

Ⅱ

熱中症になったときには

- 1 どんな症状があるのか
—熱中症の症状と重症度分類—
- 2 どういう時に熱中症を疑うか
- 3 熱中症を疑った時には何をすればよいのか
- 4 医療機関に搬送するとき

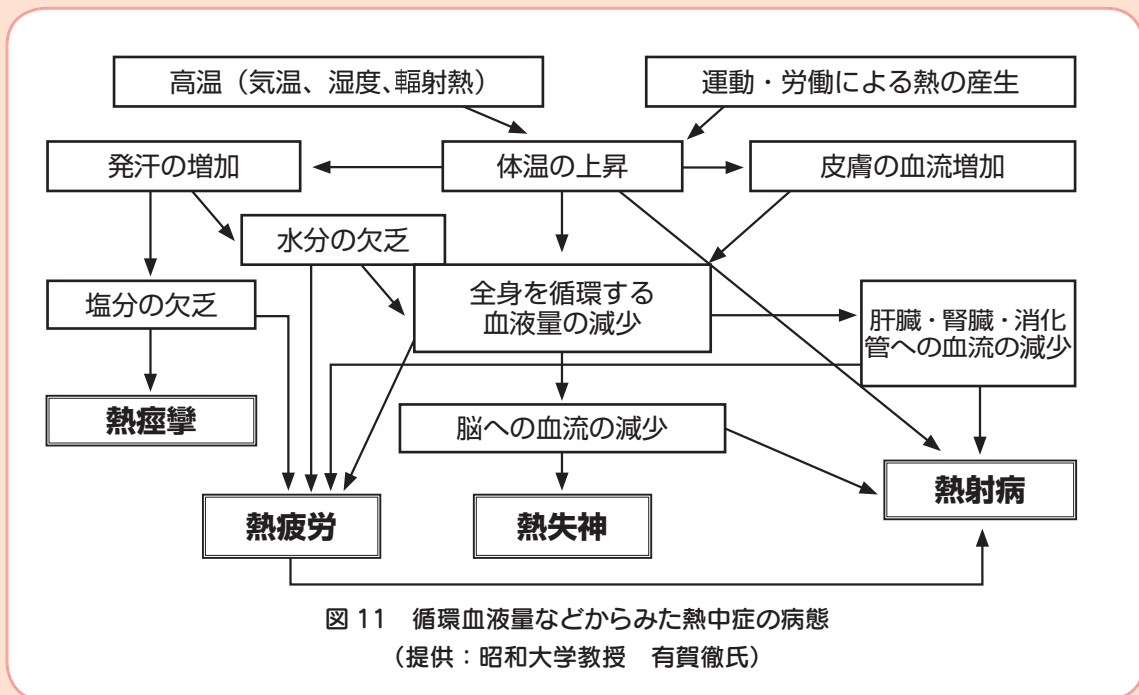


1. どんな症状があるのかー熱中症の症状と重症度分類ー

熱中症とは、暑い環境で生じる障害の総称で、次のような病型があります。

- ①熱痙攣：下肢のふくらはぎ、その他の筋肉にしばしば生じる「こむら返り」のことで、その部分の痛みを伴います。これは、発汗に伴うナトリウムの欠乏により、筋肉の興奮性が高まった状態です。
- ②熱失神：「立ちくらみ」という状態です。これは、脳への血流が瞬間的に不十分になったことを示します。
- ③熱疲労：「強いのどが渇く」、「体に力が入らずぐったりする」、「気分の不快・吐き気・嘔吐」、「不安感」、「目が回る」、「頭痛」、「気を失う」などの“疲弊”の状態です。「気を失う」があれば、“脳症状”が現れたとみなすべきです。
- ④熱射病：脳症状が現れ、体のバランスとしては危機的な状態です。「呼び掛けや刺激に対する反応がおかしい」、「応えない」、「手が震える」、「体がひきつける」、「真直ぐに歩かない・走らない」、「手足が動かない」などがあります。

これらの症状が生じる病態については図 11 のとおりです。



平成 13 年と同 14 年に、松本・東京で行われた調査によれば、7 月から 8 月にかけて人口 10 万人当たり 9.5 人、8.4 人の熱中症患者が発生しました。これらの病型の割合を重症度分類（表 2）に基づいて調べてみると、約半数が軽症で、重症は十数パーセントでした（図 12）⁴⁾。

熱中症の病型を軽症（Ⅰ度）、中等症（Ⅱ度）、重症（Ⅲ度）のように表現する方法の利点は、①熱中症が軽症から重症に移行するという“概念”が明確となること、従って、②重症化の予防と早期発見に役立つこと、③介護、運動、教育、労働の各関係者にも理解しやすいことが挙げられます⁵⁾。

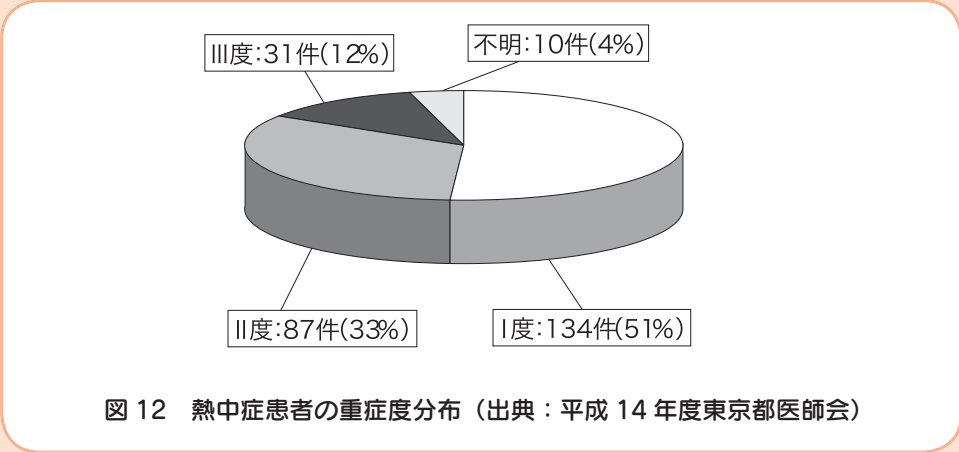


図 12 熱中症患者の重症度分布（出典：平成 14 年度東京都医師会）

表 2 熱中症の病型と重症度・治療法について⁵⁾

熱中症	重症度	治療
熱痙攣 熱失神	軽症（Ⅰ度）	水分の摂取
熱疲労	中等症（Ⅱ度）	輸液（救急隊の要請）
熱射病	重症（Ⅲ度）	厳重な管理（同上）

重症度 1 熱痙攣



重症度 2 熱疲労



重症度 3 熱射病



図 13 熱中症の重症度