

猛暑到来

熱中症 こんな症状があれば要注意

重症度 I 度 ●手足がしびれる ●めまい、立ちくらみ
●筋肉のこむら返りがある ●気分が悪い
●ボーッとする

重症度 II 度 ●頭がガンガンする ●吐き気がする
●体がだるい ●意識がなんとなくおかしい

重症度 III 度 ●意識がない ●体がひきつる ●体が熱い
●呼びかけに返事がおかしい
●まっすぐ歩けない・走れない

熱中症は最悪の場合、死に至る可能性があります

熱中症にならないために行えること

- ・こまめな水分補給
- ・エアコン、扇風機を上手に使用する
- ・室内の換気
- ・涼しい服装、帽子の着用
- ・暑いときは無理をしない
- ・少しでも異変を感じれば病院へ行く



体調管理に気をつけて **猛暑** を乗り越えましょう。

コーナーだよ
8月号

令和4年8月号
No. 601



あいりん
労働者の詩集

遠花火
見えずとも心で
視ていたり
白毫

西成警察署ホームページ

<http://www.info.police.pref.osaka.jp/ps/nishinari/index.html>

QRコードからもアクセスできます →

