

救急ニュース！



瀬戸内消防分署からお知らせです。
救急関連の情報などを掲載していますので、ぜひご確認ください。

脱水について

脱水とは体の中の体液が減少し、体にとって不可欠な水分と電解質（ミネラルなど）が不足している状態です。嘔吐や下痢、大量の発汗などで引き起こされます。

熱中症との違い

熱中症は体の熱が高い状態であり、体内の体温調節機能が働きにくい状態を言います。

脱水症は体の体液が減少している状態を言います。暑い時ですが、寒い時にでもなる可能性があります。

熱中症も脱水症も命に危険性がありますので、バランスの良い食事や水分補給、休息を取り予防しましょう。



食中毒について

暑い季節は食中毒にも注意が必要です。

この季節は食中毒が増加する傾向があります。室内に食べ物をそのまま置かずに、冷蔵庫などで保管しましょう。

食中毒になると、下痢や嘔吐、腹痛などの症状が出ます。

嘔吐物には細菌がいる可能性がありますので、感染症対策を行い消毒を十分に行いましょう。

消毒液について

家庭でもできる消毒液の作り方

【次亜塩素酸水】

用意する物…

- ①ペットボトル（500ml）
- ②水
- ③ハイター

作り方…

500mlのペットボトルに、水道水を入れキャップ2杯分のハイターを入れて混ぜる。

※手で直接触らずにゴム手袋などを活用しましょう。

救急講習会について

瀬戸内消防分署では、救急講習会で命を救う知識、技術を教えています。

広報誌をご覧になられて、興味がありましたら、是非お問い合わせください。



次亜塩素酸水の注意点について

次亜塩素酸水は、簡単に作ることが可能で消毒に適していますが、次の項目に注意して使用しましょう。

- ①使用後は水で拭き取りましょう。
- ②噴霧で使わないようにしましょう。（吸い込むと危険です）
- ③窓を開けて換気し、マスクを着用しましょう。
- ④酸性物質と混ぜないようにしましょう。（ガス発生し危険）
- ⑤余ってもそのまま置かないで下さい。（誤飲の可能性）



大島地区消防組合

瀬戸内消防分署

救急係

☎0997-72-1190 FAX0997-72-1192

📍894-1508

瀬戸内町古仁屋芦瀬原1283番地175号