

# 救急医療について

## 考えてみませんか？

近年、救急車の出動件数・搬送人員数はともに増えており、救急隊の現場到着時間も遅くなっています。また、救急車で搬送された方の約半数が入院を必要としない軽症という現状もあります。症状に緊急性がなくても、「交通手段がない」「どこの病院に行けばよいかわからない」「便利だから」といった理由で救急車を呼ぶ人がいます。このままでは生命に危険がある方を待たせてしまいます。

いざという時の皆さんの安心のために

救急車の適正利用について考えてみましょう！

こうしたケースで救急車が呼ばれました ～本当に必要か考えてください～

- ・虫にさされて痒い
- ・薬がなくなったから
- ・今日が入院予定日だから病院へ行きたい
- ・救急車で行けば待ち時間がなくて済む

### ●休日・夜間の急病診療が受けられる場所

#### 1. 休日当番医

休日の応急的な医療や軽症の方に対応するため、地域の診療所等が当番で治療にあっています。この当番医については、新聞や市町の広報などでご確認ください。

『石川県災害・救急医療情報システム』(<http://www.ishikawa.qq-net.jp/>)でも検索できます。

#### 2. 夜間小児救急電話相談（365日毎日実施）

お子さんが夜間に急な病気や事故で具合の悪い時、どのように対応すればよいか、電話で小児科医がアドバイスしています。

〈電話番号〉 #8000 または 076-238-0099

〈受付時間〉 午後6時～午後11時

かほく市消防本部

【お問い合わせ先】

消防署 救急担当 松田・村田

TEL 283-3585

# 熱中症を予防して元気な夏を

## ● 熱中症とは？

室温や気温が高い中で、体内の水分や塩分（ナトリウム）などのバランスが崩れ、体温調節機能が働かなくなり、体温上昇、めまい、体のだるさ、ひどいときには、けいれんや意識障害などの症状を起すことです。

家の中でじっとしていても室温や湿度が高いために、体から熱が逃げにくく熱中症になる場合がありますので、注意が必要です。

## 『 熱中症予防のポイント 』

### 子供の特徴

地面の照り返しにより、高い温度にさらされる

汗腺などが未熟

体温調節機能が未熟なため、熱中症にかかりやすい

### 保護者の方へ

- 👉 お子さんの様子を十分に観察しましょう！
- 👉 遊びの最中には、水分補給や休憩を！
- 👉 外出時の服装に注意し、帽子も忘れずに！
- 👉 日頃から栄養バランスのとれた食事や運動、遊びを通して暑さに負けない体づくりを実践しましょう！

### 高齢者の特徴

のどの渇きを感じにくい

暑さを感じにくい

汗をかきにくい

体温を下げるための体の反応が弱くなっており、自覚がないのに熱中症になる危険がある

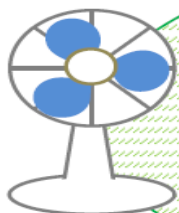
### 熱中症にならないために

- 👉 室温をこまめにチェックし、エアコンや扇風機等を活用！
- 👉 のどが渇かなくても水分補給！
- 👉 調子が悪いと感じたら、家族や近くの人にそばにいてもらいましょう！

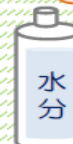
## + 熱中症の応急手当 +

- + 涼しい場所へ移動し、衣服を緩め、安静に寝かせる
- + エアコンをつける、扇風機・うちわなどで風をあて、体を冷やす

脇の下・太もものつけねなどを冷やす



飲めるようであれば水分を少しずつ頻回に取らせる



☎ 持病をお持ちの方やお子さんは、かかりつけの医師とあらかじめ相談し、熱中症対策についてアドバイスをもらっておきましょう