

熱中症対策

株式会社ドクタートラスト



目的

熱中症は、**適切な対策・応急処置**で予防・救命ができる！

- ・熱中症の発生要因について理解できる
- ・自分で熱中症予防対策を取れる
- ・適切な応急処置ができる

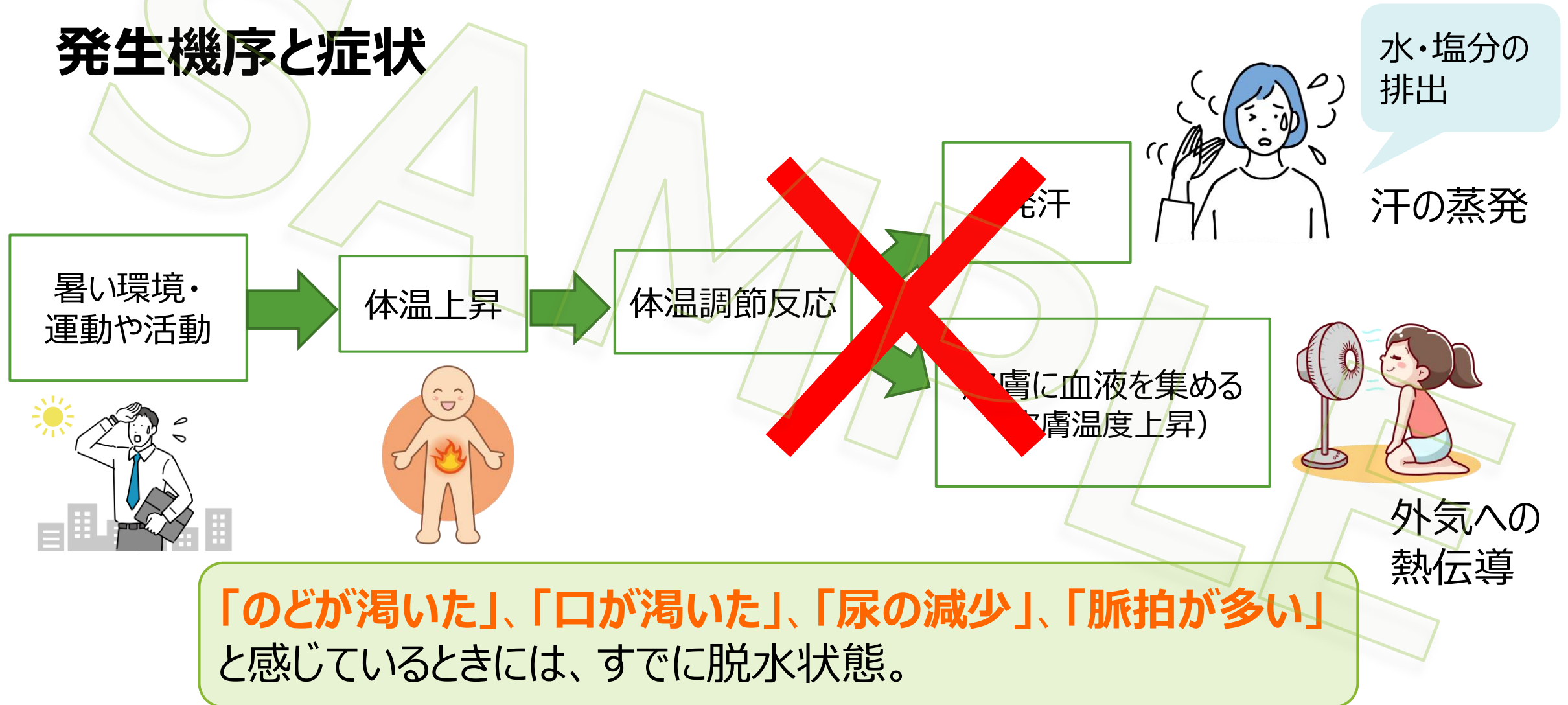
本日の流れ

1. 熱中症とは
2. 熱中症の要因
3. 熱中症の予防・対策
4. 発症時の対応



熱中症はどのようにして起こるのか？

発生機序と症状



レベル：Ⅲ度(重症)

熱中症の種類

Ⅲ度

◆熱射病

… 熱中症の中で最も重度。体温調整機能が失われる



- ・40℃以上の高体温



- ・意識障害
- ・強い眠気



- ・けいれん
- ・手足の運動障害

熱中症の予防・対策

①作業環境管理

◆休憩場所の整備など

冷房を備えた休憩場所、
日陰などの涼しい休憩場所の
確保



身体を冷やすことのできる物
や設備の設置



水分や塩分を補給できる
物品の設置



では皆さんができることは？ ？ ？

- ・涼しい場所の確認
- ・休憩スペースの整理整頓
- ・身体を冷やすものの持参、もしくは準備・確認
- ・水分や塩分の補給できる飲み物や食品の確保

熱中症の予防・対策 ②作業管理

「暑熱順化」ができると…

皮膚の血液量
が増えやすい

汗で排出される
塩分が少ない

体温が上昇
しにくい

水分補給で
体液量の回復
がしやすい



熱中症の予防・対策 ②作業管理

◆作業の服装は快適に

熱を吸収する服装、保熱しやすい服装は避け、クールジャケットなどの、**透湿性・通気性のよい服装**を着用する。

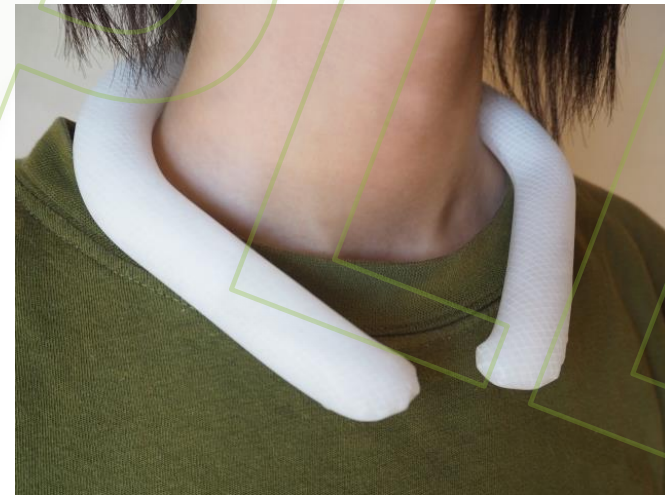
直射日光下では、**通気性の良い帽子（クールヘルメット）**などを着用させる。



▲速乾性及び通気性の良い安全チョッキ
建設現場における熱中症対策事例集（国土交通省）より



▲空調服を作業員に配布



熱中症発症時の対応

