



保健センターだより

節電や計画停電等による熱中症について

この度、この夏の計画停電について東京電力から発表されました。

停電が実施されると、高温多湿の日本の夏を快適に過ごすためのエアコンや扇風機、冷蔵庫等の電化製品はことごとく使えなくなります。

そこで問題になるのが、熱中症です。

熱中症は、急に熱くなった時や気温はそれほど上がってなくても、湿度が高い時に多く発生しています。屋外は元より、換気の悪い室内でも発生します。

特に、7月から8月上旬の梅雨明けの頃に多く発生しています。

これは、体が高温に慣れてないことによります。

症状としては、初期の段階では、大量の汗をかくことにより下肢や腹壁の筋肉を中心に痛みを伴ったけいれんが起きます。さらに脱水や電解質の異常が進むと、めまい、立ちくらみ、吐き気等の症状が出現し、最悪の場合は、意識障害や全身の臓器障害から死に至る場合もあります。

特にスポーツサークルは熱中症に十分注意してください。

一般的に熱中症に罹りやすい人とは、

1. 体力の弱い人
2. 発熱や下痢、睡眠不足など体調不良の人
3. 暑さになれていない人
4. けがや病気にかかっている人(体力消耗が激しいため)
5. 性格的にまじめな人や我慢強い人とされています。

日本体育協会が出している「熱中症予防8ヶ条」は、

1. 知って防ごう熱中症
2. 熱い時無理な運動は、事故のもと
3. 急な暑さは、要注意
4. 失った水と塩分を取り戻そう
5. 体重で知ろう健康と汗の量
6. 薄着ルックでさわやかに
7. 体調不良は事故のもと
8. あわてるな、されど急ごう救急処置です。

停電時の熱中症予防方法は、塩分や水分補給、室内の換気、通気性・吸湿性に優れた服の着用、水や水で体を冷やすこと等です。ただし、体を冷やすからといってビール・焼酎等のアルコールを飲み過ぎると、アルコールの抗利尿ホルモンの抑制作用によって、尿の排泄の回数が多くなり、脱水が起きるので注意してください。

もし、具合が悪と思ったら体を冷やし、スポーツ飲料を飲む等を行い、直ちに医療機関を受診してください。

2011年度学生定期健康診断受診結果

学生定期健康診断は学校保健安全法に基づき、毎年4月初旬に校地別(多摩キャンパス5日間、後楽園キャンパス2日間)に実施しています。

本年度の受診結果は、下表のとおりです。

昨年度に対して0.2%減少しました。

厚生労働省が平成11年に「結核緊急事態宣言」を発表し、結核は過去の病気ではなく、現在も年間新登録結核患者数24,760名、死亡者数2,216名(概数)(平成20年厚生労働省集計)としています。一人の感染が集団感染を引き起こすこともあります。特に、老人福祉施設、学校、病院、事業所等で集団発生しています。

本学で発見された結核患者は、昨年度0名、本年度3名(6月14日現在)です。結核は、薬剤の進歩により治療が容易になった反面、「薬剤」の乱用により「薬剤」に抵抗性を示し「薬剤」が効きにくい結核菌(多剤耐性菌)に侵され治療を難しくしている例もあります。

健康診断は、病気の予防・早期発見・治療を目的として実施していますが、受診しなかったために病気の発見が遅れ、休学を余儀なくされる学生も見受けられます。

また、大学で発行する健康診断証明書は、この健康診断を基に作成します。未受診の場合は、外部医療機関で余分な時間と高い健診料、証明書を払い作成することになります。

2011年度定期健康診断受診状況

	在籍数(名)	受診数(名)	受診率(%)	前年比(%)
1年生	6,014	5,904	98.2	-0.3
2年生	5,780	4,453	77.0	-2.9
3年生	5,952	5,024	84.4	-2.1
4年生	6,408	5,487	85.6	4.6
修延性	1,589	796	50.1	-0.7
計	25,743	21,664	84.2	-0.2

在籍数 25,743名 受診数 21,664名 受診率 84.2% 前年比 -0.2%

注1. 在籍学生数は、2011年5月1日現在(企画課統計による)

2. その他の受診学生

大学院生 1,005名

専門職大学院生 624名

科目等履修生等 46名

3. 受診者総数 23,339名