

第52回日本救急医学会総会・学術集会 共催セミナー

さあ、冷やそう

その具体的な方法と注意点

大阪府済生会千里病院
千里救命救急センター

犬飼 公一





第52回日本救急医学会総会・学術集会

The 52nd Annual Meeting of the Japanese Association for Acute Medicine c

利益相反(COI)開示

筆頭演者氏名：犬飼 公一

全ての項目において該当なし



熱中症が疑われる場合の対応に当たるとき



涼しい環境への避難

エアコンが効いている室内や
風通しの良い日陰



放熱効果を高める

衣服を緩める、厚い衣類は脱
がせる



どこを冷やすか

基本は3点クーリング

首筋

脇の下

足の付け根（鼠径部）



何で冷やすか

冷たいものならなんでもいい

- ・氷嚢、氷枕
- ・氷水を入れたビニール袋
- ・冷たいタオル、手ぬぐい
- ・冷たいペットボトル
- ・保冷剤

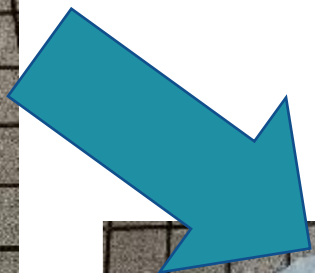
など





+ α の冷やし方

45Lのビニール袋3つ
に4分の1ほど冷水を
入れて、空気をできる
だけ抜き、口を縛る



上半身の下に敷く（2-3分で可能）

3つのビニール袋をそれぞれ
縛ってひとまとめにする

**3次元的に冷やす
気道が確保されている**



病院ではどう冷やしているか



濡らしたガーゼを体に張り

（あるいは霧吹きで体を湿らせて）

扇風機を当てる

+

- ・ 冷却点滴
- ・ 血管内冷却
- ・ クーリングブランケット
- ・ 体腔（胃・膀胱）冷却
- ・ 冷水浴



アイスバスについて

結論：推奨はしない

適応としては

- ・労作性の熱中症（スポーツ、肉体労働）
- ・高齢者にはしないほうがよい

アイスバスが他のどの冷却方法よりも
熱中症の重症化を防いだという報告はない

< 注意点 >

- ・必ず誰かが付きそう
- ・0から準備しようとしな
- ・表面温度が下がっているとかえって重症度がマスクされる可能性がある



ハンズオン



早く、的確に、身近なもので冷やす



【+αクーリング】の実践



冷却効果の実際