

子どもを車のなかに置き去りにするのは絶対にやめましょう

暑い季節、車の中に置き去りにされた子どもが熱中症（熱射病のひどいもの）で命を落とす事故が多発しています。たとえ短い時間だと思っても、車のなかに子どもを置き去りにするのは絶対にやめましょう。車内は日中、短時間でも温度が驚くほど上昇し、40～50度になります。車から降りる時は必ず子どもと一緒に降りましょう。

<熱射病、日射病はどんな病気>

熱中症…熱射病のひどいもの：手当てが遅れると死に至る場合もあります。一刻も早く病院へ連れて行きましょう。

熱射病…夏、閉め切った暑い部屋や、車のなかに長い時間いたような場合におこります。

体温の調節ができなくなり体温が40℃以上に上がります
が汗をかきません。

日射病…夏の暑い日に戸外で強い直射日光を頭やうなじに浴びたときにおこります。

脱水による循環不全で、血圧が下がり、皮膚は蒼白で冷汗はでますが、熱は上がりません。



<手当>

①すぐに涼しい場所で体を冷やしましょう。風通しのよい木陰やクーラーの効いた部屋で頭を高くして寝かせ、頭や体に冷たいタオルをあてたり、手や足に水をかけたり、うちわであおいだりして冷やしましょう。扇風機やクーラーの風が直接あたると脱水症状が進むので注意してください。

②水分と汗で失われる塩分を補給しましょう。この場合水だけではかえって逆効果です。

乳幼児用のイオン飲料や薄い食塩水（500mlの水に食塩5g）を飲ませましょう。

③皮膚が冷たかったり、ふるえがある場合はタオルなどで皮膚をマッサージして血行を良くしましょう。

④水分を受けつけず、意識が朦朧もうろうとしている場合は、すぐに救急車を呼んで病院へ連れて行きましょう。

<予防>

①乳幼児は過度の厚着は避け、決して自動車内に放置しないようにしましょう

②夏場はつばの広い帽子をかぶり、吸湿性・通気性のある服で、十分な水分・塩分をこまめに補給しましょう

③遊びの途中で休息をとるようにし、高温多湿の環境に長時間いないようにしましょう。

