



にこにこニュース

おおいた こども びょういん

大分こども病院

〒870-0943 大分県大分市片島 83-7
http://www.oifa-kodomo.jp/

2018・6月号 (No.338)

(代表) TEL097-567-0050

(Fax) TEL097-568-7057



(救急) TEL097-567-2311



熱中症について



医師 山口 智之

熱中症とは

高温環境下において身体の適応障害を総称して熱中症と言います。体温調節機構が未熟な小児は暑さや熱に対する適応力が成人より低く、年齢が低いほど容易に熱中症を発症します。日本での熱中症の死亡数は200-400名程度とされており、0-4歳児では駐車場や車庫、15-19歳ではサッカー、陸上競技、ジョギング、登山、マラソン、野球、剣道での発症が多いです。**熱中症は必ずしも盛夏に発生するとは限りません。**外気温が28度でも窓を閉め切った自動車内の温度は1時間で47度まで上昇しますし、気温28度、湿度60%以上でのスポーツ中や、防寒着を着すぎて大量発汗したときにも発症します。

分類

熱中症は軽症・中等症・重症の3つに分類されますが、病態を理解するうえでは症状から分類した下記の4つを考えた方が理解しやすいです。

【熱失神(日射病)】身体の熱を外へ逃がすために皮膚の血管が広がりますが、このために相対的に脳への血流が減少し、一過性の意識消失が起こります。一種の起立性低血圧すなわち立ちくらみです。

【熱けいれん】大量の発汗により水分だけでなくナトリウムやカリウムといった電解質も喪失しますが、このとき電解質を含まない、もしくは電解質濃度の低い飲料を摂取すると、血液中のナトリウム濃度が低下し、痛みを伴う筋肉の攣縮(ピクピクする状態)が起こります。疲労した筋肉に生じやすいですが、熱性痙攣やてんかん発作の時のような全身性けいれんとは異なります。

【熱疲労】血液が皮膚の表面に貯留することに加え、仕事や運動により筋肉への血液供給が増え、心臓に戻ってくる血液が減少します。心臓からの拍出量が減り、脳など重要臓器および内臓への血流が減少し、**めまい、頭痛、吐き気、虚脱感、倦怠感などの全身症状が出現します。**発汗はあり体温は少し上昇しますが40度を超えることはありません。軽度の錯乱や集中力の低下など見られることはありますが昏睡や意識障害は見られません。

【熱射病】熱中症の最重症型です。脱水と循環不全が更に悪化すると発汗や皮膚血管の拡張ができなくなり、深部体温が40度以上に上昇し、細胞が破壊され、脳や肝臓や腎臓などの重要臓器が障害され、体温調節ができなくなり**意識障害に至ります。**意識障害は昏睡だけではなく**応答が鈍い(自分の名前が言えないなど)、なんとなく言動がおかしい、日時や場所がわからないなど軽いものもある**ので注意が必要です。

治療

日本救急医学会でも病院到着前の処置の有効性が報告されています。したがって**発症した現場で速やかに治療を開始してください。**

まずは高温環境から退避するために風通しの良い日陰や、できればクーラーが効いている室内などに移動させ、**速やかに身体を冷却してください。**衣服を脱がせ、きついベルトや下着は緩めて体から熱を逃がします。ショック(血圧低下、顔色が真っ青になる状態)など生命を脅かす合併症が存在しないのであれば、**病院に搬送する前に水槽(水を張った浴槽など)に入れたり大量の水分を噴霧して扇風機やうちわで扇ぐ、氷のうなどを首の前、腋の下、両足の付け根に当てて皮膚の直下を流れている血液を冷やすなど、できるだけ早期から冷却処置を行ってください。**

水分摂取が可能なら発症現場で速やかに経口補水液を摂取してください。意識障害のない状態で冷却と水分摂取により症状が改善する場合には安静と経過観察で良いです。**意識障害がある場合、経口補水液を摂取できない場合は、医療機関を受診してください。**

医療機関での治療は冷却と点滴がメインとなりますが、特に大切なのは身体冷却で、発症3-4時間以内に冷却を開始して1時間以内に、ある体温以下にすることを目標とします。解熱剤は無効です。スポーツドリンクは糖分を過剰摂取してしまうことがあり、その場合は高血糖⇒尿量増加⇒脱水となる危険性も孕んでいるので注意が必要です。





～各専門外来のご案内①～



【皮膚科】 ※大人の方も診察できます。

<診療時間> 月曜～土曜日 9:00 ～ 11:30
 月・火・金曜日 14:00 ～ 17:30
 (ただし土曜日は大分大学医学部附属病院
 皮膚科の医師が担当します。)

※予約が可能です。

直接、代表電話へご連絡ください。

TEL 097-567-0050



<診療内容>

- ・乳児の湿疹など皮膚トラブル
- ・アトピー性皮膚炎
- ・蕁麻疹
- ・食物アレルギーなど
- ・かぶれなど(よだれ、草まけ、食物、金属など)
- ・細菌やウイルスによる発疹などの皮膚トラブル(とびひ、水いぼ、水痘、带状疱疹、ヘルペスなど)
- ・皮膚のトラブル全般
- ・あざやほくろなど
- ・薬によるトラブル(薬疹)
- ・小外傷、熱傷など
- ・虫刺され
- ・皮膚乾燥による湿疹やトラブル
- ・皮膚のできもの
- ・にきび

食物アレルギーのある方には、アレルギー科と同様の食物負荷試験も行っています(火曜と金曜の午前中)

※食物負荷試験は完全予約制になります。



♪ 6月 各専門外来の予定♪

日	月	火	水	木	金	土
					1 小児外科 アレルギー(後藤) 児童精神外来	2 皮膚科 小児外科
3	4 皮膚科 小児外科 児童精神外来	5 皮膚科 小児外科 アレルギー(阿部)	6 皮膚科 小児外科 アレルギー(後藤) 腎臓外来(桑門) 児童精神外来	7 皮膚科 小児外科 神経外来(岡成) 児童精神外来	8 皮膚科 小児外科 アレルギー(後藤) 児童精神外来	9 皮膚科 小児外科 泌尿器外来
10 小児外科	11 皮膚科 小児外科 児童精神外来	12 皮膚科 小児外科 アレルギー(阿部)	13 皮膚科 小児外科 アレルギー(後藤) こどもの心外来 腎臓外来(桑門) 児童精神外来	14 皮膚科 内分泌外来(前田) 神経外来(福島) 児童精神外来	15 皮膚科 アレルギー(後藤) 児童精神外来 小児外科	16 皮膚科
17	18 皮膚科 小児外科 児童精神外来	19 皮膚科 小児外科 アレルギー(阿部)	20 皮膚科 小児外科 アレルギー(後藤) 腎臓外来(桑門) 児童精神外来	21 皮膚科 アレルギー(阿部) 神経外来(岡成) 児童精神外来	22 皮膚科 小児外科 アレルギー(後藤) 児童精神外来	23 皮膚科 泌尿器外来
24 小児外科	25 皮膚科 小児外科 児童精神外来	26 皮膚科 小児外科 アレルギー(阿部)	27 皮膚科 アレルギー(後藤) 腎臓外来(桑門) 児童精神外来	28 皮膚科 アレルギー(阿部) 内分泌外来(井原) 神経外来(福島) 児童精神外来	29 皮膚科 小児外科 アレルギー(後藤) 児童精神外来	30 皮膚科

※各専門外来は**完全予約制**になります。
ご希望の方は受付またはお電話でお問い合わせください。

青…午前のみ 桃…午後のみ 黒…終日