

熱中症情報

熱中症は、梅雨入り前の5月ごろから発生し、暑い日が続いてくると多発する傾向があります。気温が高いなどの環境下で、体温調節の機能がうまく働かず、体内に熱がこもってしまうことで起こります。

しかし、気温や暑さ指数が高い状態でなくても、湿度が高い場合や、風が弱い、日差しが強いなどの環境でも起こりやすくなります。

また、スポーツなどによる体調変化、水分補給の状態、健康状態などによって発症することがあります。

小さな子どもや高齢者、病気の方などは特に熱中症になりやすく、重症になると死に至るおそれもあります。

熱中症は予防が大事！

熱中症にならないために十分な対策を行うことが大切です。

【熱中症の予防に役立てるために…】

- 気象庁では、平成24年6月1日から、高温が予想されるときに「高温注意情報」(<http://www.data.jma.go.jp/fcd/yoho/data/kouon/index.html>) を発表しています。
- 環境省では、熱中症の注意喚起を目的に、平成24年6月1日から「環境省熱中症予防情報サイト」(<http://www.nies.go.jp/health/HeatStroke/>) で「暑さ指数」の情報提供を行っています。

暑さ指数とは、気温だけでなく、湿度、日射などからの熱についても取り入れた指標で、労働環境や運動環境の指針としてISOなどで規格化されているものです。

全国約150地点において、当日、翌日、翌々日までの3日間分の暑さ指数の予報値及び現在の暑さ指数を情報提供しており、その値によって、危険、嚴重警戒、警戒、注意、ほぼ安全という5段階の色分けをすることで、熱中症の注意喚起を行っています。

【横浜市の状況】

＜搬送人数＞

横浜市消防局によると、平成24年5月1～31日までの搬送数は、5人です。

＜年齢別＞

10歳代2人、20歳代1人、70歳代1人、80歳代1人でした。

＜発生場所＞

屋内が4人、屋外が1人でした。

＜重症度＞

5人とも軽症でした。

これから、夏に向けて、気温が上昇すると搬送者も増加しますので、「こまめに水分を取り、室温は28度を超えないよう調整」し、暑さから身を守りましょう。