

혹서기 주의해야할 온열질환과 응급조치



1. 온열질환 발생시 응급조치

① 의식 확인	무	② 119 요청	③ 체온을 낮춘다	④ 119 도착시 이송
	유	② 휴식, 수분섭취	③ 호전되지 않을 시 의료기관 내원	

※ 수분보충은 증상완화에 도움은 되나 의식이 없는 경우에는 질식의 위험이 있으므로 물을 억지로 먹이지 않도록 합니다.

2. 온열질환의 종류별 응급조치

구분	주요 특성	응급조치 방법
열사병	<ul style="list-style-type: none"> 고열(40°C 이상) 중추신경 기능 장애(의식장애/혼수) 땀이 나지 않아 건조한 피부 <p>* 사망 가능</p>	<ul style="list-style-type: none"> 119 즉시 신고 시원한 장소로 환자를 이동시킨다 옷을 느슨하게 하고 환자의 몸을 시원한 물에 적셔 부채나 선풍기 등으로 몸을 식힌다 얼음주머니가 있는 경우 목, 겨드랑이, 서혜부에 대어 체온을 낮춘다
열탈진 (일사병)	<ul style="list-style-type: none"> 땀을 많이 흘림 체온 40°C 미만 힘이 없고 극심한 피로 상태 창백함, 근육경련 등 	<ul style="list-style-type: none"> 시원한 곳 또는 에어컨이 있는 장소에서 휴식 물을 충분히 섭취하여 수분을 보충 시원한 물로 샤워 증상이 1시간 이상 지속되거나 회복되지 않을 경우 의료기관에 내원하여 진료를 받아야 한다
열경련	<ul style="list-style-type: none"> 근육경련 (어깨, 팔, 다리, 복부, 손가락 등 수의근에 경련) 	<ul style="list-style-type: none"> 시원한 곳에서 휴식 물을 충분히 섭취하여 수분을 보충 경련이 일어난 근육을 마사지한다 증상이 1시간 이상 지속되거나, 기저질환으로 심장 질환이 있는 경우, 평상시 저염분 식이요법을 한 경우 의료기관에 내원하여 진료를 받아야 한다.
열실신	<ul style="list-style-type: none"> 어지러움 일시적으로 의식을 잃음 	<ul style="list-style-type: none"> 시원한 장소로 옮겨 평평한 곳에 눕힌다 의사소통이 될 경우 물을 천천히 마시도록 한다
열부종	<ul style="list-style-type: none"> 손, 발이나 발목이 부음 	<ul style="list-style-type: none"> 시원한 장소로 옮겨 평평한 곳에 눕힌다 부종이 발생한 부위를 심장보다 높게 올린다