



Emergency Watch

No.69 Sep. 2016

神戸こども初期急病センター

2016年8月受診者数

1939人



【疾患頻度】

1. 咽頭炎・ヘルパンギーナ : 321人
2. 急性上気道炎 : 306人
3. 感染性胃腸炎 : 221人
4. 感冒 : 143人
5. 気管支喘息・喘息性気管支炎 : 128人

今年も暑い夏となりましたが、体調を崩さずに楽しく過ごされていますか？神戸こども初期急病センターには熱中症を心配されて多くの患者さんが受診されました。ピークは過ぎましたが、まだまだ暑い日が続きそうですので、今月は熱中症についてまとめました。

熱中症とは

熱中症は、高温の環境において身体適応の障害によっておこる状態の総称です。重症の場合には、脱水による体温上昇と、体温上昇による多臓器不全（脳、腎臓、肝臓などの障害）を引き起こし、ひどい場合には命に関わることがあります。熱中症で救急搬送される患者さんは全国で年間 50,000 人を超えており、こどもや高齢者では特に注意が必要です。

重症度に応じた分類

分類・重症度	症状	体温	対策・治療
I度（軽症） 熱失神 <i>heat syncope</i>	気分が悪い、眼前暗黒感 皮膚蒼白 手足のしびれ	正常	日陰で休む 水分補給 体を冷やす、涼む
熱けいれん <i>heat cramps</i>	筋肉痛、こむら返り 手足や腹筋のけいれん		
II度（中等症） 熱疲労 <i>heat exhaustion</i>	強い疲労感、倦怠感 脱力感、大量の汗、脈が速い めまい、頭痛、吐き気	やや高い ～39℃	病院での治療 点滴など
III度（重症） 熱射病 <i>heat stroke</i>	意識障害 腎機能障害、尿や汗が出ない 体温調節のしくみが破綻	高体温 40℃以上	救急車で搬送 緊急入院で治療 冷却療法、特殊治療

救急受診の目安は？

暑い日の屋外での運動や、空調のない部屋で過ごした後で、「少し気分が悪い」、「立ち上がると一瞬クラッとした」「こむら返り」などの症状があっても、意識がはっきりして吐き気や頭痛がない場合、ほとんどが軽症です。日陰で休みつ、スポーツ飲料などで水分補給しましょう。

一方、高熱とともに、「ボーッとして意識がはっきりしない」、「尿や汗が出ない」などの症状がある場合には、重症の可能性がありますので救急受診をしましょう。意識障害がある場合には救急車で受診が望ましいです。

熱中症と夏カゼによる症状のちがいは？

暑い場所において高熱が出た場合には、「熱中症かも！？」と心配になりますよね。こんな時は発熱以外の症状があるかをチェックしましょう。重症度分類の表にもあるように、熱中症で高体温になるのは中等症～重症の場合です。「発熱があっても、意識障害がなく尿も出ていて、強い疲労感や吐き気などが無い」という場合には、熱中症よりも夏カゼなど他の原因がほとんどです。ただし、胃腸炎で吐き気がある場合や、頭痛のひどい夏カゼなどもありますので、判断に困る場合には救急受診や救急相談を利用しましょう。