



○はじめに

今年は梅雨明けが早く、平年と比べて暑い時期が長く続くのに加えて気温も平年よりも高いとされています。愛知県内でも、7月に入って熱中症により救急搬送される人が大幅に増えています。本稿では熱中症が発生した際の対応と熱中症を予防するための対策について簡単に解説します。

○熱中症の症状と対応

熱中症の分類 (病態と対応)		
重症度	症状	対応
I度	<ul style="list-style-type: none"> 汗が、拭いても拭いても出てくる (大量の発汗) めまい、立ちくらみがある 筋肉のこわらみがある (痛い) * I度では、意識障害を認めない	<ul style="list-style-type: none"> 冷所に移し、安静にして体を冷やしましょう 水分・塩分を補給しましょう * 通常は現場で対応が可能
II度	<ul style="list-style-type: none"> 顔ががらがらする (頭痛) 吐き気がする、吐く 体がだるい (倦怠感・虚脱感) * II度では、集中力や判断力の低下を認める	<ul style="list-style-type: none"> I度の対応に加え、必ず誰かが付き添うようにしましょう 症状が改善しなければすぐに病院に運びましょう * 医療機関での診察が必要
III度	<ul style="list-style-type: none"> 意識がない 体がひきつる (痙攣) 呼びかけに対し返事がおかしい 真直ぐに歩けない、走れない 高い体温である * III度では、意識障害や臓器 (肝臓等) 障害、血液凝固異常を認める	<ul style="list-style-type: none"> I度、II度の対応をしながら、すぐに救急車で、病院に運びましょう * 入院 (場合により集中治療) 治療が必要

(参考文献 福地省「熱中症環境保健マニュアル 2019」、日本救急医学会「熱中症診療ガイドライン 2015」)

熱中症は症状によってI度～III度に分けられますが、**熱中症対策はI度のうちに講じることが大切です**。II度以上は休業を要することもあり、III度では多くの方が帰らぬ人となります。

万が一熱中症が発生したら、涼しい場所で衣類をゆるめ、体を冷やして経口補水液を与えます。ただ、**少しでも様子がおかしいと感じたら躊躇せず救急車を呼んでください**。熱中症により死亡したケースを見ると「休ませて様子を見ていたところ容体が

急変した」などのケースもあり、始めのうちは大丈夫そうに見ても容体が急激に悪化する場合があります。熱中症と思われる作業者については決して1人にせず、健康管理を適切に行ってください。

○熱中症の発生を防ぐための対策

熱中症の発生を防ぐためには、職場に熱中症発症のリスクがどれほどあるのか把握することが重要になります。そのリスクを把握するのに便利なのがWBGT値 (暑さ指数) の測定です。測定した値がWBGT基準値を超える場合はWBGT値を下げるための対策が必要になります。例えば通風・冷房設備の設置といった設備面での対策やWBGT値が基準値を大幅に超える場合には作業を控えるなどの対策が考えられます。

熱中症予防の基本的な対策である水分・塩分補給については作業者任せにせず、事業者が水分・塩分補給の時間を決め、作業者が確実に水分・塩分補給できる体制を構築することが重要です。

○最後に

職場の熱中症対策について詳しくは右リーフレットで解説しています。リーフレットは下記リンクに掲載しておりますので、熱中症対策



について知りたいという方はぜひご覧ください。また、ご不明な点があればお気軽に岡崎労働基準監督署西尾支署監督・安衛課(☎0563-57-7161)にお電話ください

リーフレットリンク (https://jsite.mhlw.go.jp/aichi-roudoukyoku/jirei_toukei/anzzen_eisei/nettyusho.html)