

© 東京新聞

生活

今年猛暑が続き、連日、熱中症への注意が喚起されています。消防庁によると、七月

Dr. 松井英男の
在宅医療のカルテ



高齢者の熱中症

の熱中症による救急搬送は全国で二万三千人を超え、二〇〇八年の調査開始以来、七月としては最多に。六十五歳以上の高齢者の割合は約半数で、多くは軽症ですが、死亡に至る例もあります。高齢者はなぜ熱中症にかかりやすいのでしょうか。高齢になると、細胞内の水分が少なくなり、そこで汗をかくと細胞外の水分も減り、血液の量が少なくなります。このため、めまいや頭痛、吐き気などが現れ、ひどくなると意識を失います。予防策は水分補給ですが、誰かがそば

水分不足と少ない発汗



在宅で点滴により水分を補給する

にいないと、高齢者はついつい水分を取らなくなりがちです。もうひとつの原因は、高齢者は汗をかいても量が少なく、体温が上がりやすいことです。人間の体は、体温が四五度を超えると、

細胞での代謝ができなくなります。体温を下げるには、室温を下げてたりして体を冷やす必要があり、高齢者は冷房を嫌がり、暑い室内にいることが少なくありません。今年の七月の一月月

間、当院で在宅療養を受けている患者さんの熱中症発生率(千人あたり一日の件数)は二・三三で、昨年より増えました。例年より早く梅雨が明け、三十五度以上の猛暑が続いたのが原因と思われる

す。自宅熱中症となった患者さんはいずれも一人暮らしで、一人は意識障害で救急搬送しました。「暑さ」というストレスへの抵抗力も関与しているとも考えられますが、自宅療養では、介護の環境が整っているかどうか熱中症予防の鍵となります。

(川崎高津診療所院

長) 次回は二十八日掲載