

第 1156 回放送分『熱中症』4 回目

ゲスト：井田 俊太郎ドクター

二見いすず

今月のドクタートークは

「熱中症」をテーマにお送りしています。

お話は、鹿児島市立病院救命救急センター

井田俊太郎（いだ しゅんたろう）ドクターです。

井田さん、どうぞよろしく願いいたします。

井田俊太郎Dr.

よろしく願いいたします。

二見いすず

先週は熱中症の症状についてお話いただきました。

軽症以上で、頭痛やだるさ、吐き気や嘔吐、

判断力の低下や、軽い意識障害が出てきたら

迷わず救急車を呼ぶことが大切というお話でした。

救急で運ばれてきた場合、どのような治療をされているのですか？

井田俊太郎Dr.

運ばれてくる患者さんは脱水状態で体温が高いので、

まず点滴をして体内の水分を増やします。

そして体温を下げるために、皮膚に霧吹きで水をかけて、扇風機で風を当てていきます。

二見いすず

そうなんですね。

井田俊太郎Dr.

またアイスバスといって、氷が入った水風呂で

患者さんを冷やす治療もあります。これだと冷却速度が速いです。

二見いすず

とにかく冷やすことが大切なんですね。

井田俊太郎Dr.

はい。熱の下がり方が遅い方には、

血管内冷却カテーテルという治療をすることもあります。

カテーテルの周辺に風船が3つほど付いていて

その風船の中を水が循環するのですが、

これだと血液の温度を直接下げることができます。

## 二見いすず

体を冷やすのにも、いろんな方法があるんですね。

### 井田俊太郎Dr.

はい。基本的には点滴での水分補給と体を冷やす治療を行い、さらに脳や肝臓、腎臓といった重要な内臓がダメージを受けている場合は、個別に治療していきます。熱中症は、元気であっても若くても、誰もがなる可能性があります。でもその一方で、予防さえしっかりしていれば、回避できるものでもあります。

## 二見いすず

そうですね。防ぐことができるものだからこそ、熱中症警戒アラートなどの情報をしっかり確認して、一人ひとり、十分な対策をとりたいですね。

### 井田俊太郎Dr.

はい。救急の現場にいると、重症の場合は、合併症、そして残念ながら命を落とされる方もいらっしゃいます。6月はまだ暑さに身体が慣れていない時期でもあり、予防として3食きちんととる、睡眠時間をしっかりとる、規則正しく生活することも重要です。若い方たちは、暑さくらいは大丈夫と自信過剰にならずに、長時間屋外にいることを避けられる場合は、なるべく避けてください。仕事などで仕方がない場合は、水分と塩分の補給、そしてこまめに休んでください。高齢者のみなさんは、適切な冷房とこまめな水分補給を忘れずに、この夏をお過ごしいただきたいです。

## 二見いすず

よく分かりました。  
今年の夏も例年に比べて気温が高いと予報が出ています。  
どうぞみなさん、お気をつけてお過ごしください。  
今月は熱中症について  
鹿児島市立病院救命救急センター 井田俊太郎ドクターに  
貴重なお話をさせていただきました。  
井田さん、ありがとうございました。

### 井田俊太郎Dr.

ありがとうございました。