



### 暑さ指数

「暑いなあ。この部屋は」と思い、年配の患者さんの顔を見ると、「そうですね？」と平然と答えている——そんな

暑いなあ。この部屋を知覚↓◎身体の深部体温を下げるために末梢血管が拡張↓◎心拍数を増やして冷えた血液で身体を冷やす——といったこと

場面は日常茶飯事です。ところが、よく様子を窺つと、顔や全身から汗を流していらつしゃいます。

とや、汗として体表に水分を出し、気化熱として蒸発させることで身体を冷やすというシステムがあります。

ただ残念ながら、加齢に伴い、皮膚の温度センサーが鈍くなったり、こ

さ指数を確認しながら働

感温度の違いではなく、事実として危険な状態に

暑いことが客観視できる

「そうか、冷房をつけてくれるようになりました。」



### 松原 清二 医師

在宅療養支援診療所「まつばらホームクリニック」院長  
 総合内科専門医・循環器内科医  
 ・日本循環器学会専門医  
 ・日本内科学会認定医  
 ・認知症専門医  
 ・認知症サポート医

れが高齢者の熱中症のメカニズムです。

日頃の診療で、ここの暑さに対する体感

差を埋めるにはどうしたら良いのかな、とこの数量計を見せると、私と患者さん

の暑さに対する体

[まつばらホームクリニック]  
 ☎ 042-439-1250  
 matsubarahomeclinic@gmail.com  
 西東京市東町 4-14-18-2F  
 ■電話対応：午前 9:00 ~ 午後 6:00  
 ■定休日：土日（祝日は診療）  
 ■訪問地域：西東京市、東久留米、新座、練馬の一部



まつばらホームクリニック 検索