



とうとうこの季節がやってきました・・・。
動物たちの…特に短頭種や高齢動物にはキツイ季節・・・。
しかし！熱中症になるのが短頭種だけとは限りません！
鼻が長い犬種も、猫も環境や状態次第では熱中症になる
場合もありますので、皆さん気を付けましょう！



今年も熱中症対策を考えよう！

熱中症とは？

体内に熱がこも
って体温があが
る

パンティング(口でハア
ハア)もしくは、末端の血
管を拡張して血液を流
し、皮膚から熱を逃そう
とする

肉球しか汗をかかないので、人み
たいに汗をかいて熱を逃そうとす
ることができません

体温が上がって
脳や内臓への血
流が滞る

呼吸障害などの
症状につながる

熱中症の見極めポイント！

- 呼吸回数がふだんより多い、
または呼吸が苦しそう
- 心拍数(脈拍数)がふだんより多い
- 耳や内股を触ると熱く感じる
- 口の中や舌などの粘膜が赤くなっている
- よだれが多い
- ボーっとしてフラフラしている



重症化
すると...

- 嘔吐・下痢に血が混じる
- 筋肉の痙攣や震え
- 歯茎が白くなる・舌や粘膜が
青紫になる
- 意識がなくなり、よびかけても
反応しない

熱中症への応急処置 まずは高くなった体温を下げる事が最優先！！

① 直射日光の当たらない
場所へ移動

② 水で体を濡らす

③ 風を送る

水分の蒸発で熱を放出するから、
濡らすのは常温の水で OK！
冷水だと逆に血管の収縮させて体の
奥の熱が逃げにくくなるので NG！

うちわで扇いでもいいし、
冷房でもいいよ！
でも、冷房だと冷やしすぎ
に注意してね！



来院する際も、この時期は車の中は暑いので
応急処置をしつつ、車も早目に冷房で冷やして
おくことをおすすめします。



普段の生活からできる予防と対策

暑い季節の散歩を夜～早朝にするのが主流になってきてますが、最近では夜でも気温が高く、地面のアスファルトが熱くなっていることがあるので、夜でもその日の状況で判断しましょう！



散歩を嫌がる時は無理にいかず、休ませたり、早く切り上げたりしましょう！人間もですが、体調を崩している時に無理をすると熱中症の危険性が高まります！！



散歩では首に巻くタイプの冷却剤、水筒、水を持って行くのもいいですね！もしくはタオルやバンダナで手作りするのもいいよ！
室内ではエアコンだけでなく冷却効果のあるマットや給水器なども用意しておくとお安心だね(^◇^)



快適な部屋作り♪



遮熱機能を備えたカーテンにする。暑い日はカーテンを閉めましょう。

窓付近の床は温まってしまうので、ベッドなどは窓際から離しておきましょう！



サーキュレーターを活用し、部屋の空気を回せば快適度UP↑壁を狙えば、壁で空気をバウンドさせ部屋中を循環させられます(*^-^*)



暑くなる時間より前にエアコン開始！

お留守番をさせる時は冷えすぎたら暖をとれるように毛布などを、暑かったら涼めるようにクールボードを用意したり、部屋の移動をできるようにしたり工夫しましょう！

佐々木先生コラム

昔からの癖で、喉の渇きを感じてから水分摂取をするのが常でした。ここ数年仕事終わりに頭痛を感じるが増えていました。翌日には治ってるので「疲れが溜まってるんだろー」くらいにしか思っていませんでしたが、しばらく経ってから気づきました。『水飲んでない時に頭痛起こると！』水分摂取を心がけるようになってから頭痛は無くなりました。頭痛の原因は脱水だったんですねー。若い時は体内の水分ストック最大値が高かったから頭痛を起こすほどにはならなかったんでしょう！で、脱水は熱中症の危険因子ですのでこの話で思うところがある方は気をつけましょう。

