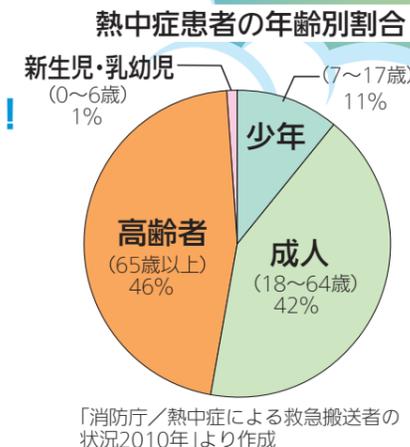
芳賀地区広域行政事務組合消防本部  
高めよう防災力! 火災、救急、救助は119番

# 熱中症に 注意しましょう

7月から9月にかけては、気温・湿度が高い時期です。熱中症にならないよう、水分補給や暑さ対策をしましょう。

熱中症患者のおよそ半数は高齢者(65歳以上)です!

- 体内の水分が不足しがちです  
高齢者は若年者よりも体内の水分量が少ない上、体の老廃物を排出する際にたくさんの尿を必要とします。
- 暑さに対する感覚機能が低下しています  
加齢により、暑さやのどの渇きに対する感覚が鈍くなります。
- 暑さに対する体の調節機能が低下しています  
高齢者は熱がたまりやすく、暑い時には若年者よりも循環器系への負担が大きくなります。



熱中症は、室内でも多く発生しています。夜も注意が必要です。

## 予防法

- |                                      |  |   |
|--------------------------------------|--|---|
| <input type="checkbox"/> こまめに水分補給する  | <input type="checkbox"/> エアコン、扇風機を上手に使用する    | <input type="checkbox"/> シャワーやタオルで体を冷やす         |
| <input type="checkbox"/> 部屋の温度を測る    | <input type="checkbox"/> 暑い時は無理をしない          | <input type="checkbox"/> 涼しい服装をする<br>外出時には日傘、帽子 |
| <input type="checkbox"/> 部屋の風通しを良くする | <input type="checkbox"/> 緊急時、困った時の連絡先を確認しておく | <input type="checkbox"/> 涼しい場所、施設を利用する          |

## 熱中症の応急処置

熱中症を疑う症状の有無

有

意識の確認

意識がある

① 涼しい場所への避難

② 脱衣と冷却

水分を自力で摂取できるか

水分摂取できる

③ 水分・塩分の補給

④ 症状が改善しない場合

熱中症を疑う症状とは…

- めまい・失神 ○ 筋肉痛・筋肉の硬直 ○ 大量の発汗
- 頭痛・気分の不快・吐き気・嘔吐・倦怠感・虚脱感
- 意識障害・けいれん・手足の運動障害 ○ 高体温

意識がない  
(呼びかけに対し返事がおかしい)

救急車を要請

① 涼しい場所への避難

② 脱衣と冷却

⑤ 医療機関へ搬送

水分を自力で  
摂取できない

回復しない場合は  
医療機関へ