

# 専門看護師・認定看護師 NEWS

Vol.5

2019年9月発行



独立行政法人 国立病院機構  
福岡東医療センター

## 救急看護認定看護師

いけだ

ひろよし

しょうの

えりか

池田 啓之

生野 恵梨佳

福岡東医療センターは3次救急告示病院として救急患者さんを受け入れています。

私たち救急看護認定看護師は救急外来に来る患者さんはもちろん、急性期の入院患者さんや重症患者さんの看護を行っています。

9月になり、季節も秋へとかわります。食欲の秋、読書の秋、運動の秋と趣味を楽しむ季節になります。しかし、まだまだ残暑も厳しい季節です。真夏だけではなく、熱中症は、このような季節の変わり目にも多く発症します。

今回は、『熱中症』について紹介しています。熱中症にならないように、予防が大切です。参考にしてください。



### 熱中症の症状

- ・めまい
- ・手足のしびれ



- ・嘔吐、頭痛
- ・手足の運動障害



- ・意識障害
- ・けいれん



軽

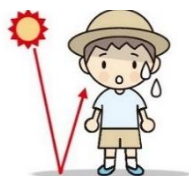
中

重

#### 子ども

地面の照り返し  
体温調整機能が未熟

- 顔色や汗のかき方をチェック
- 防止や通気性の良い服装



#### 高齢者

のどの渇き、暑さを感じにくい  
汗をかきにくい

- エアコンを活用
- のどが渇かなくても水分補給



### 熱中症を予防しよう！！



手のひらにあるAVA（動静脈ふん合）という血管が冷たいペットボトルを握ることで血液が冷やされて、体の内部を冷やす

- Q どんな時に病院に行けばいいの？
- A. 自分で水分が摂れなくなったときには病院に来てください。