

元気からだ! Q&A

熱中症と熱射病の 違いについて

国際医療福祉大学成田病院救急科

志賀^{しげ} 隆^{たかし} 医師

Q 熱中症と熱射病は違うの？

A 古典的には重症の熱中症のことを熱射病といいます。特に、直射日光をあびることによっておこった熱射病を日射病ということがあります。環境への暴露後に「意識障害、体温40℃以上、発汗停止」の3つの特徴がそろった場合に熱射病の診断に至ります。

ただ、右記の3つの特徴が揃わなくとも重症の熱中症のこともあります。そのため、日本救急医学会では熱中症診療ガイドラインなどの作成にあたり、安岡らが提唱した重症度分類を使うようになっていきます。この分類は、臨床データに照らしつつ一般市民、病

院前救護、医療機関による診断とケアについてわかりやすく改訂したものです。(左図参照)

熱中症の重症度分類

I度(応急処置と見守り)

めまい・失神「立ちくらみ」を起こす。“熱失神”と呼ぶこともあります。大量の発汗がある。筋肉痛・筋肉の硬直「こむら返り」を起こす。発汗に伴う塩分(ナトリウム等)の欠乏により生じます。意識障害はみとめない。

II度(医療機関へ)

頭痛・気分の不快・吐き気・嘔吐・倦怠感・虚脱感等がある場合。体がぐったりする、力が入らないなどがある。集中力・判断力の低下がある。従来から「熱疲労」と言われていた状態。

III度(入院加療)

意識障害・痙攣・手足の運動障害、呼びかけや刺激への反応がおかしい、ガクガクと引きつけがある、まっすぐに走れない・歩けないなどがあれば該当します。また、肝臓や腎臓の障害、血液の凝固障害のいずれかをみとめる場合も該当します。従来から「熱射病」や「重度の日射病」と言われていたものがこれに相当します。

熱中症診療ガイドライン 2015 より 筆者改訂

Q 経口補水液が無い場合の代用品は何がいいの？

A 経口補水液がない場合には、塩分を含む飲み物としてスポーツドリンクも候補にあがります。ただ、スポーツドリンクは塩分量が少なく、糖分が多いことを認識しておく必要が

あります。お水や清涼飲料水しかない場合にはそれらも候補になります。この場合、大量に塩分のない水分をとると体のナトリウム濃度が下がってしまいう懸念があります。

熱中症が進むと嘔気・嘔吐や意識が悪くなるということもあります。そのような場合には病院で点滴にて水分を補充する必要があります。

Q 急に意識が無くなった人がいた時は？

A 熱射病のところでもご紹介しましたが、立ちくらみにとどまらず、意識が悪くなっている場合には重症の熱中症の可能性があります。集中力・判断力の低下やまっすぐ歩けない、呼びかけや刺激への反応がおかしい、ガクガクと引きつけがある、などの症状があれば病院への受診を検討してください。水分をとれず動けない場合には病院での処置が必要な可能性が高く、救急車を呼んで良いといえます。

