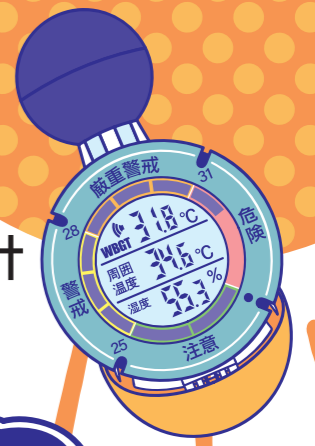


暑い季節のこんな症状 脱水症・熱中症のサインかも？

監修 横堀将司 日本医科大学大学院医学研究科 救急医学分野 教授
日本医科大学医学部附属病院 高度救命救急センター 部長

暑さ指数計



めまい
立ちくらみ



こむら返り
筋肉痛



生あくび



大量の汗

**これらは熱中症のI度の症状で
脱水症も疑われます。**



涼しい場所で身体を冷やして、水と塩分などの電解質を補給しましょう。
症状が改善しなければ、医療機関を受診しましょう。



頭痛



吐き気



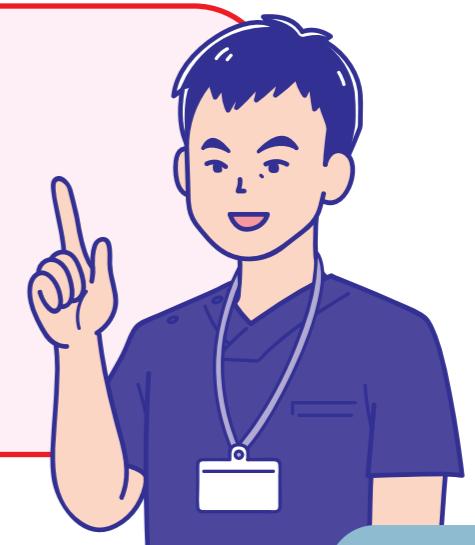
疲労感
倦怠感



集中力・判断力の
低下

**これらは熱中症のII度の症状です。
速やかに医療機関を受診しましょう。**

熱中症は予防することで100%防げる病気とされています。
暑さ指数(WBGT)や温度・湿度などを確認しながら、
熱中症予防も心掛けましょう。



詳しい情報はコチラ