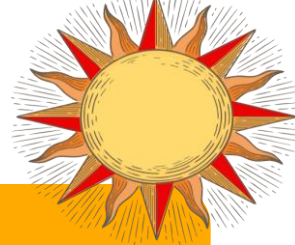


# 熱中症の応急処置



## チェック1

熱中症を疑う症状がありますか？

めまい・失神・筋肉痛・筋肉の硬直・大量の発汗・  
頭痛・不快感・吐き気・嘔吐・倦怠感・虚脱感・意識障害・けいれん・  
手足の運動障害・高体温

はい

＼呼びかけてみる／

## チェック2

意識がありますか？

いいえ

はい

救急車を呼ぶ



救急車が到着するまでの間に  
応急処置を始めましょう。呼びか  
けへの反応が悪い場合は無理に  
水を飲ませてはいけません。

涼しい場所へ避難し、服をゆるめ体を冷やす

氷枕や保冷剤で両側の首筋、わき、足の付け根などを集中的に冷やしましょう。  
皮膚に水をかけて、うちわで扇ぐことでも体を冷やすことができます。

## チェック3

水分を自力で摂取できますか？

はい

水分・塩分を補給する



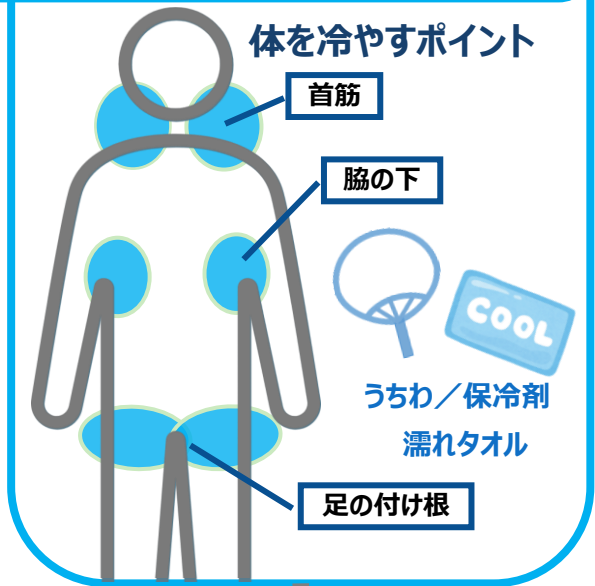
大量に汗をかいている場合は、塩  
分の入ったスポーツドリンクや経口  
補水液などがよいでしょう

## チェック4

症状がよくなりましたか？

はい

そのまま安静にして十分に休息  
をとり、回復したら帰宅しましょう



医療機関へ



本人が倒れた時の状況を知って  
いる人が付き添って、発症時の状  
況を伝えましょう。

# 上天草市 医療機関一覧

医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
しまだ小児科	内・小	登立	0964-56-0005
毛利医院	内	登立	0964-56-2111
上天草内科 呼吸器科クリ ニック	内・呼	登立	0964-56-3100
宮崎外科胃腸科 医院	外・消	上	0964-56-0600
中村医院	内・皮	上	0964-56-0003
福本眼科	眼	上	0964-56-0508
吉田クリニック	内	中	0964-57-0246
春田医院	外・内・ 小	阿村	0969-56-0052
やまうち医院	内・小・ ア	阿村	0969-56-0899
村上医院	内・リハ	姫浦	0969-58-3102
姫戸医院	内	姫浦	0969-58-3583
竹中医院	内	二間 戸	0969-58-2148
上天草 総合病院	内など	高戸	0969-62-1122

休日在宅医最新情報はこちら▶▶  
(天草郡市医師会HP)

