

こんな症状があったら  
熱中症を疑いましょう



# 軽



めまい  
立ち眩み  
筋肉痛  
汗が止まらない

頭痛  
吐き気  
体がだるい（倦怠感）  
虚脱感

# 中



# 重



意識がない  
けいれんがある  
体温が高い  
呼びかけに対し返事がおかしい  
まっすぐに歩けない・走れない