

熱中症対応マニュアル

熱中症を発見！

涼しいところ（風通しの良い軒下、木陰など）に運び、衣服を緩めて寝かせる

意識の確認（名前、年齢など言わせる）
呼吸、脈拍、顔色、体温のチェック

熱けいれん

塩分の不足、四肢や腹筋のけいれん、筋肉痛

生理食塩水(0.9%＝1リットルの水に9gの食塩)を補給。

回復

- ・回復しても、その日のうちは無理をさせず様子を見る
- ・保護者へ連絡（家庭での経過観察をお願いします）
- ・保護者へ経過観察後の連絡をとる
- ・管理職へ報告

病院へ搬送

- ・上記の症状が治まらない場合には、医療機関へ搬送し、点滴などの治療を受ける
- ・保護者へ連絡し、搬送先、搬送方法を相談する（学校か、家庭か）
- ・管理職へ報告
- ・搬送後の様子について、保護者、管理職と連絡をとる

日射病

めまい、吐き気、頭痛、顔面蒼白

1. 氷やアイスパックで頸部、わきの下、足の付け根など太い血管が走っている場所を冷やす。
2. 霧吹きなどで水をかけたり、送風できるもので全身を扇ぎ、冷却する。
3. スポーツドリンク（塩分0.1～0.2%、糖分3～5%）を補給する。
4. 足を高くして寝かせ、冷気で冷やしたタオルで全身、特に手足の末梢部と体幹部をマッサージする。（皮膚血管収縮防止のため）

熱疲労・熱射病

高体温、脱力感、倦怠感、頻脈、吐き気、嘔吐、意識障害

意識なし！

大至急、病院へ救急搬送！

- ・からだを冷やししながら、集中治療が行える病院へ一刻も早く救急車で搬送する
- ・保護者へ連絡
- ・管理職へ報告
- ・AEDの使用