

〈熱中症〉

ひとつまちがうと生命にかかわる

脱水・熱中症に注意!!

炎天下や蒸し暑い現場では、大量の汗をかき、身体の中から水分と塩分などが奪われていきます。

このまま、身体が必要とするものをきちんと補給しないと、脱水症状や熱中症などになります。



予防の第1

補給に役立ちます。水分と塩分の補給を

じょくひに役立ちます。水分と塩分の補給を
たゞじに仕事中であっても、水分を飛ばさないよう、胃腸の負担にならないよう、少しずつ飲みせず、にのめり食べるのが良いです。(塩あめなどがあれば塩分

重症度
Ⅲ度



●ひきつけ感を起こしている
●頭が痛い
●吐き気がある
●歩かない
●走れない
●意識がない
●体温が高かった
●熱射病と言われています

危険な状態です。
水や氷で、首・脇の下・足の付け根などを冷やします。

すぐに救急車を呼んでください。


仕事中にこれらの症状が出たら、ただちに現場責任者に報告してください!!

- 25 -