

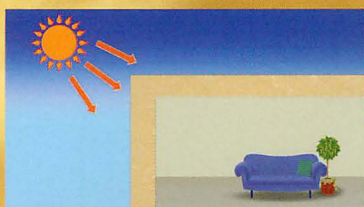
社会教育DVD

一般・高齢者向け／約24分
※メニュー画面で字幕版を選択できます

監修：昭和大学病院

救命救急センター長 三宅 康史

命を奪う熱中症 ～熱中症予防を検証する～



あなたの熱中症対策
間違っていますか？



すまい



角砂糖2個分の糖分

3つの観点から見直そう！



からだ



水分補給

企画意図

今年も熱中症の脅威が全国を襲っています。最近の統計では、全国で約6万人が救急搬送され、重傷者約1,400人、死亡者は105人に上りました(平成27年5月～9月期総務省統計)。救急搬送者のうち、65歳以上の高齢者は28,016人と最も多く、依然として多くの高齢者が熱中症の脅威にさらされています。高齢者は、からだの衰え・生活習慣・居住環境などの点で、熱中症にかかりやすいことが近年周知されるようになってきたにも関わらず、被害者が一向に後を絶ちません。それはなぜなのでしょうか。

この作品では、高齢者が日頃から行っている熱中症対策には思わぬ落とし穴があることを、「からだ」「すまい」「水分補給」の3つの観点から、専門医師の解説を交えて提示します。そして、その上で高齢者の体質に見合った正しい予防方法を紹介します。

猛暑を健やかに乗り切るための手立てを学べる作品となっています。

命を奪う熱中症 ～熱中症予防を検証する～

作品の概要

■高齢者の熱中症

毎年多くの高齢者が熱中症で救急搬送されている。熱中症の恐ろしさが広く知られるようになり、予防のための対策を独自に行う高齢者も増えてきた。しかし、その独自の対策の中には「思わぬ落とし穴」があることをご存知だろうか。

■熱中症の危険

救命救急センター長の三宅医師が、熱中症の危険性と熱中症が起こる仕組みについて図解を交えながらわかりやすく解説する。

■熱中症予防の思わぬ落とし穴

Aさん(75歳)の日常生活から、熱中症予防の実態を探っていく。

●高齢者のからだ…

梅雨明けの7月。Aさんは、気温が最も上昇するお昼時は外出を控え、自宅で過ごすことにしている。部屋に設置されたクーラーは使わず、扇風機で暑さをしのいでいた。

Aさんの過ごし方の問題点を、「室温の上昇」「暑さに対する感覚の衰え」「汗腺機能の低下」などの観点から、詳しく解説していく。

●すまいの温度変化…

夜間は気温が下がるため、クーラーをつけずに寝るAさん。しかし、ここにも熱中症の危険が潜んでいる。「すまいによつては夜の方が室温が上がることもある」「夜から明け方にかけての熱中症は発見が遅れるため重症化することが多い」などを挙げ、夜間でも十分な注意が必要であることを訴える。

●水分補給…

水分補給に気をつけているAさんは、スポーツドリンクを毎日1リットルほど飲み干すようにしている。しかし、高齢者は持病があることが多く、スポーツドリンクに含まれる塩分や糖分を摂りすぎることでの症状が悪化する恐れがあるのだ。専門の医師から、具体的な注意点と正しい水分補給の仕方を解説してもらう。

■快活に夏を乗り切るために

誤った知識では、熱中症や他の病気を誘発する危険性がある。バランスの取れた食事・十分な睡眠・適度な運動で健康を保ち、正しい対策を行うことで、熱中症を撃退しよう。



監修 昭和大学病院
救命救急センター長 三宅 康史

企画・制作統括 高木 裕己
脚本・演出 遠藤 協
コーディネーター 斎藤 晃顕

撮影協力 昭和大学病院 救命救急センター
大阪国際大学 井上芳光研究室
慶應義塾大学 伊香賀俊治研究室
金山 芳和

■ライブラリー価格 本体 ¥65,000+税
■DVD [カラー 約24分] ※字幕版も収録されています
■2016年

●お問い合わせ、お買い上げは……

(株)オプチカル 販売課 教育映像係
香川県高松市屋島西町2484-8
TEL 087-841-1100
FAX 087-841-1101