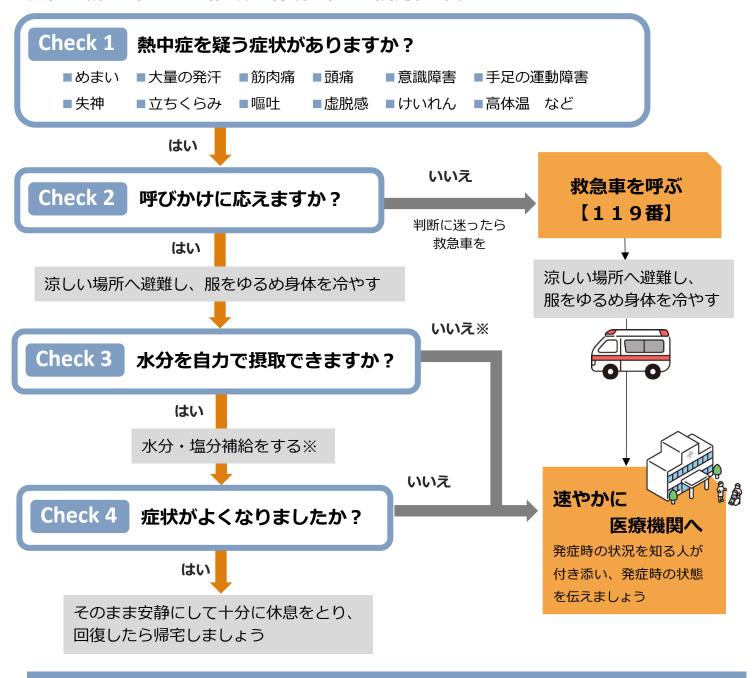
## 熱中症が疑われるときの対処法

熱中症が疑われるときは、落ち着いて状況を確かめて対処しましょう。



## 応急処置のポイント

■涼しい場所へ エアコンの効いた室内や車内、屋外であれば日陰に移動します。

## ■水分補給

塩分も補給できるスポーツドリンク・ 経口補水液がよいでしょう。

※呼びかけへの反応が悪い場合は、
無理に水分を飲ませてはいけません

## ■身体を冷やす

服をゆるめ、首・わきの下・太もものつけ根 を集中的に冷やしましょう。

- ・氷のう・冷たいペットボトルをあてる。
- ・皮膚に濡れタオルをあて、うちわであおぐ。
- ・服の上から少しずつ冷やした水をかける。