

救急車の適正利用に御協力ください！

松本広域消防局では14台の救急車が稼働していますが、救急件数の増加に伴い、現場到着時間が年々遅くなる傾向があります。

救急要請を迷ったときの相談先を御紹介します。

長野県救急安心センター（#7119）

大人（おおむね15歳以上）の方が、急な病気やケガ等で救急車を呼ぶか、病院に行くか迷ったときに、看護師等から電話でアドバイスを受けることができます。

こども（15歳未満）の場合は、長野県小児救急相談

（#8000）へお掛けください。

＜相談日時＞

平日：午後7時から翌日午前8時まで

土・日・祝日・年末年始（12月29日～1月3日）：24時間

全国版救急受信アプリ「Q助」

発熱など、該当する症状を画面上で

選択していくことにより、緊急度に

応じた必要な対応が表示されます。

その後、医療機関の検索や受診手段

の検索を行うことができます。

こんな症状があったら迷わずに救急車を呼んでください



あたま

- ・突然の激しい頭痛
- ・増悪する頭痛

かお

- ・顔半分が動きにくい
- ・笑うと口や顔の半分かゆかむ
- ・見える範囲が狭くなる
- ・物が二重に見える
- ・顔色が明らかに悪い

手や足

- ・突然のしびれ
- ・片方の手や足に力が入らない

胸・背中

- ・突然の激しい胸の痛み
- ・20分以上続く胸の痛み
- ・急な息苦しさ
- ・背中への痛み
- ・時間経過とともに移動する痛み

他にも…

- ・意識がない
- ・物をのどに詰まらせた
- ・けいれんが止まらない
- ・大量の出血

などの症状も危険です△

おなか

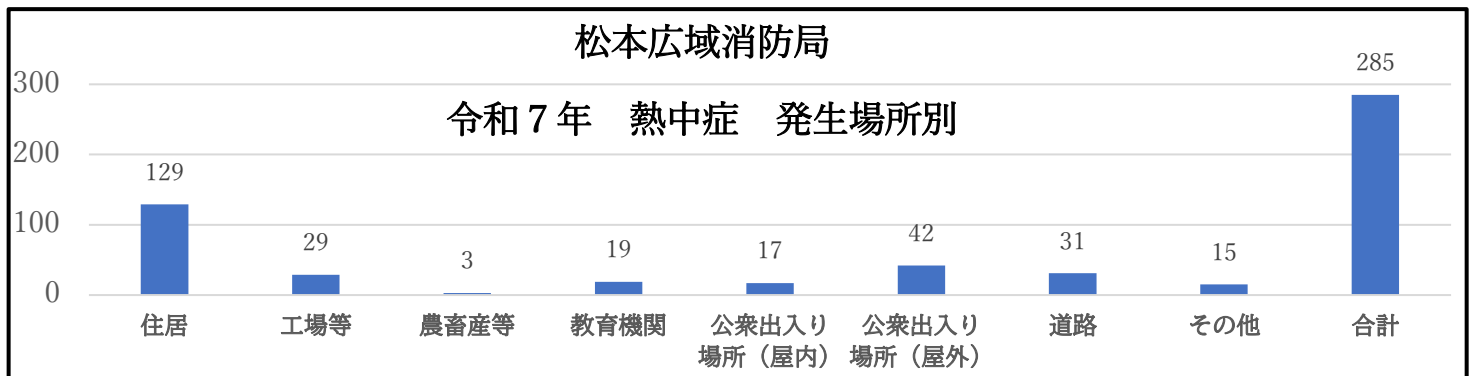
- ・突然の激しい腹痛
- ・激しい腹痛が持続
- ・血を吐いてしまう
- ・黒っぽい便

＜裏面もご覧ください＞

熱中症は予防が大切です

熱中症とは？

温度や湿度が高い環境下にいることで体温の調節機能が働かなくなり、体温上昇、めまい、全身のだるさなど、様々な症状をおこすことです。昨年発生した熱中症での救急要請は7月が最も多く、住居での発生が全体の約45%を占めていました。



熱中症の予防行動として以下のことに気を付けてください

こまめに**水分と塩分**を

補給をしましょう



バランスのよい食事を

心がけましょう



エアコンなどを使用して

暑さを避けましょう



熱中症アラートを

チェックしましょう



・子どもや高齢者は特に注意しましょう。

熱中症を予防して

暑い夏を安全に過ごしましょう。

