

熱中症対策フロー

都給食
コントロールセンター

熱中症が疑われるときの応急処置

チェック1 熱中症を疑う症状がありますか？

めまい・失神・筋肉痛・筋肉の硬直・大量の発汗・
頭痛・不快感・吐き気・嘔吐・倦怠感・虚脱感・
意識障害・けいれん・手足の運動障害・高体温



はい

チェック2 意識がありますか？

いいえ

救急車を呼ぶ

救急車が到着するまでの間に
応急処置を始めましょう。
呼びかけへの反応が悪い場合には
無理に水を飲ませてはいけません。

はい

涼しい場所へ避難し、服をゆるめ体を冷やす

氷枕や保冷剤で両側の首筋やわき、足の付け根などを冷やしましょう。
皮ふに水をかけて、うちわや扇子などであおぐことでも体を冷やすことができます。



チェック3 水分を自力で摂取できますか？

いいえ

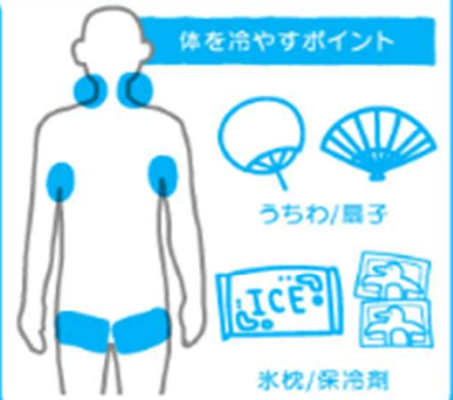
はい

水分・塩分を補給する

大量に汗をかいている場合は、塩分・糖分を
一緒に補給できるスポーツドリンクや経口補水液、
食塩水(1ℓの水に対して1~2gの食塩を加える)がよいでしょう。



体を冷やすポイント



チェック4 症状がよくなりましたか？

いいえ

はい

そのまま安静にして十分に休息をとり、
回復したら帰宅しましょう

医療機関へ



本人が倒れたときの状況を
知っている人が付き添って、
発症時の状態を伝えましょう。

【熱中症患者が発生したら】

①患者の状況を確認して対応、状況により救急(119番)へ連絡

②同時に本社コントロールセンターへ連絡
(重症化でない場合も**必ず**連絡)

0774-53-6001

090-6759-6843

【各事業所の最寄り病院】

(病院名)

(連絡先)