

低体温症

R6 レスキュークリニック

救急救命士 笹生和泰

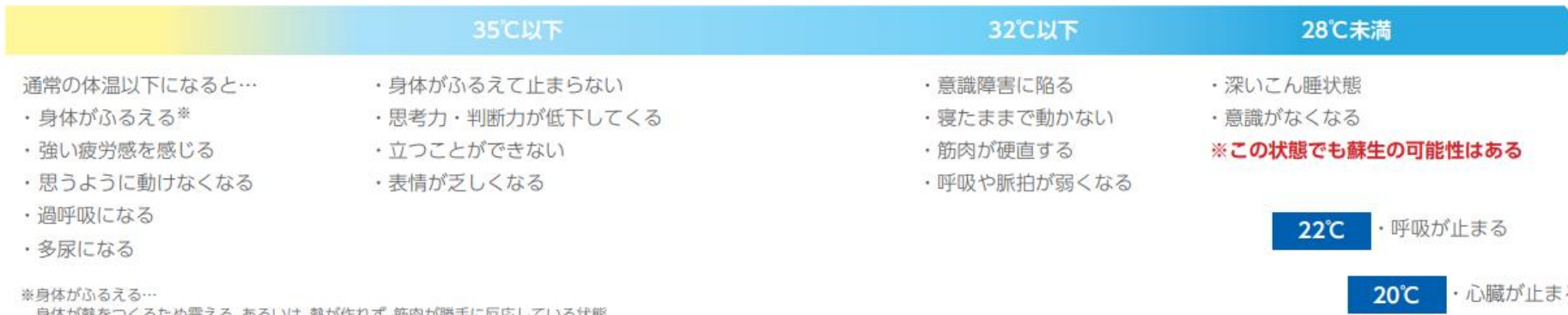
低体温症

- 1 症状
- 2 手当
- 3 病院受診
- 4 予防

低体温症とは

- 体温が35°C以下になってしまった状態
※深部体温
- 熱の産生<熱の喪失の場合に発生する。
- 進行すると呼吸や脈拍が遅くなる。
- 外的な刺激で致死的な不整脈を誘発する可能性がある。

症状



手当1

- 保温

- 暖かい場所への移動
- 体温喪失の防止

濡れた衣服の脱衣(ウエットスーツの切断も考慮)

乾いた毛布等での保温

アルミシート等の使用



手当2

- 加温

- 暖かい飲み物、糖分(チョコレート等)の摂取

- 注意事項

- 低体温症(35°C以下)を疑う場合

四肢のマッサージや身体を不用意に激しく動かさない。
外部からの加温はしない。



病院受診

- 意識がはっきりしない、体温が極端に低い場合
- 応急手当実施後も回復しない



予防

- ・兆候に気が付くことが重要

Check 1
震えがあるか？



Check 2
表情に疲れが見えるか？



Check 3
動きが鈍くなっていないか？



Check 4
会話が通常通りにできているか？



Check 5
手足や身体の表面が冷たくないか？



- ・いつもより話し方がゆっくりではないか？
- ・返事が遅くないか？

まとめ

- 症状 (35°C以下で現れ易い症状)
激しいふるえ 思考・判断力低下 立てない
- 手当
保温 暖かい飲み物
- 病院受診
意識がはっきりしない 体温が極端に低い⇒119
- 予防
兆候に気付くこと

Question



横浜市消防局マスコットキャラクター ハマくん